Техники Радикального Прощения: Радикальное Проявление (fb2) | КулЛиб

- Техники Радикального Прощения: Радикальное Проявление (пер. Виктор Спаров) 1.08 Мб, 139с. (скачать fb2) - Колин К. Типпинг

Настройки текста:

Цвет фона ▼ Цвет шрифта ▼ Размер шрифта ▼ Насыщенность шрифта ▼ Ширина текста ▼ Показывать меню ▼

Колин Типпинг Техники Радикального Прощения: Радикальное Проявление

Посвящается моей жене Джоанне, которая бесконечно поддерживает меня и придает мне сил своей любовью

Предисловие

Когда Колин попросил меня написать предисловие к своей книге, он и понятия не имел о том, что его труд «Радикальное Прощение» стал весомым инструментом в деле моей собственной личной трансформации. Действительно, именно благодаря его труду я нашла важные ответы на многие вопросы, которые требовалось решить, прежде чем пытаться реализовать свою мечту и осуществить жизненную цель, став наставником в области сознательного творчества.

Я поняла: чтобы стать мастером в сфере сознательного творчества, мне вначале нужно было исцелить свое прошлое и освободиться от *сознания жертвы*. Мне необходимо было найти способ избавиться от

всех своих мнений, суждений, жалости к себе, сомнений, негодования, стыда и чувства вины, чтобы намеренно привлечь в свою жизнь любовь, мир и благополучие, которые казались мне столь желанными.

Проблема, как я ее ощущала в то время, состояла вот в чем:

«Как отпустить душевную боль и страдания, если меня и в самом деле так обидели?»

Однако благодаря методу Радикального Прощения я справилась с этой проблемой и теперь в полной мере понимаю, почему Радикальное Прощение и Радикальное Проявление так нерасторжимо взаимосвязаны между собой.

Будучи наставником в области сознательного творчества, я то и дело слышу, как мои клиенты жалуются:

«Что со мной не так, почему эти принципы на меня совершенно не действуют?»

«Почему другим это дается внешне легко, а мне — с таким трудом?»

«Почему я без труда притягиваю к себе всякие глупости, о которых даже не помышляю, а не те вещи, которые мне представляются действительно важными?»

Ужасно сложно раз за разом визуализировать желаемое, медитировать над ним и подкреплять аффирмациями, а в результате так и не добиться осуществления своего желания. Я думаю, это происходит по трем причинам.

1. Универсальный Закон гласит: то, на чем мы фокусируемся, имеет свойство расширяться. Это означает, что мы получаем то, на чем постоянно акцентируем внимание. Когда наши неосознанные мысли входят в противоречие с подлинной любовью, страстью, свободой, благополучием и целостностью, которых мы так жаждем, то мы ненамеренно создаем противоположное тому, чего, по нашим же словам, желаем.

2. Мы слишком поспешно делаем вывод, что, мол, этот принцип себя не оправдывает, и теряем веру в свою способность сознательного творчества. И тогда мы деморализуем себя мыслью о том, что мы — полные неудачники. Колин же дает нам метод — «Радикальное Прощение себя», позволяющий выявить это на глубинном уровне.

3. Мы *сопротивляемся* тому, что *есть,* а потому терпим фиаско в применении на практике *Закона Разделения*. Этот невероятно важный Вселенский Закон гласит: *для того чтобы получить желаемое, мы должны отпустить свою привязанность к нему*. Одно, казалось бы, совершенно противоречит другому, однако этот постулат крайне важен для того, чтобы обдуманно добиваться желаемого.

Действительно, переход от критерия «я благодарен за то, что мои мечты осуществились» к критерию «я счастлив и доволен, даже если мои мечты никогда не сбудутся» выглядит по меньшей мере страшно обескураживающим. Такое впечатление, будто мы сдаемся и соглашаемся на меньшее, чем изначально желали.

А теперь хорошая новость: все происходит совсем не так! После того как мы вложили всю свою творческую энергию в воплощение своей мечты, необходимо избавиться от потребностей нашего эго — дать

мечте возможность определенным образом реализоваться — и довериться Вселенной, чтобы она явила нам то, что более всего отвечает нашим интересам. Здесь-то и таится самое поразительное: даже если Вселенная вообще ничего не реализует, значит, мы должны научиться принимать как должное тот факт, что она, тем не менее, нас услышала, а значит — «все хорошо весьма». Мы должны научиться доверять Божественному Порядку и воспринимать его как абсолютно и безусловно адекватный нашим мечтам. Очень важно сознавать, что мы не ошиблись, поскольку об ошибке здесь и речи быть не может!

Когда мы принимаем Божественный Порядок в качестве своей первичной директивы, это значит, что мы неизменно действуем с позиции духовной зрелости. Это возвышенное состояние Единства автоматически соотносится со всем, чего мы себе желаем: Миром, Любовью, Красотой, Гармонией, Мудростью, Целостностью и Процветанием.

Короче говоря, когда ваше сознание Любви расширится (а при такой работе оно будет расширяться), одновременно с этим стремление создать себе достойную жизнь вырастет до уровня страстной уверенности в себе и жгучего желания творить на благо человечества.

Представьте, как выглядел бы этот мир, если бы мы могли привлекать миролюбие, любовь и гармонию и наполнять ими мир? Уверена, что, если вы будете следовать указаниям, приведенным в этой книге, и применять инструменты Радикального Проявления, та работа, которую вы вот-вот начнете, сделает эту мечту реальностью.

В ваших руках невероятно мощная и эффективная духовная технология личной трансформации. Этот простой процесс раскрывается благодаря техникам Радикального Прощения, разработанных Колином Типпингом, так что эта книга не только будет способствовать исполнению ваших сознательных желаний, но и в буквальном смысле освободит вас от боли и страданий, уходящих корнями в ваше прошлое.

Когда ваше сознание освободится от оценочных критериев жизни и прошлого как правильных или неправильных, тогда и сами вы по праву станете мастером-творцом.

Все хорошо, во все времена!

Эниза Эйвен

www.CreataVision.com

www.TurnKevCoachinaSolutions.com

www.ManifestinaProsperity.com

Вступление

Происходит что-то весьма интересное. Внезапно люди вокруг начали осознавать, что жизнь, возможно, не то, что *случается* с нами, а то, к созданию чего мы сами прикладываем руку, творя ее с помощью собственного сознания. Выражение «творческое проявление» стало расхожей фразой даже в модных книгах и глянцевых журналах. Даже религиозные авторы в последнее время призадумались: хочет ли Господь, чтобы мы были богатыми, или не хочет и должны ли мы молиться о ниспослании нам богатства. И уж с совершенно феноменальной, поражающей воображение скоростью распространяется через Интернет фильм *«Секрет»,* в котором множество известных и уважаемых авторов-экспертов превозносят *Закон Привлечения*.

В основе всей этой активности — идея о том, что если мы поймем и научимся использовать *Закон Привлечения,* то благодаря ему сможем создать желаемую реальность. Есть все причины считать, что это так и что всем нам свойственна сила творить собственную реальность.

Правда, эта идея почему-то привычно попала в разряд материй, подвластных чистой вере, и так же привычно игнорируется

общественным мышлением, относящим ее к разряду «трепа в духе Нью Эйдж». Однако поскольку и квантовая физика, и другие научные дисциплины своим весом придают ей достоверность и в целом поддерживают ее, то эта идея — по крайней мере в теории — проложила себе путь к умам людей, склоняя их к позиции внимательного ее изучения.

Однако скептицизм свойствен не только тем, кто заранее отвергает эту идею. Даже те из нас, кто отчаянно хочет поверить в нее, все еще не избавились от известной доли скептицизма. И происходит это потому, что, несмотря на все наши старания создать желаемую жизнь с помощью *Закона Привлечения,* нам пока это не удается. Это вызывает у нас глубокое отчаяние и чувство собственной несостоятельности. Причина этой проблемы двояка.

Во-первых, наши вибрации, вероятнее всего, не настолько высоки, чтобы мы смогли сознательно пользоваться *Законом Привлечения,* дабы получить то, чего сознательно жаждем. И это неизменно дисгармонирует с нашими сознательными желаниями.

Примечание: Следует заметить, что этот случай не из тех, когда ваша душа (скорее именно она, а не ваше эго) дает вам то, в чем нуждается она сама для исцеления и развития.

Говоря иначе, мы мешаем себе получить желаемое, поскольку наш подсознательный ум блокирует весь процесс низковибрационной энергией, предстающей в виде сущностных негативных убеждений, страха, чувства вины, гнева, злобы и прочих видов негативной энергии.

Во-вторых, в нас еще не произошел сдвиг сознания на столь глубоком уровне, чтобы мы были способны поверить в то, что получим необходимое, если все свои нужды передоверим Духу. Готовность к полной передаче себя во власть Духа есть ключевой фактор процесса *Проявления*.

Мы впитываем мудрые слова из книг, которые читаем, мы повторяем аффирмации и одобрительно киваем в ответ, когда слушаем людей вроде Уэйна Дайера и Дипака Чопры[1], мы занимаемся медитацией, советуемся со звездами, обставляем свои дома и офисы по правилам фэн-шуй — и все же, несмотря ни на что, в повседневной жизни обычно пытаемся всего добиться с помощью силы, планирования, контроля, труда и борьбы. Не удивительно, что нам не удается реализовать то, чего мы хотим.

Воистину, мы живем в волнующие времена, и перед нами, собственно, только одна проблема: мы должны понять, что находимся между двумя парадигмами. Мы по-прежнему живем старой парадигмой, с которой неразрывно связано убеждение в нехватке и дефиците, но при этом пытаемся работать и с новой, в основании которой покоится революционная идея о том, что нехватки нет ни в чем, что Вселенная — источник бескрайнего изобилия и что мы обладаем силой притягивать из этой сферы безграничных возможностей все, что хотим.

Мы должны проявить сострадание к себе и признать, что нам нужны инструменты, с помощью которых мы могли бы удерживать равновесие, одновременно опираясь на эти две парадигмы. Нам нужны инструменты, которые помогли бы нам признать и принять как должное отсутствие у нас убеждений и уверенности в отношении новой реальности, в то же время давая нам возможность продолжительно и успешно практиковать искусство *Творческого Проявления*.

Без определенного рода технологии, которая помогла бы нам в этом, мы обречены на провал. Одних лишь слов на странице или на диске

для этого недостаточно. Мы все еще слишком сильно повязаны старой парадигмой.

К счастью, некоторые инструменты Радикального Проявления не только уже существуют, но и успешно опробованы (см. стр. 19). И основаны они на той же самой эффективной технологии, которая лежит в основе Радикального Прощения[2] — метода, который за последние полтора десятилетия помог миллионам людей.

Я всегда считал и считаю, что духовный рост осуществляется только за счет постоянной практики или с помощью использования инструментов, позволяющих пережить трансформацию скорее на энергетическом, чем на интеллектуальном уровне. Эти инструменты должны воздействовать на нас физически, эмоционально и духовно.

Инструменты Радикального Прощения, а также Радикального Расширения возможностей и Радикального Проявления, которые вы найдете на нашем вебсайте, выглядят, возможно, как простые тест-анкеты, CD и DVD, но это действительно энергетические инструменты, связывающие нас с нашим духовным разумом. А духовный разум — это тот наш аспект, который знает, как подключиться к «единому полю сознания и сфере бескрайних возможностей». Как только это случится и мы устраним с этого пути свой разум, тогда и сможет произойти проявление.

Радикальное Прощение также помогает повысить уровень наших вибраций, что является необходимым условием для Радикального Проявления. Выше я уже говорил, что мы сами создаем низкие вибрации и блокируем свои способности склонностью винить и осуждать других, своей приверженностью к обиде, страху, чувству вины, стыду, гневу и своей привычкой считать себя жертвой. Радикальное Прощение дает нам возможность за короткое время избавиться от всего негативизма и создает положительный эффект — переносит всю энергию в настоящее и повышает наши вибрации.

Комбинация Радикального Прощения (с помощью которого устраняются ошибки прошлого и расчищается путь для работы с настоящим) и Радикального Проявления (с помощью которого созидается будущее) является весьма эффективным средством. Оно эффективно потому, что представляет собой практичный, рациональный и простой способ реализовать желаемое.

Так что, хотя эта книга сама по себе является вполне самостоятельным, цельным и завершенным явлением, она, тем не менее, непосредственно связана с книгой, ей предшествовавшей, — «Радикальное Прощение: освободи пространство для чуда», — а также подкреплена множеством аудиовизуальных ресурсов, которые добавляют ей влияния и практичности. Все это вместе взятое делает ее не просто книгой, а реальным методом, который в буквальном смысле изменит вашу жизнь.

Примечание автора: Если чтение этой книги является неразрывной частью мультимедийной программы под названием *«Программа Радикального Расширения возможностей»*, значит, в вашем распоряжении уже есть все инструменты и ресурсы Радикального Прощения и Радикального Проявления в виде CD, DVD, книг, онлайновых программ и тест-анкет.

Если же вы читаете эту книгу саму по себе и не знакомы с технологией Радикального Прощения, то, возможно, вы найдете много полезного для себя, заглянув на веб-сайт

www.radicalforgiveness.com. Там можно бесплатно скачать множество инструментов, в том числе и *тест-анкеты по Радикальному Прощению,* специально размещенные для того, чтобы вы ими пользовались.

Инструменты Радикального Проявления

Если вы один из тех, кто приобрел эту книгу саму по себе, а не как часть *Программы Радикального Расширения возможностей* со всеми прилагаемыми к ней инструментами, то вы, возможно, пожелаете бесплатно скачать *тест-анкеты по Радикальному Прощению* и приобрести CD *«13 шагов к Радикальному Проявлению»*.

Чтобы скачать материалы, приобрести CD и получить представление о других продуктах, которые могут заинтересовать вас, зайдите на сайт *www.radicalmanifestation.com*.

Часть I Меняя парадигмы

Глава 1 Расширение возможностей как трансформация

Расширение возможностей обычно равнозначно становлению более могущественным в различных направлениях, что позволяет добиться большей эффективности, стать более образованным, более тренированным, более настойчивым, более конкурентоспособным, более мотивированным, более искусным, более сфокусированным; работать более эффективно и упорно, а также разумно расходовать время, деньги, ресурсы и так далее. Все это вещи полезные, и их полезно освоить, чтобы стать более независимым и самостоятельным в материальном смысле и более «успешным» во внешнем мире.

Но суть Радикального Расширения возможностей не в этом, а во *внутренней* трансформации. Оно подразумевает полный и совершенный переворот во взглядах на мир, перенос внимания на собственную систему убеждений, ценностей и категорий. Радикальное Расширение совершается на глубочайшем уровне вашего существа и подводит вас к точке, где вы можете реализовать все, что хотите. Поэтому результатом Радикального Расширения является Радикальное Проявление.

Расширение на этом уровне трансформации заключается в принятии совершенно иной парадигмы реальности — мировоззрения, дающего возможность заявить о своей истинной силе как духовного существа, имеющего физическое тело и переживающего духовный опыт в человеческом мире.

Как только это случится, вы начнете оперировать на том высшем уровне деятельности, где вы неизменно являетесь не просто следствием в этом причинно-следственном мире, а самой *причиной*. Суть в том, чтобы понять, что вы живете в совершенно изобильной Вселенной, позволяющей вам созидать такой мир, какой вы хотите, мир, где нет места разобщенности и где все есть только любовь.

Суть Радикального Расширения возможностей в том, чтобы мы были полностью готовы к освобождению и вибрационному воссоединению с Источником Всего Сущего, который есть в каждом из нас и из которого мы черпаем истинную силу и способность к проявлению реальности. Суть же Радикального Проявления в том, чтобы мы научились пользоваться своим врожденным духовным разумом — тем аспектом нашего ума, который всегда связан с нашей душой, с ее нуждами и «производительной мощностью». Наш духовный разум оперирует на более высоком уровне функционирования, чем ментальный или эмоциональный разум. Он знает, как связаться с Универсальным Разумом и включиться в поток изобилия, являющегося естественным состоянием Вселенной.

Готовность, намерение

Обратите внимание: в первой строке предыдущего абзаца я сказал: «чтобы мы были полностью *готовы* к освобождению и вибрационному воссоединению с Источником». Все, что для этого требуется, — *намерение* повысить уровень своего функционирования и жить *исходя* из новой парадигмы, а не *погружаясь* в нее на все 100 процентов; *намерение* доверять и передоверять; *намерение* отпустить свои привязанности; *намерение* прощать и *намерение* любить себя, даже если мы не соответствуем общепринятым критериям.

Ключ к нашей духовной эволюции

Готовность — ключ к Радикальному Расширению, ибо, хотя некоторые события, переживания и прозрения могут подстегнуть чье-либо преобразование или ускорить его в определенные моменты пути, однако этот процесс редко происходит мгновенно. Истинная трансформация — явление эволюционное. Она подразумевает постоянное обновление наших ценностей, убеждений, критериев и норм поведения, основанных на тех стимулах, которые исходят как от внешнего мира, так и изнутри.

Именно наша *готовность* воспринимать эти стимулы и реагировать на них и обусловливает, насколько быстро и легко мы трансформируемся. Именно наше *намерение* отпустить потребность в доказательстве своей правоты позволит нам на уровне осознания, мышления и бытия продолжать совершать эти эволюционные скачки, тогда как нежелание отпустить уже наработанные и существующие убеждения, критерии и нормы поведения будет замедлять наше поступательное движение и превращать его в борьбу.

Пусть вам будет легко

Исходя из того факта, что вы уже немало сделали на пути собственного развития и духовного роста, эта книга, как и все связанные с ней дополнительные ресурсы[3], создана с целью облегчить вам процесс преобразования. В ней даются инструменты, которые помогут вам лучше усвоить материал, уменьшат страх, сопротивление и не допустят до борьбы.

Не сомневайтесь: как только вы будете готовы принять новую парадигму, Радикальное Проявление вполне МОЖЕТ оказаться простым. Вы удивитесь, насколько все обстоятельства, связанные с нынешней парадигмой (деньги, успех, отношения, карьера, цели и так далее) автоматически встанут на свои места.

Глава 2 Проявление Нехватки

Современное мировоззрение, под которым подписывается почти каждый, не годится для Радикального Проявления. Ныне превалирующие убеждения, категориальные оценки и ценности его просто не поддерживают.

Нынешняя парадигма поддерживает тот фундаментальный критерий, что нехватка, или дефицит, — неизбежный и самоочевидный факт жизни. В результате, вложив немало сил в свою веру в дефицит, мы и в самом деле создали подобную реальность в многочисленных, а в некоторых случаях даже в устрашающих формах. Огромное количество людей на этой планете страдают от угнетающей бедности — именно так вера в нехватку проявляется в реальности в большинстве регионов мира.

На противоположном конце шкалы та же нехватка создается сознательно, чтобы поддерживать рост цен. Например, алмазы безумно дороги, но не потому, что они редко встречаются в природе, а потому, что их поставка на рынок намеренно сдерживается, дабы создавать иллюзию их нехватки и редкости. Нехватка и стоимость неразрывно связаны между собой, поэтому дефицит создается

специально для того, чтобы повышать номинальную стоимость. Вся наша экономическая система основана на идее дефицита и нехватки.

Не думайте, что с бедностью вскоре будет покончено. Бедность — слишком прибыльное дело.

Дефицит на всех уровнях

Хотя мы и не принадлежим к числу самых бедных людей, однако большинству из нас тем или иным образом приходится сталкиваться если не с лишениями, то с нехваткой, поэтому мы рассматриваем ее как одно из величайших испытаний на жизненном пути. Даже очень богатые люди жаждут еще больше богатств и живут в ужасном страхе, боясь потерять то, что имеют.

Наш логический ум постоянно приводит всевозможные аргументы, пытаясь защитить ту позицию, что нехватка — это реальность. Об этом же свидетельствует и наш повседневный опыт; а кроме того, борьба с лишениями и нехваткой является главным оправданием всей нашей жизнедеятельности. Так что мы не слишком легко расстанемся с этой идеей.

В сущности, я с самого начала предполагал, что вы, вероятнее всего, начнете связывать идею Радикального Проявления с мыслью о том, как бы получить — да побольше — того, чего, на ваш взгляд, вам не хватает. Собственно, почему бы и нет? Это кажется самоочевидным. Но все обстоит именно так лишь потому, что мы сами создали это состояние в соответствии со своими убеждениями.

Именно эти убеждения и блокируют присущую нам способность легко создавать изобилие. А это значит: для того чтобы действительно себя преобразовать и радикально расширить свои возможности, нам необходимо пересмотреть и сменить существующие парадигмы.

Что такое смена парадигм? И на какие критерии, убеждения, концепции, ценности и нормы поведения должны мы их заменить, чтобы привести в действие и поддержать процесс собственной трансформации?

Глава 3 Смена парадигмы

Смена парадигмы, разумеется, не есть нечто простое и незначительное. Наоборот, это кардинальное реструктурирование всей когнитивной карты, относящейся к главной сфере знания, понимания и практики, — процесс, который может потребовать длительного времени.

В силу того что вы читаете эту книгу и, несомненно, прочли другие, так или иначе связанные с новой парадигмой, которую мы здесь обсуждаем, то вы, вероятнее всего, уже находитесь в процессе смены парадигм — причем, возможно, даже не один год. Однако вы можете существенно ускорить это преобразование, воспользовавшись советами, приводимыми в этой книге.

Смена медицинской парадигмы

Чтобы проиллюстрировать природу смены парадигмы, будет полезно привести в качестве примера одну из них — ту, с которой знакомы и с которой сталкивалось большинство людей. В данном случае я имею в виду тот факт, как нелегко в медицинском мире происходит переход от существующей парадигмы западной аллопатической медицины к новой парадигме, основывающейся на медицине энергетической.

За последние 400 лет современная аллопатическая медицина прочно утвердилась в западном мире, став в нем доминирующей формой медицины. Огромное число людей даже сейчас охотно принимают все основные предпосылки, на которых она зиждется, и считают самоочевидным тот факт, что они-то и являются «истинной» практической медициной.

Однако за последние 20 лет эта парадигма не раз была оспорена, и ныне происходит весьма ощутимый сдвиг в сторону энергетической медицины. Этот сдвиг по большей части был обусловлен потребителями, которым пришлось бороться на этом пути с медиками-профессионалами буквально за каждую пядь. Однако, поскольку люди сегодня тратят огромные деньги на различные формы энергетической медицины вроде акупунктуры, гомеопатии, траволечения, мануальных видов терапии, обозначаемых общим термином «хиропрактика», Рэйки и так далее, врачи и доктора от медицины теперь тоже начинают обращать на нее все больше внимания.

Традиционная медицина и энергетическая основываются на фундаментально разных предпосылках. Традиционная аллопатическая медицина уходит своими корнями в мир материальной науки и в основном оказывает воздействие на ход болезни с помощью лекарств и/или хирургических методов. Энергетическая медицина работает с тонкими телами человека, которых аллопатическая медицина не признает, и, вместо того чтобы насильственно вторгаться в организм, как это делает последняя, фокусируется на самом теле, стимулируя его к тому, чтобы оно исцелило себя само.

Безусловно, энергетическая и аллопатическая медицина, несмотря ни на что, могут сосуществовать бок о бок друг с другом, хотя такие взаимоотношения легкими не назовешь. Однако при этом они никогда не смогут действовать, что называется, в одной упряжке, сохраняя в то же время свою чистоту и неприкосновенность.

Как происходит смена парадигмы

Социолог Томас Кун описывает три стадии становления новой парадигмы.

1-я стадия. Полное ее неприятие и осмеяние тех, кто ее предлагает.

2-я стадия. Попытка объяснить ее посредством обращения к предшествующей парадигме с использованием старого языка и прежних концепций.

3-я стадия. Восприятие ее как самоочевидного и само собой разумеющегося факта.

Если вы хотя бы приблизительно знакомы с тем, как обстоят дела в этих двух видах медицины, то вы согласитесь со мной, что мы только-только начинаем выходить из первой и приближаться ко второй стадии из тех, что описаны Куном. И происходит это лишь потому, что деньги из бумажников почтеннейшей публики все в большем количестве перетекают в сторону альтернативной, энергетической медицины (акупунктуры, гомеопатии, хиропрактики, Рэйки, методов целительного прикосновения и тому подобного).

Искажение сути

Все это побудило медицинский истеблишмент начать говорить об энергетической медицине — но при этом говорить на языке традиционной аллопатической медицины. Как и следовало ожидать, при такой передаче сама суть энергетической медицины совершенно искажается.

Прекрасный тому пример — когда врачи отзываются о медитации как о «технике релаксации». Они не понимают, что когда человек медитирует, то делает он это не для того, чтобы расслабиться, а для того, чтобы сфокусировать свой ум и сделать его более восприимчивым к тихому, неслышному внутреннему голосу, который соединяет нас с Источником нашего бытия. Конечно, то, что тело во время медитации расслабляется, весьма и весьма полезно, но не в этом цель данного упражнения.

СМИ плетутся в хвосте

Достаточно просмотреть такие издания, как «20/20», «Ровно в полночь» (*Dateline*), «60 минут» (*60 Minutes*), чтобы понять, что в средствах массовой информации, как в общем-то и в среде самих медиков, доминирующей позицией по-прежнему остается осмеяние сторонников энергетической медицины. Это оправдывается тем, что энергетическая медицина «наукой не доказана», а потому недейственна. Никто не упоминает тот факт, что ***по меньшей мере 40 % методов, применяемых в стандартной медицинской практике, никогда не были научно подтверждены***. Вероятно, эта цифра даже выше. Есть многое, что просто не поддается испытаниям с помощью научного метода сравнения — так же как и хирургическим процедурам. Тест в таких случаях проводится лишь на предмет того, действует метод или не действует, а как раз этот тест вполне применим и к энергетической медицине. Смешно сказать, но если в отношении аллопатической медицины это означает «добро», то в отношении медицины энергетической — запрет. А ведь если взять те же акупунктуру и гомеопатию, то они, если верить историческим данным, успешно применяются на практике соответственно 5000 и 7000 лет.

Затрагиваются в СМИ и вопросы безопасности: энергетическая медицина не прошла тестирование и проверку на безопасность в Управлении по надзору за пищевыми продуктами и лекарствами.

Однако те же СМИ хотя и редко, но упоминают, что, по признанию Британской медицинской ассоциации, из-за ошибок врачей ежегодно умирают более 150 000 человек. Вероятно, эта цифра гораздо выше, но здесь интересно то, что даже при такой огромной цифре (150 000) никто не возмущается и не негодует. А если бы вдруг от акупунктуры случилось умереть *одному* человеку, то это событие было бы вынесено на первые страницы всех ведущих газет, а само дело передано на рассмотрение конгресса, дабы он запретил эту пагубную практику.

Позиционирование

Несомненно только одно: ни одно из поименованных учреждений и СМИ не в ладах ни с логикой, ни даже со здравым смыслом. Дело даже не в фактах или в самой науке. Вопрос просто в том, на какой из стадий находится ваше сознание: на первой, второй или третьей. Это вопрос того, где вы стоите или какую позицию занимаете при защите той модели медицины (в данном случае — медицины в целом), которая сложилась у вас в голове. Именно эти вещи — а не наука, не логика и не степень тренированности — и определяют природу этих дебатов. Фактически, ситуация такова, что публика в своем поступательном движении опережает и СМИ, и самих медиков. Она опробовала на себе эти методы, убедилась, что они действуют, и захотела большего. Все очень просто.

Инвестиции в старую парадигму

Публика, с одной стороны, не слишком много вкладывает в ту или иную парадигму — да и то лишь в тех пределах, в рамках которых она считает их эффективными для своего здоровья. Это единственный интерес, который ею руководит. С другой стороны — врачи. Они действительно немало вложили в аллопатические методы лечения — и много денег, и годы образования, обучения и практики, — поэтому они, естественно, будут последними, кто примет новую парадигму.

Так обстоит дело со всеми видами «общепринятой мудрости». Вспомните, что случилось с Галилеем, когда он оспорил идею о том, что Земля — центр Вселенной!

В следующих двух главах мы рассмотрим, где именно мы находимся в процессе смены парадигм, то есть перехода от старой парадигмы об устройстве жизни, основанной на физике Ньютона, дарвинизме, идеях двойственности, разобщенности и ограниченности, к новой парадигме, основанной на идеях квантовой физики — едином поле, единстве всего сущего и бескрайнем изобилии.

И мы, скорее всего, обнаружим, что находимся по отношению к последней примерно на той же стадии, что и по отношению к смене медицинской парадигмы, описанной выше. Возможно, это просто разные аспекты одного и то же.

Глава 4 Декарт и Дарвин

Каждый из нас держит в уме детально разработанную модель мира и своего места в нем. Мы даже называем это «мировоззрением». Другое название для того же — наша космология. В различных культурах мировоззрение не обязательно единообразно, а в некоторых случаях даже радикально различно. В той степени, в какой все индивидуумы, входящие в состав той или иной культуры, разделяют сложившееся и относительно устоявшееся в обществе мировоззрение, в той же степени они разделяют и довлеющую в нем парадигму, то есть сходятся во мнениях и взглядах на то, как устроен мир и как действует сама жизнь. Тем, кто разделяет это мировоззрение, оно кажется самоочевидным и истинным — до тех пор, пока не начинает *меняться*.

Давайте вначале рассмотрим парадигму, определявшую ценности, убеждения, критерии и нормы поведения в западном мире последние 400 лет, а затем — особенности идущей ей на смену парадигмы, которая наделит нас силой осознания себя как самореализующихся духовных существ, переживающих духовный опыт в человеческом теле.

Рене Декарт (1596–1650)

На протяжении столетий роль философов состояла в том, чтобы отыскивать смысл жизни и то, как она устроена. Французский философ и ученый Рене Декарт — один из тех, кто по большому счету ответствен за создание той научной/рациональной парадигмы, которой мы ныне придерживаемся. Декарт более всего известен своим изречением: *«Мыслю — значит, существую»*.

Он был убежден, что все происходящее в природе можно и должно объяснить с помощью науки и математики. Человеческое тело должно пониматься как сложная машина, которую можно просто разобрать до составляющих частей — молекул, атомов и других единиц.

На основе этого возник механистический и редукционистский[4] взгляд на реальность. Все, что нельзя было измерить или объективно вычислить, отметалось как не заслуживающее внимания, поскольку всегда вызывало сомнения. Ум и тело рассматривались как совершенно отдельные аспекты.

Сэр Исаак Ньютон (1642–1727)

Ньютоновская физика стала опорой для этой механистической точки зрения, ибо описывала устройство физического мира в терминах причины и следствия и так далее. Взгляды Ньютона доминировали вплоть до начала XX века, когда квантовые физики опровергли его теории, выдвинув вместо них квантовомеханическую теорию. Однако ньютоновская физика до сих пор применяется в повседневной жизни и все еще действенна, хотя мы теперь понимаем, что она никоим образом не составляет законченное целое.

Чарльз Дарвин (1809–1882)

Другой человек, оказавший огромное влияние на формирование нынешней парадигмы, — это Чарльз Дарвин. Согласно его теории эволюции видов, развитие всего живого осуществляется за счет процесса случайного выбора и выборочных мутаций, основанного на механизме природной селекции и выживании наиболее приспособленного.

Жизнь — это удача

Эта революционная идея в сочетании с механистическими и редукционистскими взглядами Декарта и Ньютона стала моделью и для наших собственных взглядов на жизнь, которую мы рассматриваем не иначе как череду несвязанных, случайных событий. События эти происходят по чистой случайности или же как прямые последствия наших собственных действий или действий окружающих людей. Жизнь — это просто цепь случайностей. У нее нет никакого смысла (а если и есть, то весьма незначительный) и никакой другой цели, кроме *выживания*.

Вы распоряжаетесь наилучшим образом с тем, что вам дано, производите потомство, чтобы продолжить свой род, а затем в соответствующее время умираете.

При таком восприятии жизни основной фокус обращен на внешний мир, особенно на физическое тело, на создание для него удобств и на удовлетворение его желаний.

Причина и следствие

Коль скоро доминирует такая парадигма, то мы, естественно, верим, что объективный мир существует отдельно от нас и наше сознание не имеет к нему отношения. Этот мир — мир причины и следствия, и мы всего лишь следствие, но не причина. Наше осознание — это в основном материя, состоящая из миллионов нейронов, вспыхивающих в нашем мозгу каждую миллисекунду, а наше тело — это просто элегантная машина, сформированная из атомов, молекул и химических веществ. Все совершенно безлично, индифферентно и бессмысленно.

Как говорят в таких случаях, «вроде и жизнь собачья, а тут, глядь, уже и смерть близко».

«Акулы»

Теория Дарвина и его идея о выживании наиболее приспособленного и сильнейшего создает так называемую «акулью» среду, то есть среду, благоприятную для вымогателей и мошенников, или «захватническую» философию, которая узаконивает конкуренцию, дискриминацию и даже хладнокровно-жестокие действия по отношению к другим людям. Это называется социальным дарвинизмом, который как таковой признан законным и обоснованным учением.

Система, основанная на страхе

Из этого причинно-следственного взгляда на жизнь проистекает та идея, что если мы не хотим зависеть от бессмысленных капризов жизни, то должны, насколько это возможно, уметь *контролировать* ее. Иначе нам не выжить. Именно это и делает жизнь системой, основанной на страхе. Если сама жизнь безлична, равнодушна и нейтральна, это значит, что мы полностью зависим только от самих себя. Поэтому мы планируем и организуем свою жизнь, получаем образование, строим физические объекты, производим товары и делаем все от нас зависящее, чтобы контролировать все аспекты жизни и все свое окружение, и делаем это главным образом для того, чтобы достичь высшего уровня физического комфорта и безопасности.

А то, что мы не в состоянии контролировать, мы просто страхуем, надеясь при этом, что не случится ничего неожиданного. А когда неожиданное все же случается, мы чувствуем себя полностью разбитыми, опустошенными и обманутыми жизнью.

Короче говоря, нынешняя парадигма зиждется на глубокой вере в разобщенность и двойственность, в основе которых — страх, осуждение, обвинение и вина, а результат всего этого — нескончаемый конфликт. Даже Бог Отец преподносится как Судия, восседающий «там, наверху» и склонный наказывать нас за то, что мы отдаляемся от Него и недостаточно добры.

Глава 5 Метафизическая реальность

Новая парадигма, к разработке и восприятию которой мы идем, базируется метафизической точки зрения, а потому очень существенно отличается от старой парадигмы, от которой мы отходим. Основные духовные критерии и убеждения, связанные с новой парадигмой, следующие:

Единство и взаимосвязанность

Если текущая парадигма стоит за то, что индивидуумы разделены, различны, не равны между собой, и утверждает иерархическую модель, которая ставит человека превыше всего и наделяет его властью над природой, то метафизическая парадигма утверждает как раз обратное. В ее основе лежит фундаментальная идея о том, что единство и нерасторжимость есть основной принцип существования и что главная объединяющая сила Вселенной — Любовь.

Несмотря на то что реалии различны, известный физик Дэвид Бом, тем не менее, утверждает, что все во Вселенной является частью единого континуума и что именно наша склонность разделять мир на части и игнорировать динамическую взаимосвязанность всех явлений как раз и является причиной большинства наших проблем. Жизнь — это целостный, холистический опыт. Когда мы сознаем, что все мы Одно, это немедленно сказывается и на наших взглядах на все сущее (включая и такие общечеловеческие ценности, как справедливость, равенство, свобода и ответственность), и на нашем отношении к животному царству и самой планете.

Реальна только любовь

Во Вселенной существует только одна энергия — любовь. Когда мы испытываем, например, чувства гнева, вины, страха и печали, то это не что иное, как чувство любви, искаженное до неузнаваемости под

действием убеждений. Каждое действие — это или выражение любви, или призыв к любви.

Вселенная — это совершенство в действии

Вселенная — это выражение совершенства, где все действует так, как должно, и неизменно нацелено на поддержание целого, даже если это выглядит совершенно иначе.

Все происходит не без причины

Все есть выражение идеи совершенства и основного принципа Радикального Прощения. Ничто не происходит с вами, но исключительно *ради* вас. Ваша душа создает эти ситуации как возможности для собственного обучения и развития.

Божественный план

Если в парадигме объективной реальности смысл сосредоточен в самом существовании, а вне его отсутствует, то в метафизической парадигме все в жизни рассматривается как полное смысла, даже если мы и не способны понять, в чем он состоит. Согласно этой парадигме, все происходит целенаправленно и является частью Божественного плана, пусть даже мы и не имеем представления о том, какова цель всего этого, каков этот план или чей он.

Поэтому, в противовес распространенному взгляду, жизнь — это не череда случайных событий, не имеющих ни цели, ни разумного направления. То, что выглядит случайным, на самом деле есть раскрытие Божественного плана, который имеет отчетливую цель — нашу духовную эволюцию. Это план динамический: он изменяется всякий раз, как мы принимаем решение, но при этом никогда не утрачивает состояния Божественного совершенства.

Более масштабная картина

Если существующая парадигма требует физических доказательств и измерений бытия, то новая парадигма строится на доверии к внутреннему знанию, которому ведомо о реальности больше, чем мы способны постичь с помощью своих пяти органов чувств или известных науке приборов. Мы должны смириться с мыслью о том, что реальность куда масштабней, чем мы способны постичь. *(Возможно, однажды мы сможем увидеть эту более масштабную картину и нам все станет ясно, но до этого времени она так и останется неясной.)*

Вселенная учитывает бее детали

Не имея перед глазами всей масштабной картины, мы, естественно, не знаем всех возможных составляющих той или иной ситуации, с которой сталкиваемся. Но Беспредельный Разум в нее посвящен, а потому знает, что соответствует нашим интересам и намерениям, а что нет. Когда мы передоверим эту проблему Беспредельному Разуму, то обнаружим, сколь легко происходят события и сколь просто реализовать желанный мир.

Духовные существа, получающие человеческий опыт

Хотя «духовная амнезия» и необходима для того, чтобы этот эксперимент удался, однако именно наша душа сделала выбор в пользу инкарнации — для того чтобы полностью погрузиться в ограниченный мир разобщенности, двойственности, перемен и страданий. Благодаря этому наша душа получает возможность развиться до состояния воплощенной Любви. Чтобы достичь его, мы должны подняться выше всего того, что *не есть* Любовь. Именно для этого нам и дается человеческий опыт. Старая парадигма прекрасно служит этой цели и в этом смысле идеальна. Кроме того, переживая

человеческий опыт, мы вносим свою лепту в процесс расширения Ума Универсального Разума (Бога).

Духовные существа, получающие духовный опыт в человеческом теле

В соответствующий и заранее предрешенный момент жизни мы пробудимся и, как только осознаем правду о том, кто мы такие, начнем приходить к сознанию этой альтернативной парадигмы. И тогда же мы поймем, что мы — духовные существа, но при этом все так же будем заземлены на человеческом опыте — главным образом для того, чтобы служить другим людям.

Нам дана свобода воли

Хотя мы воплощаемся с благословения Всего-Что-Есть, Беспредельного Разума, Бога, или Высшего Существа, какое бы имя мы Ему ни давали, то, как мы набираемся опыта, какие уроки себе выбираем и как претворяем их на практике, — все это является делом нашего собственного выбора. Нам дана совершенно свободная воля поступать так, как мы захотим, и отыскивать свой собственный путь домой.

Духовный разум

Поскольку наш духовный разум неизменно ведет нас в направлении полного исцеления, он будет создавать ситуации, которые позволят нам узреть ограниченность нашего собственного мышления или наших собственных бессознательных убеждений. Он привлекает в нашу жизнь тех людей, которые отражают эти убеждения, или опять и опять заботливо «проигрывает» одни и те же роли, пока мы не избавимся от ложного восприятия и не пробудимся к постижению истины о том, кто мы есть.

Враги как учителя и как ангелы-целители

Люди, которых мы не любим больше всего, являются нашими лучшими учителями, ибо они могут дать нам возможность исцелить себя одним из трех способов:

а) отражая то, что мы ненавидим в самих себе, не принимаем, подавляем и проецируем на них;

б) заставляя нас увидеть то, что мы подавляем в себе, но что по-прежнему остается нашим стержневым убеждением или неисцеленной травмой;

в) удерживая нас на избранном пути и не давая уклониться от миссии.

Жизнь — это зеркало

Все, что якобы происходит в этом объективном мире, не более чем иллюзия — всего лишь проекция нашего сознания (наших неосознанных убеждений, идей, отношений и так далее). Чтобы узнать, что они собой представляют, взгляните на то, что преподносит вам жизнь. Жизнь — это просто зеркало, которое показывает вам, каковы ваши убеждения. Если вы, например, убеждены, что людям нельзя доверять, то в вашей жизни будут появляться люди, которые будут обманывать и предавать вас. Мы обычно весьма склонны верить в правоту своих убеждений, а потому бессознательно создаем всевозможные ситуации, чтобы доказать или подтвердить их. Вот насколько мы сильны, хотя даже не подозреваем об этом!

Нечего прощать

Если старая парадигма фокусируется на осуждении, гневе, обвинении и наказании, то новая парадигма провозглашает, что

поскольку все происходит не без причины, то нет ничего правильного или неправильного. Все просто есть. Поэтому с духовной точки зрения не происходит ничего плохого или хорошего, а потому и нечего прощать. Прощение спорно.

Не «где-то там, вовне», а «здесь, внутри»

Если старая парадигма неизменно фокусируется на объективном мире где-то там, вовне, то новая признает, что этот мир «где-то там, вовне» является проекцией мира «здесь, внутри» и что они неразделимы. Все едино. Даже Бог живет сейчас в каждом из нас, а не «где-то там, наверху». Мы и Бог — одно, а Бог — это Любовь, объединяющая сила Вселенной.

Духовная энергия

Если старая парадигма действует в рамках жестких ограничений, в трехмерной реальности, где религия есть некая отдельная реальность, то новая парадигма выдвигает вперед, точнее, в центр *духовность* (не религию) и расширяет наши представления о реальности за рамки существующих измерений, за границы формы и пространства, к измерениям, которые духовны по природе. Ученые, выдвинувшие теорию струн, близки к доказательству того, что все во Вселенной состоит из крошечных энергетических «струн» и «петель» и что то, что проявляется в конечном счете в физическом мире, является лишь функцией их вибрационной частоты.

Энергетические тела

Вместо того чтобы рассматривать тела как машины, мы теперь воспринимаем их как ряд взаимоувязанных энергетических полей, а потому здоровье — это вопрос балансирования энергий. Проводя занятия для сотрудников корпораций, я акцентирую их внимание на том, чтобы они смотрели на свою корпорацию не как на мешанину

отделов, зданий, систем и так далее, а как на комплексное энергетическое поле, составленное из энергетических полей тех людей, кто здесь работает.

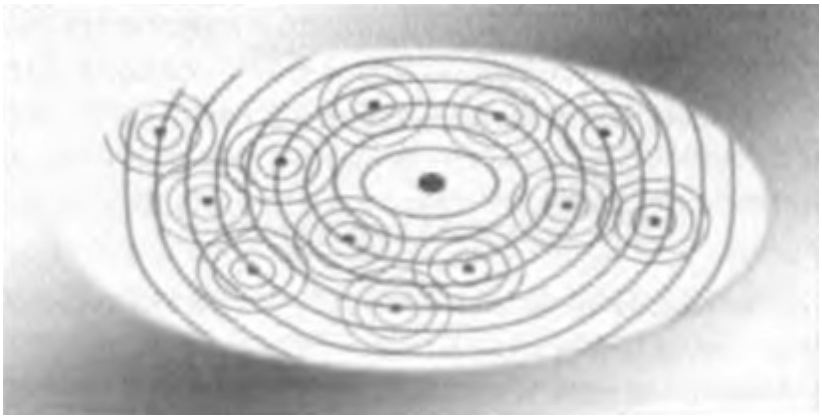


Рис. 1. Энергетическое поле корпорации

После этого они начинают понимать, что благополучие корпорации зависит от благополучия корпоративного энергетического поля, а оно, в свою очередь, зависит от всех сотрудников корпорации, чьи энергетические поля чисты и здоровы.

Причина или следствие

Если старая парадигма целиком и полностью отдает нас на милость жизни, не отводя нам никакой роли в ее созидании, то новая парадигма позволяет нам быть не просто следствием в этом причинно-следственном мире, но *причиной*. И это не просто слова. Физики доказали, что сознание — творческая сила Вселенной и что материя возникает в результате нашего наблюдения за жизнью Вселенной.

Материя может существовать в виде волн и частиц. До своего проявления она существует как волновая форма — потенциал. А проявляется, когда преобразуется из волны в частицу. И именно наше сознание решает, будет это волна или частица. Поэтому сказать, что мы не имеем никакого отношения к самому сотворению,

было бы прегрешением против истины; наоборот, мы созидаем мир каждое мгновение. Наша жизнь — это наше собственное творение. Осознание этого является первым шагом к Радикальному Проявлению.

Не логично

Новая парадигма отводит нашему логическому уму не слишком значительную роль, поскольку в основе структуры нашего логического мышления и рассудочности лежит старая парадигма. Наши попытки объяснить ее понятийным языком ныне существующей парадигмы, возможно, слишком ничтожны, но это лучшее, что мы можем сделать в данное время.

Это работает!

Хотя в нашем распоряжении есть квантовая физика, своими открытиями неустанно поддерживающая правомерность новой парадигмы, однако единственной формой оправдания этой парадигмы, которая есть у нас как индивидуумов, является глубокое внутреннее познание — субъективная реальность. Поэтому метафизическое устройство реальности — это не столько теория, сколько познание. А единственное доказательство ее ценности, когда мы в нее поверим и возьмем на вооружение, — это то, что она, судя по всему, работает!

Радикальное Прощение

Лучшим примером этого для меня, естественно, является Радикальное Прощение. Я преподавал эту методику более 10 лет и убедился, что она необычайно действенна. Она действительно срабатывает, а ведь выстроена она всецело на основе новой метафизической парадигмы.

Для рационального ума, воспитанного в контексте старой, объективной парадигмы, Радикальное Прощение не имеет никакого смысла. Но даже склонный к анализу, привыкший мыслить левым полушарием мозга скептик, действующий в рамках старой парадигмы, — и тот будет бессилен: этот метод докажет свою действенность и в его руках, если только он пожелает воспользоваться простыми инструментами, которыми вооружает его эта технология.

Жилет

Вот история, подтверждающая сказанное. Одно время я проводил семинары, посвященные методике Радикального Прощения, и на одном из семинаров (он проводился в Австралии) одна из его участниц поведала мне свою историю, которая оказалась столь душещипательной, что я, тронутый до глубины души, просто не смог продолжать семинар, что в духовном смысле, как мне казалось, было в тот момент наилучшим решением.

Она пребывала в таком отчаянии из-за своих детей и того, что с ними творилось, что я был просто не в силах подвести ее к состоянию Радикального Прощения. Поэтому я сказал членам группы, что не могу вести семинар, а стало быть, не могу разумным образом быть их наставником и руководителем. Как я мог рассчитывать на то, что они будут применять эти принципы при решении своих собственных проблем, если сам я не в состоянии применить их равно ко всем ситуациям?

Поэтому я предложил на выбор два варианта:

а) я верну им деньги, мы прекратим семинар, и я со жгу книгу;

б) мы продолжим семинар и доведем до конца все упражнения, хотя никто, включая и меня, в них не верит.

Слава богу, они выбрали последний, и мы продолжили занятия.

Невероятно, но к концу семинара эта женщина пребывала уже в состоянии чистого блаженства и в полном мире и согласии со своей ситуацией. Я знаю, что она и по сей день пребывает в этом состоянии, хотя с тех пор прошло много лет. Этот результат произвел на всю группу и на меня самого глубочайшее впечатление. Эта женщина вернула мне веру в процесс Радикального Прощения, поскольку, если смогла она, даже учитывая сложность ее ситуации, значит, сможет и каждый.

После этого мы уехали в другой город, а через неделю или около того мне по почте прислали прекрасный жилет, который эта женщина связала специально для меня.

В тот вечер после семинара, сказала она, в ней пробудилось столько энергии, что ей нужно было вложить ее во что-то осязаемое. Вот она и связала мне жилет, вышив на нем всевозможные знаки и символы, почерпнутые из этой книги.



Рис. 2. Жилет

Теперь я надеваю этот жилет (или другой, который она связала сразу вслед за первым) в первый день каждого из семинаров и ношу как напоминание о двух вещах. Во-первых, о том, насколько я слаб и нестабилен в своей способности поддерживать идеал и сохранять совершенство перед лицом, казалось бы, ужасных событий; а во-

вторых, как свидетельство того факта, что до тех пор, пока ты исполнен решимости использовать эти инструменты, метод так или иначе сработает.

Этот случай также доказал: для того чтобы сработал метод Радикального Прощения, вообще не требуется никаких убеждений.

Он никак не связан с интеллектуальным умом; это чисто энергетическое явление.

Инструменты, которые дополнительно прилагаются к методу, просто способствуют тому, что энергия, связанная с определенными травмами, мыслями, убеждениями, критериями, равно как и с ситуациями, течет туда, куда и должна течь, и равномерно распределяется по всей площади. Именно это и делает Радикальное Прощение столь легким в исполнении методом.

Столкновение парадигм

Выше я уже говорил, что ни логика, ни здравый смысл — ничто из них не решает, где именно мы находимся в процессе смены парадигм. Скорее это зависит от позиции, которую вы занимаете в это время, — то есть, другими словами, от вашей преданности той или другой парадигме.

Эволюция и разумный дизайн

Интересно, что в то время, когда пишутся эти строки, мы видим в Америке четкое позиционирование или, вернее сказать, противостояние между теми, кто защищает первую, и теми, кто защищает вторую парадигму. Одна группа утверждает, что дарвиновская теория эволюции — единственное достойное объяснение начала возникновения жизни. Другая отрицает дарвиновскую теорию на основании того, что она, дескать, не в состоянии объяснить разнообразие, сложность, симбиотическую

взаимозависимость и невероятную красоту жизненного процесса. Эта группа выступает с метафизической идеей, получившей название *разумного дизайна,* которая, по их мнению, объясняет все эти аспекты. Они стоят на той позиции, что природу можно понять, только если приписать ее сотворение (дизайн) некоему всеобъемлющему и непознаваемому Разуму.

Оставляя в стороне тот неблаговидный факт, что консервативные политические силы создали слишком извращенную версию теории разумного дизайна, положив ее в основу кодекса *креационизма* (идеи о том, что мир был сотворен в точном соответствии с библейской историей), а на место дизайнера поставив своего Бога, тем не менее сама идея разумного дизайна в чистом виде олицетворяет взгляд, наиболее полно ассоциирующийся с метафизической парадигмой.

Единство, а не разделенность

Сходным образом, в тот самый момент, когда я пишу эти строки, наметился еще один интересный раскол, на этот раз внутри христианского евангелического движения, где две фракции отстаивают свои позиции по вопросу (насколько я понимаю) единства и разделенности.

Поводом к этому стал спор о том, должно ли правительство принять меры против глобального потепления или нет. Эти дебаты ведутся в рамках того, что одна группа придерживается точки зрения, что человеческие существа в великой схеме природы стоят выше всех других и их интересы являются первостепенными. Поэтому если сократить выделение углекислого газа (CO_2), то это плохо отразится на (американской) экономике, а стало быть, и на американцах, так что спор скорее идет о том, чтобы создать прецедент по вопросу о природной и климатической стабильности.

Другая группа приводит в защиту своей позиции доводы о том, что человеческие существа должны заботиться обо всем Божьем

творении и что мы поэтому должны быть рачительными управляющими этой планеты и нести за нее ответственность. А потому должны принять меры, чтобы сократить выбросы в атмосферу CO_2.

Интересно проследить за тем, как эти дебаты будут разворачиваться дальше, особенно учитывая тот факт, что евангелисты как группа составляют большую часть избирателей, поддерживающих Джорджа Буша, а он больше склоняется к тому, чтобы игнорировать проблему глобального потепления, ибо принятые меры могут плохо сказаться на бизнесе.

Глава 6 Когда обе парадигмы уживаются вместе

На первый взгляд вам, должно быть, покажется, что эти две жизненные парадигмы взаимно исключают друг друга. Однако давайте возьмем в качестве примера обычных людей, заботящихся о своем здоровье и исцелении: они просто берут лучшее из традиционной медицины и лучшее из медицины энергетической и применение такого их сочетания благотворно сказывается на их самочувствии. И мы как духовные существа, совершающие духовное странствие по земному плану, тоже должны научиться одновременно работать с обеими парадигмами. Нам нужно столь же основательно заземлиться в парадигме, основанной на восприятии объективного устройства реальности, как мы укоренены в парадигме, основанной на метафизическом и духовном восприятии.

Я лично считаю, что мы воплощаемся, или наделяемся земной жизнью, чтобы пережить опыт разделения. Конечная цель всего этого — усилить чувство единства, испытав его противоположность. Естественно, чтобы добиться этого, нам просто необходимо поверить в разделенность, но как только мы познаем это состояние в той степени, которая требуется нашей душе, чтобы оценить те накопления и наработки, на которые она дала согласие до инкарнации, мы начнем заранее предопределять процесс

пробуждения к осознанию того, кто мы есть. (*Для большинства людей этот процесс обычно начинается в середине жизни и может длиться несколько лет.)* В сущности, процесс пробуждения есть не что иное, как сдвиг в сторону приятия новой парадигмы.

Выбор в пользу старой парадигмы

Несмотря на приведенные выше комментарии, остается непреложным тот факт, что в западном мире, особенно когда речь заходит об обычной повседневной жизни и практических делах, мы при обустройстве физической реальности и жизни, как мы их себе представляем, в основном по умолчанию делаем выбор в пользу парадигмы объективной реальности.

Аналогичным образом мы поступаем и в другом случае. Ибо, хотя квантовая физика доказала, что ньютоновская физика фундаментально ошибается, и несмотря на то, что квантовая физика существует более чем полвека, мы все так же по привычке обращаемся за помощью к ньютоновской физике, когда стремимся познать мир с практической стороны. На этом уровне последняя по-прежнему остается действенной.

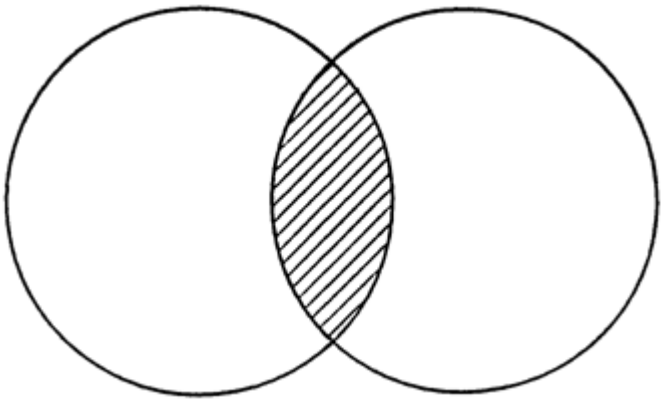
Точно так же в 90 случаях из 100 мы в настоящее время обращаемся не к новой, а именно к старой парадигме, которая является фундаментом нашего человеческого опыта, как ньютоновская физика — практическим фундаментом повседневных дел. Если же мы и обращаемся к квантовой физике в будничной жизни, то очень редко; и точно так же лишь в очень редких случаях мы способны воспринимать жизнь в перспективе новой парадигмы.



Отхлестать себя за то, что мы не сумели полностью сжиться с новой парадигмой, а потому вынуждены проходить поэтапный процесс собственной трансформации, было бы слишком просто; однако было бы куда хуже, если бы мы начали внушать себе, что уже живем в соответствии с новой парадигмой.

Нет, не живем.

Наше сознание еще не настолько развито, чтобы мы полностью приняли эту парадигму. Но мы идем к этому. В результате массового пробуждения и преобразования приведенное выше процентное соотношение быстро и кардинально изменится, но мы должны неустанно продолжать работать над этим.



Наша задача в том, чтобы менять, медленно, но неуклонно, соотношение между приверженностью той или другой парадигме и в

конечном счете подойти к той точке, где мы без труда сможем одновременно уживаться с обеими.

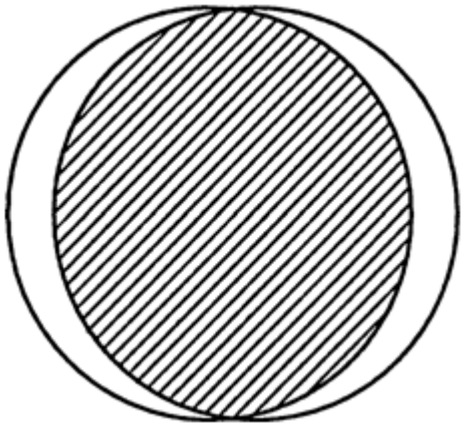


Рис. 3. Становление парадигм

Переходный период

Но не следует пассивно ждать, когда это случится. Инструменты Радикального Прощения и Радикального Проявления позволяют активно осуществлять этот процесс на практике. Используя эти инструменты, вы воистину «подделаете реальность, прежде чем ее реализуете». Но, как мы уже видели, поскольку никаких убеждений для этого не требуется, эта «подделка» окажется вполне эффективной. Так что вы и переходный период испытаете, и новую парадигму ощутите.

Мост Радикального Прощения и Проявления

«Подделка» реальности с помощью инструментов Радикального Прощения и Радикального Проявления даст нам возможность отказаться от обычных представлений о жизни и стать восприимчивыми к новой парадигме еще до того, как мы ее полностью осознаем.

Каждый из инструментов — это своего рода мост между двумя реальностями. Они позволяют легко и свободно переходить от одной к другой, почти того не сознавая.

Как и в любом другом деле, чем больше мы практикуем что-то, тем меньше боимся этого. Когда придет время совершить окончательный переход, мы уже настолько свыкнемся с вибрациями реальности, основанной на любви (благодаря, естественно, использованию наших инструментов), что к этому времени весь страх перед окончательным прыжком улетучится.

Сколько времени займет процесс преобразования, остается только гадать. Очевидно, что у различных индивидуумов он будет различен, однако по большому счету его продолжительность зависит от того, насколько усердно и целеустремленно люди используют имеющиеся инструменты.

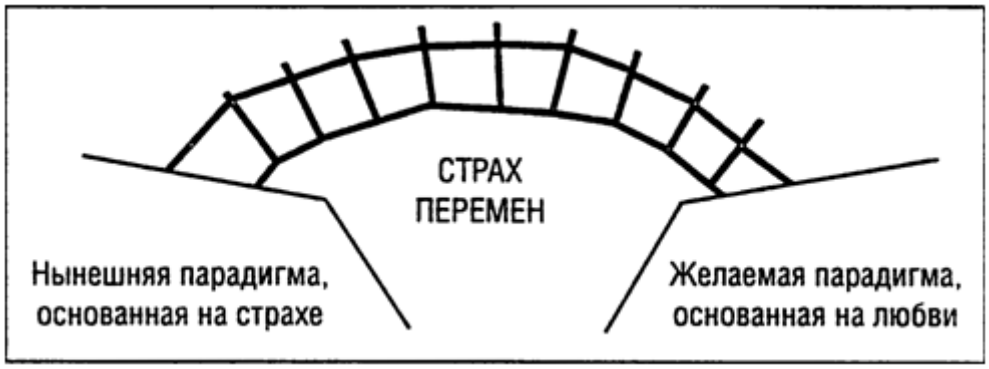


Рис. 4. Мост к Любви

Помните: инструменты предназначены не только для того, чтобы мы упражняли навык пребывания в вибрациях метафизической парадигмы по мере ее реализации, но и для того, чтобы постоянно и последовательно повышать свои вибрации до того уровня, где необходимость в этих инструментах отпадает. К этому времени наше преобразование завершится, и мы будем обладать силой и полномочиями на всех уровнях.

Часть II Критерии Радикального Проявления

Глава 7 Критерии

В части I необходимо было дать понять, что Радикальное Проявление может действовать лишь в рамках метафизической парадигмы. На этой основе мы можем теперь обрисовать те критерии, которые формируют основание Радикального Проявления. Вот эти критерии:

Критерий № 1. *Радикальное Проявление проистекает из осознания того, что Дух — источник удовлетворения всех наших нужд и что изобилие — естественное состояние Вселенной, где нет недостатка ни в чем. Именно отсюда мы создаем и реализуем желаемое, сознавая, что заслуживаем то, чего хотим.*

Большинство людей согласятся с тем, что во Вселенной нет недостатка энергий. Напротив, их великое изобилие. Если все то, что имеет физическую природу, представляет собой не что иное, как энергию, проявленную, как утверждает квантовая физика, с помощью сознания, тогда — теоретически — нет недостатка ни в чем, что мы намереваемся получить, конечно, если мы знаем, чего хотим, и знаем, как этого просить.

Физик Дэвид Бом провозглашает, что ощутимая реальность повседневной жизни столь же иллюзорна, как и голографический образ. За так называемой объективной реальностью имеется более глубокий уровень реальности, который и порождает — причем бесконечно — материальный мир. Он назвал этот уровень реальности «свернутым порядком», когда реалии непроявленны и «свернуты»,

ожидая часа своего проявления («развертывания») с помощью механизма сознания. Когда же под действием сознания это наконец происходит, реалии «разворачиваются», образуя тот порядок реальности, который Бом назвал «развернутым».

С точки зрения Бома, проявление всякой формы есть лишь результат бесчисленных смещений от «свернутого» к «развернутому» порядку реальности, и, в принципе, нет пределов числу тех реалий, которые можно проявить, или «развернуть», из «свернутой» реальности. Все они присутствуют в непроявленном виде — в виде энергии — в «свернутой» реальности, дожидаясь, когда мы их «развернем» и сделаем проявленными. Мы обладаем для этого соответствующей силой, и именно этот процесс я и имею в виду под Радикальным Проявлением. Сделать это или нет — целиком и полностью обусловлено нашим *выбором*.

Сомневаюсь, чтобы кто-нибудь пожаловался на отсутствие подобного опыта: всякий знает, что когда страстно хочешь чего-то, то получаешь это именно в тот момент, когда в этом возникает надобность! Я не поверю, если кто-либо скажет, что с ним такого не случалось хотя бы раз в жизни. Для меня важно не то, как именно вы это интерпретировали — как удачу, везение, фортуну или же вы смогли разглядеть объективную причину случившегося (наш подвижный ум всегда изобретет нечто логическое для объяснения подобных случаев), — а то, благодаря какой возможности вы вызвали это событие на свет божий из «свернутой реальности».

Это подводит нас к закономерной проблеме, которая естественным образом вытекает из приведенного выше первого критерия. Существует множество негативных стержневых убеждений, рождающихся под влиянием нашей приверженности старой парадигме, но наихудшие из них — это «*я не достоин*» и «*я этого не заслуживаю*». И хотя они чрезвычайно эффективно блокируют нашу способность реализовывать желаемое из моря изобилия и по своей природе невероятно удручающи, огромное большинство людей, тем

не менее, активно придерживается этих и им подобных убеждений. Эти верования возникают из системы суждений, сложившейся под влиянием старой парадигмы.

Суть дела, однако, в том, что Вселенная совершенно нейтральна. Она никого и ничего не судит, не осуждает и не оценивает в критериях «заслуживает» или «не заслуживает». Она любит вас без всяких условий и дает все, что вы просите. Проблема в том, что, если вы считаете, будто не заслуживаете того или иного, она даст вам лишь то, что *подтвердит* это ваше убеждение. Вы получите лишь то, чего, по вашему мнению, *заслуживаете*.

Как уже говорилось в части I этой книги, если вы хотите знать, каковы ваши убеждения, то присмотритесь к своей жизни и к тому, что она вам показывает. Здесь есть прямая взаимосвязь.

Критерий № 2. *Радикальное Проявление зависит от того, в какой степени человек с помощью технологии Радикального Прощения готов очистить свое сознание от всех и всяческих волнующих историй о жертвах/преступниках, включая все связанные с ними обиды, негодования, обвинения, чаяния или осуждения.*

Проблема, которую заключает в себе данный критерий, касается качества и чистоты вашего энергетического поля и уровня ваших вибраций. Чтобы уметь реализовать желаемое в жизни, уровень ваших вибраций должен быть достаточно высоким, а ваше энергетическое поле — относительно чистым.

Представьте свое энергетическое поле в виде воздушного фильтра в вашей машине. Чем более засорен фильтр, тем менее эффективно работает двигатель. Так же и ваше энергетическое поле: чем больше оно засорено обидой, гневом, горечью, печалью и им подобными «осадками», тем ниже ваши вибрации, и все же вы способны практиковать Радикальное Проявление.

К счастью, вы имеете в своем распоряжении технологию, с помощью которой можете очистить свое энергетическое поле от всех «историй» о жертвах и преследователях, порождающих низкую вибрацию. И технология эта — Радикальное Прощение.

Под действием технологии Радикального Прощения такие полученные в детстве травмы, как одиночество, отторжение со стороны родителей, грубое обращение и так далее, быстро исцелятся. То же относится и к боли от развода, от утраты друга или супруга, от измены, проблем на работе и так далее. (Это не значит, что вы не можете позволить себе проявлять чувства. Наоборот, вы *должны* их проявлять. Это важно. Иначе вы вступите на «обходной духовный путь», а он не приносит результатов.) Чувство вины и стыда тоже быстро уйдет под действием Радикального Прощения себя.

Для создания высоких вибраций вы должны полностью отпустить сознание жертвы. Обвинениям нет места в этой парадигме. Ни осуждению, ни тыканью пальцем в других. Вы должны взять на себя ответственность за созидание своей жизни, ибо вы действительно ее творите и созидаете.

Что это значит — обладать высокими вибрациями? И как определить, высокие ли вибрации у человека или низкие? Возможно, нижеследующее поможет пролить свет на эти вопросы.

Люди с низкими вибрациями

Люди с низкими вибрациями постоянно склонны к проявлению таких эмоций, как гнев, страх, обида, ревность, цинизм, апатия и

другие негативные чувства, а также отличаются преобладанием негативных стержневых убеждений. Они тяготеют к энергетическому вампиризму и берут из системы больше, чем туда вкладывают. Имеют склонность к лжи, обвинению и осуждению других.

Люди с высокими вибрациями

Люди с высокими вибрациями обычно свободны от наиболее негативных эмоций и отличаются преобпаданием у них позитивных стержневых убеждений. Скорее всего, он или она — человек светлый, счастливый, непредубежденный, приятный, душевно чистый, творческий и готовый к сотрудничеству. Высоковибрационные люди более склонны к проявлению таких эмоций, как признательность, благодарность, сострадание, смирение и любовь, чем к более негативным по природе эмоциям. Они обычно привлекают к себе тонкую энергию, излучаемую Духом, и сторонятся энергий, эманируемых эго. Люди с высокими вибрациями обычно отличаются цельностью натуры и больше стремятся вкладывать в систему, чем брать оттуда. Они дарят свою энергию окружающим, а не стремятся отобрать ее у других. В их присутствии чувствуешь себя бодрым и энергичным.

КАЧЕСТВО	ОЧКИ	ЭМОЦИЯ
Миролюбие	600	Блаженство
Радость	540	Безмятежность
Любовь	500	Благоговение
Разум	400	Понимание
Приятие	**350**	**Прощение**
Готовность	**310**	**Оптимизм**
Нейтральность	250	Доверие
Мужество	200	Утверждение
Гордость	175	Презрение
Гнев	150	Ненависть
Желание	125	Страсть
Страх	100	Тревога
Горе	75	Сожаление
Апатия	50	Отчаяние
Вина	30	Обвинение
Стыд	20	Унижение

Рис. 5. Шкала сознания

Вибрационная шкала

Приводимая ниже таблица служит образцом того, как индивидуальные качества ума ранжируются по степени вибрации. Эта информация взята из эпохальной книги доктора медицины и философии Дэвида Хокинса «Могущество против силы» (*Power* vs. *Force*), в которой он оценивает по степени значимости многие качества ума, присваивая каждому определенное количество очков от одного до 600.

200 — центральная точка

Критической точкой на этой шкале является отметка 200. Отметки ниже 200 указывают на то, что основной проблемой человека является проблема личного выживания и он скорее склонен брать из системы, чем туда вкладывать. Оказываемое такими людьми влияние

на совокупное энергетическое поле той группы, частью которой они являются, в основном негативного характера. Люди же с качествами ума выше этой отметки, скорее всего, станут больше заботиться о благе как своем, так и окружающих, а потому оказываемое ими влияние на совокупное энергетическое поле группы в основном чисто позитивного характера.

С учетом этой перспективы Хокинс указывает, что подавляющее большинство населения мира находится ниже отметки 200. Однако поскольку несколько человек, вибрирующих на очень высоких уровнях частоты (500+), более чем уравновешивают энергию большинства людей, вибрирующих на частотах ниже отметки 200, то средней отметкой является 207. Причем отметка 200 была пройдена в последнее десятилетие. Тот, кто вибрирует примерно на частоте 350, уравновешивает 200 000 человек с уровнем ниже 200. А тот, кто вибрирует на уровне 500, уравновешивает 750 000 человек с уровнем ниже 200.

Ни хороший, ни плохой

Основная идея всей этой статистики — дать понять, что никого не следует ни судить, ни оценивать в категориях он/она хуже или лучше других, то есть не следует давать оценочные критерии «хороший»/«плохой». Вот что пишет по этому поводу Хокинс:

> «Моральное осуждение — это просто следствие той точки зрения, которая ему предшествует. Мы видим, например, что человек, находящийся в Горе, которое оценивается низким уровнем в 75 очков, окажется в гораздо лучшем состоянии, если поднимется до Гнева, который оценивается

150 очками. Гнев, который сам по себе выступает как деструктивная эмоция, является низменным состоянием сознания, однако апатия, как подтверждает вся социальная история, может поработить не только отдельных индивидуумов, но и целые субкультуры. Если потерявший надежду человек сможет подняться до желания чего-то лучшего (Желание — 125) и использовать энергию Гнева (150), чтобы развить Гордость (175), тогда ему останется лишь один шаг до Мужества, которое оценивается 200 очками, после чего он продолжит совершенствовать свои индивидуальные и коллективные качества».

Стремитесь к отметке 350–500

В этой книге, как и во всех своих сочинениях на тему Радикального Прощения, я постоянно подчеркиваю важность *готовности*. Поскольку Готовность оценивается в 310, а Приятие — в 350 очков, я сделал преждевременный вывод, что отметка 400 — это тот вибрационный уровень, которого должны достичь люди, чтобы полностью сродниться с парадигмой, на которую опирается технология Радикального Прощения и Радикального Проявления.

Однако, еще раз внимательно прочитав труды Хокинса, я теперь убежден, что 500 — та вибрационная отметка, которая более соответствует поставленной цели или, во всяком случае, программе

развития (см. ниже), особенно учитывая тот факт, что мы теперь добавляем к Радикальному Прощению методику Радикального Проявления. Это именно та точка, с которой, по словам Хокинса, духовное осознание делает гигантский скачок. Процитируем самого Хокинса:

«На нашей шкале сознания имеются две критические точки, намечающие путь к великому прогрессу. Первая — это отметка 200, начальный уровень расширения: отсюда проистекает готовность прекратить обвинять других и принять ответственность за собственные поступки, чувства и убеждения. (До тех пор пока причина и ответственность проецируются извне, человек так и останется в состоянии бессильной жертвы.) Вторая — это отметка 500, уровень, который достигается приятием любви и свободного от суждений прощения как образа жизни, а также практикой безусловной доброты ко всем людям, реалиям и событиям *без исключения»* (*курсив мой*. — К. Т.).

Из этого видно, что если мы находимся на шкале между отметками 200 и 500, то это очень хорошо с той точки зрения, что мы уже готовы прекратить «игру в судей и обвинителей» и взять ответственность за свою собственную жизнь; однако только после того, как мы достигнем отметки 500, Радикальное Проявление

наконец настолько глубоко укоренится в нашем сознании, что станет нашим преимущественным образом жизни.

Я чувствую, что, только когда мы начнем постоянно вибрировать на частоте, соответствующей отметке 500, мы наконец войдем в полную силу как сознательные творцы собственной желанной реальности. Кажется вполне разумным, что если чья-то вибрация меньше отметки 350, то он пока не может начать жить в соответствии с метафизической парадигмой. Вот почему работа по Радикальному Прощению, которая выводит нас на уровень выше 350 очков, является необходимым условием для полного Радикального Расширения возможностей, которое приблизительно соответствует отметке 500.

Для многих из нас ситуация на данный момент такова, что мы — в зависимости от того, что именно происходит в это время в нашей жизни, — колеблемся где-то между уровнями 350 и 500, вероятно, лишь в очень редкие моменты достигая высшего уровня. Тем не менее, именно к отметке 500 мы должны стремиться в своем развитии, работая по прогрессивной программе Радикального Расширения возможностей, которая поэтому так и называется — «Программа клуба 500».

Критерий № 3. *Радикальное Проявление прямо пропорционально готовности человека жить в соответствии с метафизической парадигмой, подстраивая под нее свои ценности и поступки, во всяком случае, насколько это возможно в данное время.*

В части I этой книги мы уже разбирали основополагающие ценности. убеждения, концепции, идеи и критерии, ассоциирующиеся с парадигмой, которую мы называем метафизическим устройством реальности, так что повторять их здесь нет необходимости.

Мы также говорили о том, что переход от одной парадигмы к другой — это непременно постепенный процесс и что ключом к нему является *готовность*. Как только человек готов к этому переходу и использует все, что в его силах, чтобы осуществить этот переход, и повышает уровень своих вибраций, как сказано выше, — этого оказывается вполне достаточно.

Что подразумевает, естественно, постоянное использование всех инструментов Радикального Прощения, пока это не войдет в привычку. Как мы видели, искренняя готовность обзавестись ценностями и убеждениями, соответствующими новой парадигме, повысит ваши вибрации до такой степени, что позволит вам стать тем, кем вы стремитесь стать, — творцом.

Важно также, что мы останемся полностью связанными с реальным человеческим опытом. Опасность чрезмерной идентификации себя с новой парадигмой, с ее акцентировкой на духовность, заключается в том, что мы можем забыть, что человеческий опыт — это опыт «телесный». Он должен главным образом усваиваться посредством органов чувственного восприятия и передаваться посредством чувств. Это своего рода упражнение в том, как одновременно жить и в Мире Человеческом, и в Мире Божественной Истины. Вкратце эти миры можно описать следующим образом.

Мир Человеческий — это мир объективной реальности, как мы ее видим *вне самих себя*. Будучи миром формы, он обеспечивает как среду, в которой мы живем повседневной человеческой жизнью, так и реальность, которую мы познаем с помощью пяти органов чувств. Этот мир заключает в себе энергетические схемы смерти, перемен, страха, ограниченности и двойственности и составляет для нас ту среду, в которой мы как духовные существа осознаем себя людьми.

Мир Божественной Истины, с другой стороны, не имеет физической формы и содержит в себе энергетические схемы вечной жизни, бескрайнего изобилия, любви и единства с Духом. Хотя мы и не в состоянии воспринимать этот мир с помощью имеющихся у нас органов чувств — да и, по большому счету, не обладаем ментальными способностями, чтобы его понять и осмыслить, — мы, однако, в достаточной мере ощущаем его, чтобы не сомневаться в том, что он существует. Такие виды ментальной деятельности, как молитва, медитация и Радикальное Прощение, повышающие уровень наших вибраций, открывают нам доступ в Мир Божественной Истины.

Эти *экзистенциальные миры* если и отличаются между собой, то не пространственными или временными параметрами, а исключительно вибрационным уровнем. Исследования в области квантовой физики доказали, что реальность состоит из энергетических схем или шаблонов, которые поддерживает сознание. Таким образом, мир формы существует в виде плотных концентраций энергии, вибрирующей на частотах, которые мы можем воспринимать физическими органами чувств. Мир же Божественной Истины, с другой стороны, мы воспринимаем в виде внутреннего знания и сверхчувственного (экстрасенсорного) осознания.

Поскольку эти два мира существуют в одном континууме, стало быть, мы не живем то в одном из них, то в другом. Нет, мы живем одновременно в обоих. Однако какой именно из этих миров мы воспринимаем в данный момент — это зависит от уровня нашего осознания. Очевидно, что поскольку сейчас мы человеческие существа, то наше сознание легко резонирует с Миром Человеческим. Наши органы чувств естественным образом вовлекают нас в этот мир и убеждают в том, что он реален. Однако, как говорилось выше, наша задача — учиться жить в обоих мирах одновременно.

Критерий № 4. *Радикальное Проявление зависит от ясности понимания человеком того, него он хочет и почему он этого хочет, от того, насколько ясен его запрос, как велика его благодарность за реализованное желание, и, наконец, от степени его готовности не привязываться мысленно к желаемому.*

С этим критерием связано множество проблем, и все их необходимо рассмотреть.

Первая и самая очевидная — это то, что Вселенная не даст вам желаемого до тех пор, пока вы ее не *попросите*. Она, безусловно, и сама знает, в чем ваша нужда, но поскольку вам дана свободная воля, то откликается она только на запрос. Поэтому вам необходимо знать, чего вы хотите, и найти способ выразить свою просьбу в ясных, понятных терминах.

Однако будьте осторожны, когда о чем-то просите. В нашей материалистической культуре нас учат использовать силу ума для постановки и достижения чисто материалистических целей, не уделяя особого внимания высшим духовным ценностям. А подобные цели часто обусловлены бездуховными, низкосознательными побуждениями — такими, как жадность, зависть, конкуренция, контроль, страх, потребность в успехе, одобрении и другие формы внешних мотиваций, которые берут начало в идее нехватки и замешаны на страхе.

В сущности, нет ничего плохого или неправильного в материалистических целях, однако следует понимать, что если нами движут подобные ценности, то они никогда не приведут нас к

счастью или удовлетворению — ни в индивидуальном плане, ни в коллективном. Фактически, подобные цели (и такую возможность нельзя сбрасывать со счета, поскольку она очевидна) приносят вред или, по меньшей мере, неудовлетворенность и разочарование. Выход из этого положения прост — ставить перед собой такие материалистические цели, которые особым образом связаны с высшими намерениями и соответствующими ценностями (см. ниже).

Другая ловушка, в которую мы попадаем, когда преследуем цели, основанные на низкосознательных ценностях, — это привязанность к результату. Если цели не достигнуты, мы считаем, что потерпели фиаско, и считаем так только потому, что убеждены, будто добиваемся их только мы сами, или наше эго, но не Дух.

Три уровня намерения

1. Базовые намерения, или материалистические цели.

Есть такие желания, которые укоренены сугубо в материальном мире и удовлетворяют нашу потребность в физическом комфорте и другие базовые человеческие потребности. Таковы, например, благосостояние, здоровье, уважение, статус, успех, власть, контроль, признание, материальные блага и так далее. В результате подобные намерения сказываются в таких состояниях, как материальный успех, гордость, свобода действий, практическое знание, заземленность и тому подобные. Ценностями на этом первичном уровне являются, безусловно, физическое выживание, самоудовлетворенность, комфорт и материальный успех.

2. Трансформирующие (преобразующие) намерения.

Это намерения, возникающие из желания личной трансформации, самообучения и развития. Они нацелены на то, чтобы познать себя (кто мы есть на самом деле), выйти из-под влияния старого программирования, разобраться в своем прошлом, пробудить собственную силу и узнать цель жизни. Они ведут к расширению

сознания, к развитию лучшего понимания жизни и к осознанию того, как все устроено и взаимосвязано в великой схеме вещей и явлений. В результате человек получает большее удовлетворение от жизни, более сильное ощущение цели и становится счастливее; кроме того, повышается его осознание, обостряется проницательность, интуиция, усиливается готовность прощать, укрепляется доверие и связь с Духом.

3. Трансперсональные (надличностные) намерения.

Это намерения более вдохновляющие по своей природе и практически не имеющие ничего общего с самостью. Они находят выражение в таких состояниях, как глубокая, неустанная забота о человечестве, о жизни во всех ее формах и о природной среде, а также в виде сильного желания социальной справедливости, мира, примирения и всеобщей гармонии. Мотивацией для этих намерений служит радость — радость от того, что даешь и получаешь, от того, что служишь людям. Качества, к проявлению которых приводят эти намерения, — это необусловленность, непривязанность, смирение, благодарность, щедрость, любовь и радость. Конечное состояние, к которому ведут подобные цели, — это Божественное сознание и желание соединиться с Источником.

Соотноситесь с высшими уровнями

В идеале каждый уровень должен соотноситься с тем, что расположен выше. Другими словами, когда вы приводите причину, по которой хотите реализовать что-то материальное, то эта реализация происходит скорее с трансформирующего или даже трансперсонального уровня, чем с первичного, или базового. Таким образом, вы обращаетесь к ценностям более высоких уровней, побуждая их реализовывать практические или материалистические цели и тем самым придавая самим целям более высокие вибрации. Как уже говорилось выше, невероятно важна выработка у себя ощущения, что желаемое вами уже осуществилось. Однако есть нечто

еще более важное, чем это, — чтобы эмоции были связаны и с намерениями высших, а не только низших уровней. Позвольте привести вполне земной пример из моей собственной жизни.

Когда я был еще молодым человеком, мне очень нравился автомобиль «ягуар», но я считал, что позволить себе такую роскошь могут только состоятельные люди и успешные бизнесмены. Мой отец был авиатехником и каждый день ездил на работу на велосипеде семь миль туда и семь миль обратно. Понятно, что машины у нас не было. Только когда ему уже было далеко за сорок, отец наконец купил машину, да и то эта была лишь малолитражка. Короче, мы принадлежали к рабочему классу и жили в Англии, а эта страна отличается ярко выраженным классовым обществом. Преодолеть классовые барьеры нелегко не только в Англии, но даже и в Америке, и одни деньги тут не помогут.

Для меня «ягуар» олицетворял совершенно другой класс людей — людей, как говорят американцы, сделавших свою жизнь. Причем не только класс, но успех и роскошный образ жизни. Люди, имевшие «ягуар», безусловно, принадлежали к высшему классу общества. Я был не из их числа.

Поэтому для меня эта цель — купить «ягуар» — была базовой целью. Безусловно, эта цель была сугубо материалистической, но свое намерение обзавестись «ягуаром» я перевел в разряд трансформирующих целей, подкрепив его желанием избавиться как от своего нищенского, так и от подчиненно-классового сознания, дабы выйти на новый уровень успеха в бизнесе. Успех в бизнесе — это еще одна базовая, материалистическая цель, но она уже соотносится с категорией вдохновляющих целей — служить и быть полезным как можно большему количеству людей с тем, чтобы выполнить свою миссию: создать к 2012 году мир прощения. Вот в чем суть моей работы, а значит, и бизнеса.

В сущности, машины значат для меня очень мало. Это просто средства передвижения, и я не отношусь к ним как с символам

социального статуса или положения, основанного на их стоимости. Фактически до «ягуара» у меня уже была машина, которая стоила куда дороже, однако я не придавал этому никакого значения. Для меня это было просто транспортное средство, которым я пользовался, чтобы попасть в нужное место. Однако «ягуару» я придавал особое значение, которое во многом способствовало моей личной трансформации и было связано с моими божественными целями, поэтому я сумел реализовать это желание легко и без особых проблем.

Поэтому прежде всего убедитесь в том, что у вас есть высшие цели, с которыми вы можете соотносить цели базовые. И эти высшие цели должны быть реальны и аутентичны. Не будет никакой пользы, если вы начнете их измышлять. Если вы и в самом деле не можете отыскать причины для объяснения того, почему вы хотите иметь то или это, увязав их или с собственным преобразованием, или с божественными целями, тогда спросите себя: имеет ли смысл вкладывать энергию в реализацию всех этих целей, коль скоро в них нет реальной потребности? Куда ни обрати взор, сегодня повсюду видишь людей, накапливающих всякое «добро» ради того, чтобы иметь его, и при этом испытывающих еще большее чувство разочарования. А причина этого разочарования в том, что все их усилия лишены смысла.



Рис. 6. «Ягуар»

Последняя часть критерия № 4, вероятно, самая важная, да и самая трудная. Как суть Радикального Прощения в том, чтобы понять, что прощать, собственно, нечего, точно так же и суть Радикального Проявления: освободиться от всякой привязанности, чтобы получить то, о чем просите. (О дополнительной информации по поводу этого важного шага см. главу 9.)

Не правда ли, выглядит парадоксально: с одной стороны, вы должны вложить в свое намерение столько энергии и прочувствовать его так интенсивно, насколько это возможно, а с другой — отказаться от всякой привязанности получить желаемое? Чем-то это напоминает акробатическое сальто на трапеции. Акробат сосредоточивает все свое внимание на подготовительной части упражнения, дабы довести его до совершенства, а как только он прыгает и оказывается в воздухе, ему ничего не остается, как только довериться своему партнеру — что тот окажется на месте и подхватит его в самый подходящий момент.

Будьте осторожны и не оценивайте результаты. Если то, о чем вы просите, вам не дается, это не значит, что вы потерпели неудачу. Это просто значит, что ваш духовный разум решил преподнести вам нечто еще лучшее, или что время еще не пришло, или что вы еще не готовы к получению желаемого.

Часть III Тренировка ума и духовная практика для достижения Радикального Проявления

Глава 8 Ум

На рынке эта книга не единственная, которая обещает научить, как реализовать свои мечты. Однако большинство из них лишь предлагают техники, с помощью которых вы можете освоить длительный процесс программирования своего подсознательного и бессознательного ума.

Хотя последний метод применяется длительное время, начиная, возможно, еще с года выхода в свет известной книги Наполеона Хилла «Думай и богатей», нам все же стоит поразмыслить над тем, почему он редко оказывается успешным — или, по меньшей мере, оказывается успешным лишь в определенной степени. После чего мы рассмотрим метод, приведенный в этой книге, и сразу поймем разницу.

Вначале же будет полезно рассмотреть, как устроен и как действует ум, что позволит понять, почему он так сопротивляется перепрограммированию.

Как видно из приведенной выше диаграммы, всю сферу ума можно подразделить на три области плюс эмоциональный компонент, который объемлет все три.

1. Сознательный ум

Это та часть ума, которая отвечает за сознательное осознание. Она ответственна за ежедневную познавательную деятельность. Считается, что она занимает не более 10 % от общей ментальной деятельности.

2. Подсознательный ум

Подсознание расположено уровнем ниже сознательного ума. Это та часть ума, где хранятся все усвоенные нами идеи, убеждения, отношения, предрассудки и привычки, как и множество базовых нужд и инстинктов. Она поддается программированию, но, как только программа в нее заложена, она упорно сопротивляется любому перепрограммированию. Считается, что подсознательный ум к тому времени, когда нам исполняется семь или восемь лет, программируется на 90 % и что, следовательно, к этому времени завершается запись всей программы жизни.

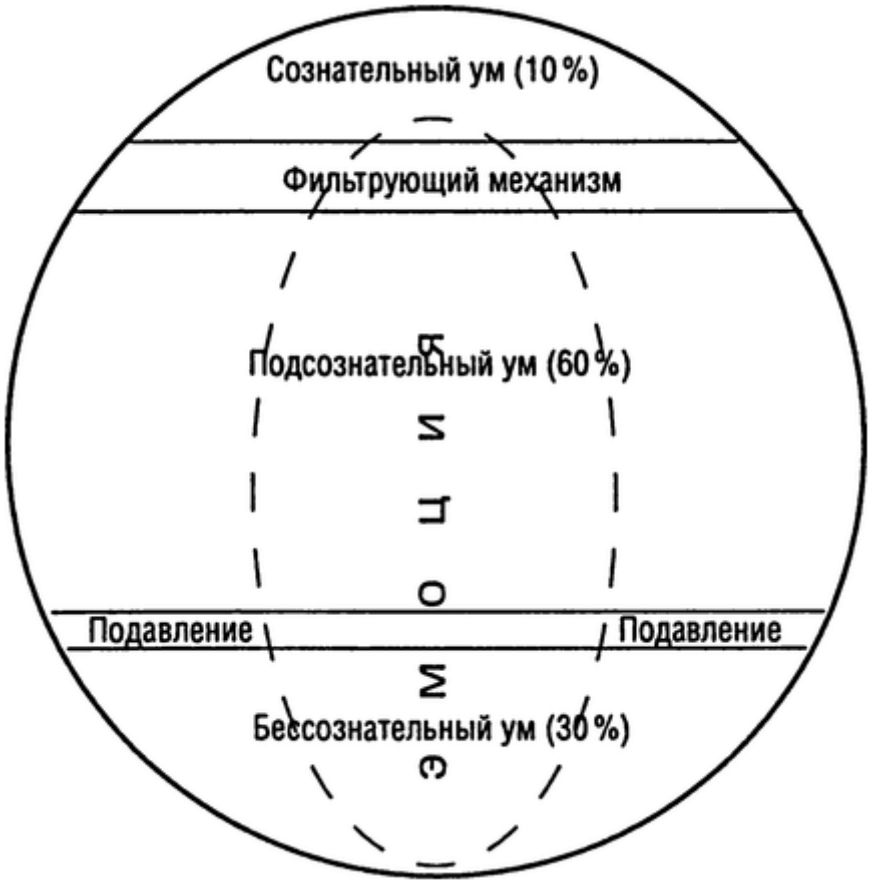


Рис. 7. Ум

Биолог доктор Брюс Липтон, автор книги «Биология веры»[5], говорит, что если сознательный ум — это процессор, который обрабатывает около 5 % всех наших операций со скоростью 40 бит в секунду, то подсознательный ум — это процессор, обрабатывающий остальные 95 % наших операций со скоростью 40 миллионов бит в секунду.

По своей природе подсознательный ум всегда проявляет себя как наблюдатель. Он постоянно эманирует творческую энергию, которая, в силу *Закона Привлечения,* создает в жизни человека реальные ситуации с целью его обучения. Поэтому, если вы хотите узнать, каковы ваши убеждения, посмотрите на то, что случается в вашей жизни. Другими словами, ваша жизнь — это зеркало того, что содержится в вашем подсознательном уме.

3. Бессознательный ум

Этот уровень залегает глубже подсознательного. Распознать его содержимое или добраться до него гораздо трудней. Ниже этого уровня осознания хранится подавленный неосознанный материал, который редко проявляется в виде распознаваемого поведения.

Это происходит потому, что содержимое этой части ума ограждено сложными защитными механизмами, все скрывающими и глубоко подавляющими. Нельзя сказать, чтобы оно вообще никак не сказывалось на поведении. Оно сказывается, но в очень закамуфлированном виде.

В этой части ума, глубоко погребенные и нерешенные, хранятся наши глубочайшие страхи, подавленный стыд и самые мучительные раны. Здесь же томится наиболее потаенная злоба вместе с невыплаканным горем и глубинной ненавистью к себе. Бессознательный ум — это хранилище темных тайн, на которые мы не решаемся взглянуть, и насущных желаний, которые мы не решаемся признать. Это темное место. Отсюда постоянно излучается энергия, и ее воздействия, хотя и трудно и редко распознаваемые, если вообще поддающиеся правильному пониманию на предмет того, что именно их вызывает, оказывают действительно мощный эффект. Эта энергия несет в себе огромный потенциал, порождающий в жизни различного рода беды и напасти.

Интересно посмотреть, как именно структурированы на уровне слоев эти три аспекта ума. И подсознательная, и бессознательная области обладают каждая своей органичной системой самосохранения. В частности, между сознательным и подсознательным умом расположен механизм, который блокирует и фильтрует информационный поток в обоих направлениях.

Проверка

Этот фильтрующий механизм действует как контролирующая система. Это означает, что если в сознательном уме возникает какая-

то мысль, например «сейчас я богат», то фильтрующий механизм переводит ее в подсознательную и бессознательную области ума, дабы проверить, соответствует ли эта мысль тому, что там уже имеется. Если обнаруживается, например, что там наличествует предварительная идея, система убеждений или комплекс отношений, содержимое которых можно выразить как «ты не относишься к классу богачей» или «деньги — это зло, поэтому богаты только плохие люди», то эта мысль отвергается.

Блокирующие механизмы

Сознательный ум сравнительно слаб и не способен перевесить подсознательный ум. Поэтому, если брать данный пример, суть дела в том, что человек, чисто поверхностно, то есть сознательно, пожелавший иметь больше денег, их не получает. Он найдет способ блокировать любой денежный поток, текущий в его направлении. Это весьма обычное явление и, разумеется, прекрасный пример того, как подсознательный и бессознательный умы *блокируют* способность реализовать желаемое.

Существующая парадигма реальности, с которой мы ныне живем и работаем, заполнила наш коллективный подсознательный ум всеми видами убеждений, которые стоят на пути нашей силы и мешают нам реализовать желаемое, что бы это ни было: здоровье, деньги, свобода, любовь, изобилие и так далее. Этот процесс осуществлялся многие столетия, поэтому быстро его не изменить, и мы лишь вводим себя в заблуждение, если думаем, будто сможем запросто взять верх над своим подсознательным и бессознательным умом, произнеся несколько аффирмаций и приняв сознательные резолюции. Чтобы перепрограммировать себя и соединиться со своей истинной творческой силой, которой, как утверждает метафизическая парадигма, мы обладаем, мы должны сделать две вещи.

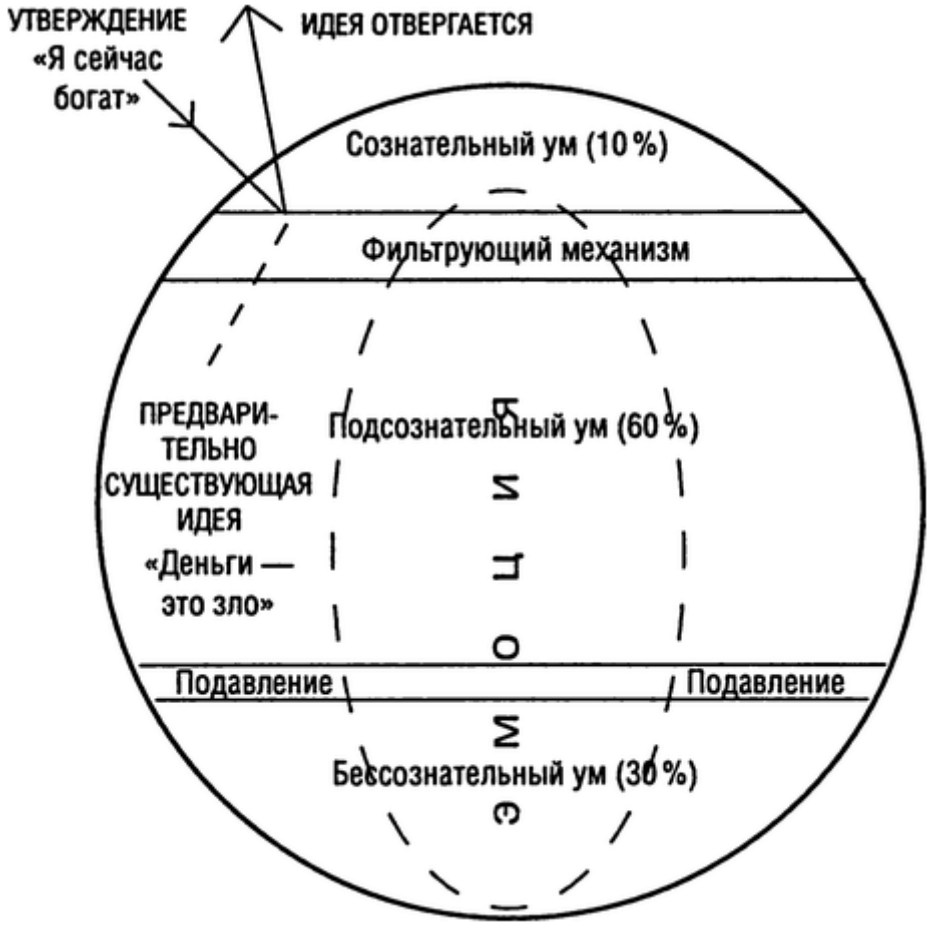


Рис. 8. Фильтрующий механизм

1. Эффективно обойти стороной те области подсознательного и бессознательного умов, где хранятся все старые программы, и вместо них задействовать свой духовный разум.

2. Использовать определенные свойства подсознательного и бессознательного умов, чтобы привести в действие сам этот процесс, а затем, прежде чем сработает негативное программирование, всецело передать его в ведение духовного разума.

Большинство программ почти полностью фокусируются на том, как задействовать ум, и — поскольку они изначально завязаны на старой парадигме — не дают никаких сведений о духовном разуме. Метод, рассматриваемый в этой книге, основан на метафизической парадигме, поэтому он фокусируется в основном не на тренировке ума, а на «духовной практике».

Если ментальный разум связан с интеллектуальной частью ума, известной как префронтальная кора головного мозга, а эмоциональный разум сосредоточен в так называемом лимбическом (срединном) мозге, то духовный разум обитает в *сердце*. Это разум нашей души.

В отличие от двух других форм разума (ментального и эмоционального), которые полностью индивидуализированы, духовный разум — феномен групповой. Он является частью большего, коллективного духовного разума и групповой души и непосредственно связан с Универсальным Разумом. Большая часть того, что нам нужно усвоить в технике Радикального Проявления, обращена именно к этой части нашего сознания.

Имеется в виду следующее: поскольку процесс проявления начинается в ментальном уме в виде идеи или видения и изначально приводится в действие желанием (эмоцией), то имеет смысл вовлечь в него и ментальный, и эмоциональный разум, — по крайней мере, хотя бы вначале.

Эта идея — задействовать ментальные умы (сознательный, подсознательный и бессознательный) для запуска самого процесса, прежде чем передать его в ведение духовного разума, — гарантирует, что мы осуществим эту передачу вполне успешно еще до того, как сработает негативное программирование. С этой целью, то есть для запуска процесса перед тем, как препоручить его Духу, можно использовать хорошо зарекомендовавшие себя техники вроде силы внушения, визуализации и эмоционального рычага.

Мы можем формализовать процесс проявления в виде шести шагов, или этапов, которые я опишу в следующей главе. Но есть и лучшее решение. Чтобы упростить процесс ознакомления и сделать его по возможности автоматическим, я «встроил» эту же «технологию» в пару простых инструментов, которые и предлагаю в одной упаковке с информационным DVD.

Первый — это тест-анкеты по Радикальному Проявлению, а второй — это аудиопроцесс, записанный на CD и названный «13 шагов к Радикальному Проявлению». (Подробности см. ниже.)

Тест-анкеты по Радикальному Проявлению

Этот опробованный и испытанный инструмент действует таким образом, что помогает вам активизировать все принципы *Закона Привлечения,* описанные как в этой, так и в следующей главах, так что вам даже не нужно размышлять над ними. Он действует автоматически.

«13 шагов к Радикальному Проявлению» (CD)

Возможно, вы уже опробовали на себе «технологию 13 шагов», воспользовавшись диском, который продавался в качестве приложения к моей книге «Радикальное Прощение». Если это так, то вы знаете, сколь она мощна и эффективна.

Этот процесс, состоящий из 13 шагов (этапов), эквивалентен тест-анкетам по Радикальному Проявлению. Он учитывает абсолютно те же факторы, которые описаны в этой главе, и те же шесть шагов в процессе проявления, которые будут описаны в следующей. Он действует по тому же методу, что и CD, где я записал 13 вопросов, на которые вы в любом случае (не важно, согласны вы с ними или нет) должны ответить твердым «ДА». Как только вы сделаете это, об остальном позаботится ваш духовный разум.

Весь процесс занимает всего несколько минут, но он эффективен, и я настоятельно рекомендую вам обзавестись этим инструментом и как можно чаще пользоваться им. Он идеален для эффективной подзарядки ваших намерений.

Эти инструменты являются также частью специального аудиовизуального пакета «Радикальное Проявление», который продается в дополнение к тест-анкетам и CD «13 шагов». Он представляет собой записанную на DVD видеопрезентацию

указанной технологии, где я рассказываю подробно о *Законе Привлечения* и Радикальном Проявлении. Получить дополнительную информацию и сделать заказ можно на сайте *www.radicalmanifestation.com*.

Глава 9 Шесть шагов к Проявлению

Процесс проявления можно подразделить на шесть четких стадий — шагов. Первые четыре предстают как ментальный и эмоциональный феномены. Последние два проистекают из духовной практики и являются наиболее трудными для реализации. Однако они же и самые важные.

1. Осознайте, что вам необходимо.

2. Сделайте идею ясной и должным образом выразите ее.

3. Визуализируйте конечный результат.

4. Почувствуйте, что уже получили желаемое.

5. Полностью передайте намерение во власть Духа.

6. Полностью освободитесь от всякой привязанности к желаемому.

1-й шаг. Осознайте, что вам необходимо

Это осознание возникает как следствие внутреннего стремления к чему-то или как результат какого-то внешнего послания или события.

Если предположить, что наши насущные нужды в еде, крове и безопасности уже удовлетворены, то, очевидно, справедливо будет сказать, что к внутренним по природе стремлениям, скорее всего, относятся те, которые ассоциируются с вдохновляющими или трансформирующими целями, тогда как к внешним видам

побудителей относятся те, которые, скорее всего, связаны с базовыми целями.

Всегда чего-то не хватает

Реклама и все прочие виды маркетинга созданы для того, чтобы привить нам осознание, что мы нуждаемся не в какой-то одной необходимой вещи, о которой мы, возможно, даже не подозревали, а в нескольких. Это осуществляется путем создания у вас чувства нехватки. Сколь бы много «добра» вы уже ни накопили, торговцы пытаются внушить вам чувство нехватки на том основании, что тех вещей, которые есть у других, у вас нет или что у других есть самая последняя версия этой вещи, а у вас ее нет.

Будьте наблюдателем

Важный аспект этого этапа — умение подметить, *как* в вас возникает осознание необходимости той или иной вещи. Вот почему столь необходим обитающий в вас «наблюдатель». Этот наблюдатель есть часть вас самих; не осуждая, не делая оценок, он следит за вами откуда-то из нейтрального места вне вас. Это больше чем ваше собственное самоосознание, это часть вашего Высшего (Я ЕСМЬ) «Я».

Послания, которыми бомбардируют вас ежедневно, нацелены на подсознательный ум, и защититься от этого непросто. В этом случае очень важно уметь занять позицию стороннего наблюдателя и следить за своими реакциями. Также важно подметить, когда и как вы включились в этот процесс и как попались на крючок. Цель этого наблюдения, однако, не в том, чтобы каким-либо образом принизить или осудить свои желания. Если вам нравится следить за модой и щеголять в новейших одеждах или приобретать самые модные безделушки — почему бы и нет? Кто говорит, что вы не должны ставить себе целью приобрести дорогое кожаное пальто или новейший компьютер?

Каков уровень вашего намерения?

Однако главное все же — осознать свои стремления и их источник. Если вы сможете классифицировать свои желания в соответствии с упомянутыми выше тремя уровнями намерений, это станет для вас реальной помощью. Неужели намерение приобрести что-то материальное является по своей природе низменным? Разве не возникает оно из желания преобразовать себя? Разве не предстает оно как тоска по смыслу, цели и полноте жизни? Не представляет ли оно собой комбинацию двух или трех намерений?

Нельзя сказать, что желание обладать чем-либо материальным — это плохое желание. Нет ничего плохого в желании обладать вещами. Но мы должны ясно понимать, что до тех пор, пока мы не соотнесем это желание с одним или несколькими высшими уровнями, мы немногого добьемся. Материальные вещи не приносят счастья или полного удовлетворения и сами по себе не дают смысла жизни, а если и дают, то самую малость. Если мы знаем об этом и не вводим себя в заблуждение тем, что «новая машина дается нам в ответ на низкую самооценку или депрессию», то что же плохого в том, чтобы иметь шикарную машину? И почему Вселенная должна отказать нам в этом? Так что вперед, говорю я! Добивайтесь машины, если она вам нужна, но делайте это осознанно.

Оценка своих нужд и потребностей

Прежде чем предпринимать второй шаг, очень важно без пристрастия и осуждения оценить свои хотения, желания и чаяния, чтобы понять, насколько они реальны, важны для нас — или ничего собой не представляют, имеют ли для нас смысл или ценность — или просто являются плодом преходящей фантазии. Ни то, ни другое никак на вас не отразится, если только вы имеете реальное представление о своих нуждах и не обманываете себя.

Спросите себя: «Почему?»

Очень полезно спросить себя: «Почему?»

Почему мне этого хочется?

Что в результате это даст?

Приведет ли к чему хорошему?

Какова компенсация?

С технической точки зрения вопрос «почему?» также очень важен. Помните: хотя мы и обезопасили себя более или менее от того, что программирование нашего подсознательного ума уничтожит наше намерение получить желаемое, прежде чем мы передоверим его Духу, мы, тем не менее, все же продолжаем эксплуатировать эту область мозга в процессе проявления.

О подсознательном уме нам известно пусть и не очень много, но вполне достаточно, и мы знаем, что он, скорее всего, не будет ничего блокировать, даже если это противоречит его убеждениям, однако он не сделает этого лишь при условии, что мы приведем причину или оправдание. Вот почему все методы и процессы проявления требуют, чтобы вы привели причину, почему вам хочется иметь желаемую вещь.

Поскольку для проявления чего бы то ни было требуется энергия и усилие, вы должны спросить себя, стоит ли эта вещь того, чтобы тратить на ее приобретение свою энергию. То есть вам нужно обозначить для себя некоторые приоритеты. Что для вас самое важное? Что исполнено для вас наибольшего смысла? Что именно принесет вам наибольший мир, счастье и радость? Опять же, не забывайте соотносить это с более высокими намерениями.

2-й шаг. Сделайте идею ясной и точно выразите ее словами

Итак, вы осознали собственное желание. Теперь важно, чтобы вы ясно и четко уяснили себе, о чем именно вы просите Вселенную, что именно вы хотите от нее получить. Возможно, вы уже в какой-то мере это уяснили, когда задавали себе описанные в первом разделе вопросы, однако существуют четкие положения по поводу того, как именно артикулировать или облекать в слова то, что вы хотите. И эти положения мы и приводим ниже.

Ясность

Желание можно выражать по-разному: от неопределенного «Мне нужна помощь» до чрезвычайно детального и специфического описания, включающего очень точный перечень свойств и атрибутов, которыми должна обладать желанная вещь. Первый метод выражения слишком общ и неопределен, второй точен. Но ни один из них ясным не назовешь.

Суть же в том, чтобы ясно и недвусмысленно представлять себе то, чем вы намерены обладать, и с благодарностью принимать полученное, в какой бы форме Вселенная ни решила преподнести вам это. Ясно, что формулировка «Мне нужна помощь» означает: «Я приму помощь в любом виде». С другой стороны, если у вещи есть некая важная деталь, ее необходимо включить и отобразить, тем более если эта вещь придает вашему намерению смысл на втором и третьем уровнях.

Возвращаясь к примеру с «ягуаром», должен сказать, что свое намерение получить эту машину я связывал не только с трансформацией своего общественно-классового сознания, с достоинством и успехом, но и с желанием обладать определенной моделью автомобиля. S-тип очень напоминает популярную в 1950-х годах модель «Mark 1», которой я в то время придавал особое значение, поэтому ни о какой другой машине и речи не могло быть, даже о более дорогой XJ-модели. Поэтому я должен был ясно и

определенно насытить свое намерение этой немаловажной деталью, иначе весь план с машиной оказался бы никчемным.

Перечень

В 1980–1990-х годах у людей, искавших себе пару, было принято составлять детальный список свойств и качеств, который они хотели бы видеть у партнера. Помню, у меня была подруга, которая так и поступила, и в ответ на ее молитвы в ее жизни появился мужчина, который, казалось бы, во всех отношениях идеально отвечал всем ее запросам. Они сыграли свадьбу, но вскоре после этого она вдруг осознала, что, перечисляя все нужные свойства партнера, которые она считала непременными, она забыла об одном и самом главном требовании — чтобы она сама любила его! Вскоре они развелись.

Сила слова

Как только вы поняли, чего хотите, и очень ясно представили это в своем уме, вы должны облечь свое представление в слова. Когда вы произносите что-то, вы даете этому силу. За словами стоит огромная энергия, слова — это невероятно мощная творческая сила, особенно когда они сопровождаются эмоциональной энергией. Поэтому удостоверьтесь, что слова, которые вы используете в формулировке, способны пробудить *чувство*.

Итак, очень четко и ясно запишите свои намерения, убедившись, что не забыли ни одной важной детали, и после этого громко прочтите написанное вслух. Это чрезвычайно важно. Будет даже гораздо лучше и эффективней, если вы прочете это другим — например, группе людей, особенно тем, кто обладает таким же, как и у вас, уровнем сознания. Если они действительно на одном уровне с вами, то способны существенно увеличить вашу энергию.

Всегда формулируйте мысль в настоящем бремени

Подсознательный ум не обладает концепцией будущего. Он действует только в настоящем. Поэтому нужно всегда произносить

или записывать формулировки в настоящем времени, даже если это звучит коряво или грамматически неправильно. Никогда не говорите: «Я буду счастлив иметь...» Вместо этого говорите: «Я счастлив оттого, что имею...»

Уже осуществилось

По тем же причинам необходимо говорить о своем намерении как об уже свершившемся или осуществившемся факте. Когда вы говорите: «Я хочу то-то и то-то», тем самым вы даете силу слову «хочу». «Хоти!» — отвечает Вселенная. Но если вы рассчитываете на то, чтобы слово, которое вы усилили, принесло должный результат, то должны сказать, что уже «имеете» это, прибавив: *«Сделано»*.

Вопрос о том, как провести подсознательный ум, очень и очень непрост. Но мы совершенно не погрешим против истины, если скажем, что задуманное уже осуществилось. В такой формулировке нет ни прошлого, ни будущего, о которых стоило бы заботиться. Есть только данный момент. И как только вы произносите это слово, то заставляете раскрываться то, что уже наличествует в «свернутом порядке» реальности. Вот почему разумно завершать свое намерение словами «это *так»* или *«сделано»*. Благодаря им вы выходите на один уровень с метафизической парадигмой реальности и с тем, что — как это известно вашему духовному разуму — истинно.

Обозначьте срок

Хотя время и не фактор, но фактор времени, как говорится, тоже нельзя сбрасывать со счетов, и это хороший довод в пользу того, чтобы постоянно включать шкалу времени в формулировку своего намерения. Поскольку нет никакого реального промежутка между проявлением чего бы то ни было в великом море беспредельных возможностей и появлением этого же в материальном воплощении, наш духовный разум, скорее всего, не обладает осознанием времени. Поэтому он может и забывать об идее «когда». Но если мы включим ее в формулировку своего намерения, он нас услышит.

Однако будьте осторожны и убедитесь, что, вставляя в свою формулировку слова вроде «к *такому-то и такому-то времени»,* вы не усиливаете идею будущего и не отрываетесь от настоящего времени. Это как раз тот случай, когда грамматика выглядит безмерно странной, причудливой и даже нелепой. Например: «Я отыскал идеальное направление в своей работе и испытываю огромную радость, поскольку *это так* до того, как завершится следующий месяц» или «Я радостно отыскиваю сейчас идеальное направление в своей работе — до того как истечет этот год».

3-й шаг. Визуализируйте конечный результат

И хотя слова энергетически сильны, все же, как справедливо гласит народная мудрость, «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать». Сформировать в уме образ того, к чему вы стремитесь, — это еще один способ внести ясность в свое намерение, причем способ весьма эффективный.

Но еще более важно то, что, выстраивая в своем уме некую картину, вы просто используете несколько иной способ, чтобы сказать «Сделано» или «Свершилось», особенно если это поможет вам активизировать те эмоции, которые нахлынут на вас, когда задуманное станет реальностью. Многим спортсменам это прекрасно известно. До выхода на площадку они в своем уме всегда во всех подробностях (до совершенства!) прокручивают будущую победу.

Поэтому, выстраивая в своем уме картину или образ, удостоверьтесь, что включили в них элементы, придающие им «настоящий», а не будущий смысл. Картина должна говорить: «Это происходит *сейчас»*.

Можно увеличить силу картины, вообразив ее в неимоверных размерах, так, что она, например, будет занимать все небо. Станьте для самого себя кинематографистом и увеличьте в этой картине наиболее важные символы. Озвучьте ее и сделайте звуки громкими и благозвучными. Придайте картине живость и действие, добавив к

ней как можно больше кинестетических, визуальных и слуховых эффектов.

Некоторые люди утверждают, что им нелегко дается визуализация. Тем самым они хотят сказать, что не могут легко и просто соорудить в мыслях новый образ. Когда я прошу людей визуализировать их собственную машину, дом или лица их детей, у них не возникает проблем с визуальной памятью. После чего я прошу их вообразить какую-то новую вещь. Обычно этот метод решает проблему. Судя по всему, некоторым людям легче вообразить что-то, чем пытаться это визуализировать.

4-й шаг. Почувствуйте, что уже получили желаемое

Вышедшие недавно в свет книги на тему о силе молитвы (особенно наиболее значительная из них — книга Грегга Брейдена «Эффект Исайи») показывают, что эмоции — это ключевой элемент. И не просто чувства вроде волнения от предвкушения и ожидания чего-то, как это подчеркивали первые пионеры в области позитивного мышления, а чувства, овладевающие нами, когда мы получаем то, о чем просили: радость, благодарность, почтительность, признательность, изумление и трепет.

Когда процесс проявления начнет действовать и вы получите то, о чем просите, эти эмоции станут более интенсивными и будут выражаться гораздо чаще. Вы будете плакать слезами радости и благодарности, поскольку начнете понимать, как сильно вы любимы. По мере того как Вселенная будет изливать на вас свое изобилие, вы почувствуете себя благословенным, вас охватит чувство благодарности.

Однако в самом начале, когда вы только-только приступите к работе с технологией Радикального Расширения возможностей и Радикального Проявления, вам придется работать над тем, чтобы вызывать у себя эти чувства. Вам придется представить, какие

чувства будут владеть вами в подобных обстоятельствах, и приложить все силы к тому, чтобы реально вжиться в эти чувства.

Один из способов сделать это — отыскать в своей памяти случай, когда вы испытывали нечто подобное, пусть даже это длилось всего лишь мгновение. Воскресите в памяти это чувство, сфокусируйтесь на нем и дайте ему взрасти. Как только связанные с этим чувством нейропептиды станут наполнять ваше тело, вы можете просто перенести это чувство на то, которое визуализируете в данный момент, и закрепить его в нем.

Честно говоря, эти чувства возникают на гораздо более глубоком уровне и связаны скорее с намерениями второго и третьего уровней, чем с базовыми намерениями. Намерения высших уровней, как правило, удовлетворяют желания возвышенного свойства, такие, как счастье, мир, гармония, свобода, радость и приязнь. Намерения, вращающиеся вокруг материальных целей, как правило, вызывают чувства, более связанные с низшей природой, среди них волнение, ожидание и удовлетворение желаний — таких, как жадность, алчность, потребность в высоком положении, жажда власти, признания и так далее.

Здесь важно то, чтобы вы отлили эти чувства в те же слова, какие используете для выражения своего намерения (2-й шаг).

Цель всего этого — мощно усилить саму мысль: то, что вы просите, *уже дано вам*. Уверен, что к этому времени вы уже осознали важность этого принципа.

5-й шаг. Полностью передайте намерение во власть Духа

Все, что касается первых четырех шагов, или стадий, может с равной пользой применять как человек, опирающийся на старую парадигму, так и человек, работающий с новой, но начиная с данного этапа весь дальнейший процесс безусловно зависит от нашей готовности работать с критериями метафизической парадигмы, исключая разве

что тех, кто придерживается нынешней парадигмы «нехватки». Это та часть процесса, где Радикальное Проявление становится скорее делом духовной практики, чем умственной гимнастикой.

Высший авторитет

Здесь мы говорим спасибо своему подсознательному уму за его поддержку и с этого момента отказываемся от его дальнейшей помощи и участия. Что бы ни пытались отныне внушить нам подсознательный и бессознательный умы, мы больше не должны обращать на них внимание. Теперь мы будем работать и считаться только с высшим авторитетом, к которому получаем доступ не через ум, а через духовный разум.

Кто осуществляет контроль?

Первый уровень духовной практики заключается в понимании того, что это не наша игра; мы (наши эго) больше ничего не контролируем и имеем мало (или вообще не имеем) представления о том, что происходит. Теперь контроль переходит к нашему Высшему «Я» (Душе), и только этот аспект нас понимает, как устроена жизнь, и только он знает, в чем заключается в отношении нас Божественный План — и в индивидуальном, и в коллективном смысле.

Смирение

Умение *сдаться* — вот чему мы должны научиться на этом этапе, и необходимым условием для достижения этого состояния является смирение. Мы вложили немало энергии в то, чтобы выявить свои намерения, сделать их ясными, адекватно их выразить и пережить на уровне чувств. Теперь наша задача состоит в том, чтобы полностью препоручить их своему Высшему «Я» и передать во власть Духа. Только он знает, что для нас лучше.

Со-творчество

Однако на этом этапе нам следует быть осторожными. Передать что-либо во власть Духа не значит позволить себе апатию, бездействие или стать фаталистом. Мы просто не должны ничего предпринимать, предоставив обо всем позаботиться Духу. Здесь главный принцип — со-творчество, а не зависимость. Каждый из нас является частью Духа — крошечной частичкой «Божьего вещества», если хотите. Бог живет в каждом из нас, поэтому, чтобы расширить свое собственное сознание, а значит, и сознание Божье в нас самих, мы должны быть ответственны за каждый аспект своей жизни с Богом и творить этот аспект в сотрудничестве с Ним.

Парадокс

И снова мы оказываемся в той же парадоксальной ситуации, в которую попадаем постоянно, работая с метафизической парадигмой. Действительно, с одной стороны, от нас ожидают, что мы передоверим все Духу, Богу, Универсальному Разуму или как там еще называют этот Первоисточник, а с другой — мы, тем не менее, все так же должны нести ответственность за созидание собственной жизни.

Постановка целей

Еще одна головоломка, связанная с этим парадоксом, возникает в тот момент, когда речь заходит о постановке цели, причем даже в контексте Радикального Расширения возможностей и Радикального Проявления. Суть этой головоломки вот в чем: если все совершенно в том виде, как оно есть, какой смысл ставить себе цели?

Если я нахожусь в пункте А и ставлю себе цель — добраться до пункта В, то разве я при этом исхожу из предположения, что пункт А не очень хорош, а пункт В лучше, чем А? В таком случае, к чему беспокоиться?

Если следовать этой логике, то постановка целей противоречит одному из принципов метафизической парадигмы. Однако есть у

этой же парадигмы и другой аспект, который гласит: человеческие существа всегда будут вовлекаться в деятельность вроде постановки целей и делать это будут только потому, чтобы постичь, что B ничем не лучше, чем A, и что единственный смысл, ради которого они проделывают путешествие из пункта A в пункт B, в том, что человек таким образом учится (C).

Бакминстер Фуллер для описания этой ситуации использовал научный термин. Это слово «прецессия».

Прецессия

Что это такое, объяснить нелегко, однако попробуйте представить, что вы сидите на вращающемся стуле и двумя руками держите перед собой крутящееся велосипедное колесо. Если вы попытаетесь наклонить колесо влево или вправо, то это приведет к тому, что стул, на котором вы сидите, начнет вращаться. Другими словами, сила, которую вы прикладываете к оси колеса, вызывает сопротивление, или противодействие, но это противодействие несколько запаздывает и срабатывает лишь после того, как колесо повернется вокруг своей оси на 90 градусов. Точно так же, если вы толкнете вращающийся волчок вправо, он при вращении устремится вперед (если допустить, что он вращается против часовой стрелки). Тот же принцип используется в гироскопе, который применяют в самолетах как компас.

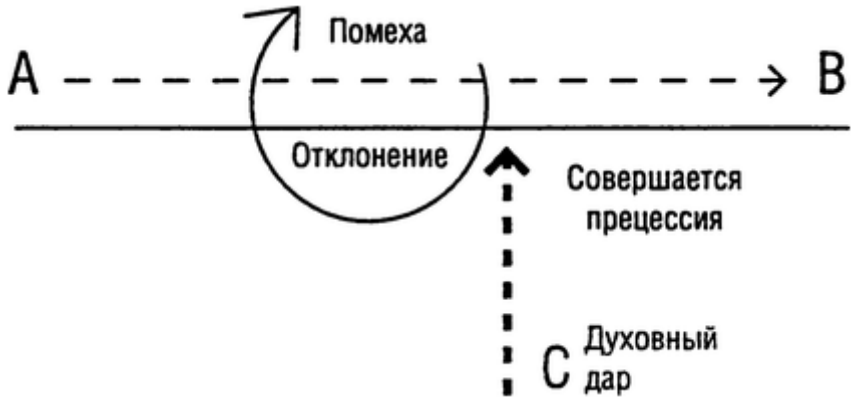


Рис. 9. Прецессия

Впрочем, не важно, понимаете ли вы теорию прецессии или нет. Суть в том, что когда некий объект приводится в движение и начинает двигаться в одном направлении, а в это время к нему прикладывается определенная сила, то возникает другое (подчас неожиданное) движение. В этом случае результирующее действие составляет 90 градусов по отношению к направлению движения.

Фуллер прибег к этой аналогии, чтобы показать: нужно находиться в движении — двигаться из пункта А в пункт В, — чтобы получить неожиданный духовный результат (С), который возникает под углом 90 градусов по направлению к маршруту путешествия. Более того, к движущемуся объекту (то есть к вам) необходимо приложить некоторую силу с намерением вывести вас из равновесия — лишь после этого может произойти метаморфоза.

Начните путешествие

Итак, идея постановки цели — добраться из А в В — заключается в том, чтобы находиться в движении, или в пути. Вы стремитесь в (пункт) В потому, что ничего другого не знаете. Осознание вами масштабной картины слишком ограниченно, чтобы вы могли осознавать результат (С), который и является смыслом путешествия. Этот результат возникнет под прямым углом к направлению вашего путешествия, и лишь тогда, когда вы будете выведены из равновесия. Так что если бы В являл собой базовую, материальную цель, то С почти наверняка был бы связан с трансформирующей (уровень 2) или трансперсональной целью (уровень 1).

Доверьтесь процессу

Если говорить о реальном процессе, то постановка цели — добраться из пункта А в пункт В — равнозначна первым четырем шагам, или стадиям. Если не знать, что такое С, или результат, когда он наступит или как будет выглядеть, то любое иное познание, отличное от В, которое может быть обретено — или вообще не обретено — на этом пути, равнозначно пятому и шестому шагам.

6-й шаг. Полностью освободитесь от всякой привязанности к желаемому

Это самый трудный шаг из всех. Затратив столько энергии на то, чтобы сформировать намерение, и столько же вложив в него, испытав чувство радости и благодарности за это, добившись определенности в знании о том, чем именно обильная Вселенная хочет благословить вас, вы после всего этого должны полностью отпустить, то есть выбросить из головы, свое намерение получить желаемое. Вот те на!

Это и в самом деле тяжело. Но необходимо, ибо путем отказа от привязанности к желанию получить задуманное мы неким определенным образом устраняем себя как помеху с пути проявления. Этот акт подводит нас к состоянию «позволения», а не к состоянию «делания», которое находится под контролем эго. Только когда мы находимся в этом состоянии позволения, или предоставления возможности, Дух оказывается полностью свободен и выказывает нам свое благоволение.

Здесь полезно будет обратиться к прецессионной модели Фуллера: она поможет нам освободиться от привязанности к B, но при этом мы будем знать, что C ждет нас где-то на пути и что оно, возможно, будет лучше, чем B. Но и здесь не обходится без ловушки, поскольку мы подменяем одну привязанность другой. Вместо того чтобы привязываться к B, мы теперь прилепляемся к C.

Вероятно, в этот момент нам волей-неволей придется себе признаться, что добиться требуемого — это выше наших человеческих возможностей. Пятый шаг и так достаточно труден, а этот — практически невыполним. Помните, однако: нам нужно лишь *захотеть* освободиться от привязанности к желаемому. Так претворите же это на практике! Неустанно говорите себе, что не хотите привязываться к желаемому.

Но даже в этом состоянии вы можете продолжать сравнивать высокие вибрации хотения с другими чувствами, мыслями и действиями, которые пробуждают по меньшей мере столь же высокие вибрации. Энергетически подпитывайте свое видение и не теряйте энтузиазма, зная, что Вселенная услышала вашу просьбу и работает над тем, чтобы дать вам это или нечто лучшее. И не путайте непривязанность с отказом или с полным отречением от всего и вся. *Отпустить* не значит «капитулировать».

Разницу между непривязанностью и такими низковибрационными качествами, как отказ или отречение, вы распознаете на уровне чувства. Чем ниже вибрации, тем более негативное чувство владеет вами. Пребывание в пространстве «нежелания привязываться» будет сказываться в виде чувства волнения, открытости и предвкушения того, что Вселенная щедро одарит вас на путях, которые она сочтет наилучшими для вас.

Глава 10 Препятствия, которые мы сами себе создаем

Нам необходимо постоянно напоминать себе о том, что Вселенная — это сокровищница неисчерпаемого изобилия и что в умении проявлять что бы то ни было нет ничего странного или необычного. Открытия в области квантовой физики (а мы можем не сомневаться в этом знании) свидетельствуют, что это совершенно естественный феномен. Единственное, что мешает нам свободно реализовывать задуманное, — это приверженность системе убеждений, которая заставляет нас сомневаться в этом. И тогда, чтобы доказать самим себе свою правоту, мы подсознательно все устраиваем так, чтобы подорвать свою способность к проявлению. Вот лишь несколько способов, с помощью которых мы это проделываем и которые вы, возможно, захотите отследить у себя.

1. Фиксируясь на B, мы упускаем C

Как говорилось в предыдущей главе, истинный смысл постановки цели (B) в том, чтобы побудить вас начать двигаться из какой-либо точки (A), дабы вы пребывали в движении настолько долго, чтобы в итоге явился результат (C). Однако мы можем быть настолько сосредоточены на том, чтобы добраться до B, что не заметим C. Поскольку B представляет собой грубую энергию, которая, вероятнее всего, уже существует в проявленной форме, то C (результат) обычно очень тонок, латентен и временами являет собой не более чем потенциал. Если мы будем слишком фиксироваться на B, то рискуем проглядеть тончайшие знаки и послания, с помощью которых C старается привлечь наше внимание, и в этом случае можем упустить благоприятную возможность — или вообще не сформировать намерение — воплотить его в форму. Поэтому будьте внимательны к тонким, едва уловимым знакам и посланиям, которые будут возникать под углом в 90 градусов к направлению вашего движения, и проверяйте их на предмет того, несут ли они в себе смысл или нет. Короче, будьте проницательны — и даже скептичны. Конечно, вряд ли вам захочется подмечать любую малость, которая может служить такого рода знаком, но это и не требуется. Для этого существует золотое правило: если что-то случается трижды и вы чувствуете, что ваша связь с этими событиями настолько сильна, что ее трудно игнорировать, тогда, возможно, есть смысл исследовать их более подробно.

2. В стремлении к B мы не проявляем энтузиазма

Обратная сторона той же медали — несмотря на то, что мы добиваемся B, мы, однако, делаем это без энтузиазма. Если мы не вкладываем достаточно много энергии в свой путь или в свое движение, то из чего, спрашивается, явится C? Мы должны дать Духу нечто, с чем Он мог бы работать. Вкладывайте в создание B стопроцентное намерение, оставаясь в то же время открытыми и восприимчивыми к тому, что может прийти со стороны.

3. Страх, колебания

Прожив всю жизнь с верой в парадигму, которая не только доказывала свою состоятельность, но и казалась самоочевидной и истинной, нам теперь очень трудно поверить в совершенно иную парадигму, истинность которой мы не проверили на собственном опыте. Не говоря уж о том, что с интеллектуальной точки зрения она кажется до смешного неестественной и притянутой за уши. Поэтому не удивительно, что, оказавшись в трудной или серьезной ситуации, мы тут же хватаемся за безопасную и знакомую парадигму и возвращаемся к старому мышлению.

Так что давайте посмотрим правде в глазе: наша вера в изобилие Вселенной еще слишком хрупка и, как мы видели из предыдущей главы, умение отпустить привязанность к своему желанию получить задуманное неким определенным образом практически выходит за пределы наших возможностей.

Есть такой духовный наставник и писатель Джерри Стоккинг, автор книги «Как победить, выйдя из игры» *(How to Win By Quitting)*. В этой книге он прямо заявляет: если работа не нравится и вы несчастливы, уйдите с нее. Суть его послания в том, чтобы уйти, не подыскав другой работы! В основе этого послания та идея, что если вы, прежде чем уволиться, станете подыскивать другую работу, то вы тем самым лишите жизнь (Дух) возможности одарить вас теми благами, на сотворение которых у вас не хватает воображения. То есть не вы, а Дух пусть найдет для вас идеальную работу. Другими словами, отпустите все привязки к работе — какой она должна быть и откуда должна появиться — и избавьтесь от необходимости контролировать свою жизнь. А для этого необходимы великий уклон в сторону веры, доверие и немалое духовное мужество.

Поскольку нам то и дело приходится сталкиваться с подобного рода испытаниями, то ниже приводятся примеры тех уловок, к которым мы прибегаем, чтобы вернуться под безопасный и привычный кров

старой парадигмы. Однако, поступая подобным образом, мы подрываем саму возможность чего-то добиться или что-то реализовать.

а) «Чем скромней ожидания, тем лучше»

Подобным образом я как бы страхую свою ставку от возможных потерь. Если мои ожидания в отношении вероятности того, что просимое мною реализуется, будут скромны, то в случае, если этого не случится вообще, я буду не столь разочарован и растерян.

Эту позицию часто путают с непривязанностью, но между ними нет ничего общего. Она более сродни состоянию покорности или безынициативности в нашем стремлении получить что бы то ни было, каковые свойства скорее отталкивают, чем привлекают то, о чем мы просим. Поэтому если *примириться с возможностью не получить* желаемое, то это сведет наше намерение на нет.

б) «Терпение кончилось, пора вновь вводить контроль»

Из-за отсутствия доверия мы склонны давать себе очень мало времени на «продолжительность сдачи». Если мы не получаем желаемого за то время, которое мы наметили себе в воображении, когда ставили цель, мы тут же склоняемся к мысли о том, что Вселенная нас не слышит, или услышала неверно, или ошиблась. В худшем случае мы просто возвращаемся к прежней системе контроля и вновь взваливаем на себя ответственность за то, чтобы самим реализовать задуманное. Но, даже если мы этого не сделаем, одного сомнения вполне достаточно, чтобы внести сумятицу в этот процесс. Если уж отдаете себя во власть Духа, так отдавайте. Назад хода нет!

в) Замешанный на страхе сценарий под названием «А что, если…»

«Что, если я брошу работу, а мне ничего стоящего не подвернется?»

«Что, если жизнь преподнесет мне что-нибудь такое, что мне не нравится?»

«Что, если непривязанность к желанию приведет к тому, что я утрачу волю и стану ленивым и равнодушным к жизни?»

«Что, если я не увижу знаки?»

Все эти «что, если...»-истории основаны на страхе потерять контроль, а это для большинства людей является главной проблемой. Они приравнивают непривязанность к потере контроля. Истина же в том, что сознательный контроль никогда и не был их основной прерогативой. Если кто и дирижировал жизнью, то не они, а их Высшее «Я». Дело в том, что когда мы *отпускаем* и препоручаем всю работу своему Высшему «Я», то все устраивается во много раз лучше.

Писатели Абрахам и Хикс в своей книге «Проси, и дано тебе будет: как научиться реализовывать свои желания» *(Ask and It Is Given: Learning to Manifest Your Desires)* рекомендуют одно весьма полезное средство; если пользоваться им ежедневно, советуют они, то вы сможете выработать правильное отношение к этой проблеме. Они называют это средство *«методом подкладки»,* но, в сущности, это не что иное, как «список дел».

Однако этот «список дел» необычен в том смысле, что он разделен на две колонки. В одной вы указываете то, что хотели бы, чтобы сделал Господь, а в другой — то, что необходимо сделать вам самому. Богу (или своему Высшему «Я») вы доверяете все важные дела, а за собой оставляете только самые насущные.

СПИСОК ДЕЛ

ЧТО ДОЛЖЕН СДЕЛАТЬ Я	ЧТО ДОЛЖЕН СДЕЛАТЬ БОГ
1. Вынести мусор.	
2. Описать, каким бы я хотел видеть своего партнера по бизнесу.	2. Найти мне идеального партнера по бизнесу.
3. Прочитать письма, пришедшие по электронной почте, и ответить на них.	3. Дать мне нужные связи, чтобы я мог быть полезен другим людям.
4. Запланировать на завтра совещание членов правления для решения спорных вопросов.	4. Передать на обсуждение правлению наиболее важные детали, чтобы добиться для всех и каждого наивысшего и наилучшего результата.

Таким образом, вы перечислите в мирских, повседневных человеческих понятиях те дела, которые необходимо сделать, но при этом будете знать, что действительно важные детали переданы на усмотрение Вселенной. Часть ваших дел сравнительно невелика, но если большую часть того, что вы рассматриваете для себя как важное, но не знаете, как к этому подойти, вы передадите своему Высшему «Я», ваш вклад в возможность успешного исхода будет колоссальным — во много раз больше, чем если бы вы попытались сделать это сами. В этом смысле ваша истинная сила прямо пропорциональна вашей готовности передать свои проблемы под контроль Вселенной и довериться этому процессу.

г) За счет чего понижается уровень вибраций

Если ваши вибрации высоки, то вы в этом случае будете обладать силой привлечь по своей воле из «свернутого порядка» реальности все, что захотите. Если же ваше энергетическое поле загрязнено токсичными мотивациями, то сделать это будет гораздо трудней, если только вообще возможно. Ниже приводятся некоторые способы,

к которым вы подсознательно прибегаете, чтобы снизить свои вибрации, создавая тем самым препятствия самим себе.

1. Общение не с теми людьми.

Если вы делитесь своими мечтами со скептически настроенными людьми или с людьми, приверженными старой парадигме, не удивляйтесь тому, что ваши мечты не осуществятся. Безверие заразительно. По существу, даже если эти люди ничего негативного и не скажут, все равно их энергетика нанесет серьезный ущерб вашей, причем намеренно.

В этом смысле даже лучшие друзья потенциально могут оказаться злейшими врагами. Мне удалось убедиться в этом лично в самом начале 1990-х, когда у меня было тяжело с финансами. В то время я общался с несколькими выдающимися людьми, которые, как и я, интересовались идеей сотворения своей собственной реальности, но что касается личного процветания и благополучия, здесь они, как в общем-то и я сам, буквально завязли на месте — ни туда ни сюда.

Но однажды до нас вдруг дошло, что мы, должно быть, сами виноваты в том, что стоим на месте, тормозя в этом смысле друг друга. Действительно, проанализировав как следует, мы заметили, что если один из нас выходит немного вперед, то мы начинаем испытывать к нему приступ ревности или зависти. В этом случае у каждого из нас возникает мысль: «Ага, если он идет впереди, значит, я плетусь сзади и остаюсь в одиночестве в своем неуспехе».

И хотя мы говорили коллегам, что радуемся их успехам и поддерживаем их прогресс, наша энергетика свидетельствовала об обратном. В действительности же мы хотели только одного: чтобы все в группе оставались на том же самом месте, где и стояли, чтобы мы могли бесконечно выражать друг другу сочувствие по поводу своих неудач. И стали экспертами в этом деле.

Наконец мы всей группой решили, что отправимся на выходные дни в горы, чтобы уединиться и разобраться в ситуации. Нами руководило намерение найти способ справиться со страхами и проблемами, которые рождали в нас желание «не высовываться». Первые полтора дня были очень тяжелыми, со множеством неприятных сцен, пока кто-то вдруг не решил, что нужно быть самим собой, и начал сердечно делиться с другими своими чувствами. Это привело к тому, что и другие тоже доверились друг другу и облегчили свое сердце. После этого уик-энда все члены группы начали реализовывать свои великие возможности и двигаться в жизни вперед. Межгрупповой саботаж был преодолен.

2. Отказ делиться своими чувствами.

В приведенной выше истории нам удалось добиться решительного прорыва благодаря двум моментам. Первый — когда мы осознали, что нами владеют подлинные чувства ревности, зависти и страха, возникающие тогда, когда, как нам казалось, кто-то из нас добивался успеха. Второй — когда мы начали рассказывать друг другу о владевших нами чувствах и исследовать то, что скрывалось под ними.

Не сдерживайте своих чувств. Делитесь ими. Они вызовут благоприятный ответный отклик и помогут вам понять свои негативные стержневые убеждения, которые иначе бы ограничивали вас, — убеждения вроде «Я не заслуживаю того, чтобы быть богатым» или «Я не достоин богатства» и так далее.

3. Нежелание признать, что вами владеют сомнения.

Величайшее препятствие на пути к реализации мечты — это ваши сомнения. А чтобы справиться со своими сомнениями, мы должны вначале признать, что таковые у нас есть, принять их и жить с ними. Только после этого мы сможем от них избавиться. Лучшее противоядие против сомнений — это успех, даже если он приходит постепенно и понемногу. (См. следующую главу.)

4. Приверженность прошлому.

Ничто так не снижает уровень ваших вибраций, как отказ освободить свою память от событий, случившихся в прошлом, — событий, где вы чувствовали себя жертвой и по поводу которых вами владеют чувства обиды, сожаления, разочарования, гнева, печали, горя и так далее. Это один из главных догматов этой книги, и *Программа Радикального Расширения возможностей,* точнее, *Радикального Прощения* должна стоять на первом месте. Это значит, что вы должны полностью преобразовать свое чувство жертвы, выразив готовность признать совершенство всего случившегося и осознав, что *прощать нечего*.

Глава 11 В помощь начинающим

Как только вы осваиваете какое-нибудь ремесло до того уровня, на котором оно становится вашей второй натурой, разучиться этому делу, чтобы заменить его другим, — настоящее испытание. За целые века учебы и тренировки мы мастерски освоили искусство «сводить концы с концами» и достигли невероятной практики и сноровки в умении создавать нехватку и ограничения.

Ясно, что замена этого привычного навыка искусством создавать изобилие — дело нелегкое. Этому искусству необходимо обучиться, а поскольку большинство из нас делает лишь первые шаги по избавлению от старой парадигмы нехватки и ограничений, в которой мы глубоко увязли, то кривая обучения будет крутой. Потому, чтобы преуспеть в *Искусстве Проявления,* мы должны исходить из того, что нам уже известно о природе этого искусства и о том, как его освоить.

Каждое искусство содержит в себе компонент познания, и Радикальное Проявление в этом смысле не исключение. Нам нужно понять и усвоить это знание, поскольку, чтобы добиться успеха, от нас требуется не только отказаться от одной парадигмы в пользу

другой, но и поменять все наработанные в течение жизни привычки. Очень важно, чтобы мы сначала изучили основы Радикального Прощения, поскольку оно послужит метафизическим обрамлением и для Радикального Расширения возможностей, и для Радикального Проявления.

Помимо его познавательной базы, искусство по определению представляет собой комплекс действий, которые, если ими овладеть в совершенстве, станут являть собой некую однородность движения и исполнения. Чтобы добиться таких знания и опыта, необходимо практиковать каждый аспект искусства отдельно и только затем объединить их в единое действие. Это значит, что искусство в целом желательно разбить на отдельные простые этапы и практиковать каждый, сводя их вместе лишь в условиях, которые благоприятны для их усвоения и создают минимальный риск ошибки.

Основные элементы искусства, составляющего суть Радикального Проявления, уже были обрисованы в предыдущих главах. Эти элементы таковы:

• добиться ясности в отношении того, чего вы хотите;

• сформулировать для себя, почему вы этого хотите;

• визуализировать, что вы получили желаемое;

• подтвердить, что вы им уже владеете;

• испытать чувство благодарности;

• возвысить свое базовое намерение, соотнеся его со следующим, более высоким уровнем;

• передать его во власть Духа и избавиться от привязанности к нему.

Однако, даже несмотря на весь наш скептицизм и сомнение, мы стараемся расширить свое умение в Искусстве Проявления еще дальше, за его и без того растяжимые рамки, особенно когда

пытаемся приложить все эти несопоставимые действия к чему-то, что находится за пределами нашего опыта.

Давайте для примера предположим, что мы в данный момент живем в трейлере на каком-нибудь заброшенном участке дороги в каком-нибудь захолустном городишке и при этом пытаемся реализовать свою мечту — обрести роскошный особняк неподалеку от песчаного пляжа на каком-нибудь экзотическом острове. Естественно, это нам не удастся. Это все равно как если бы вы прочли руководство по управлению планером и сразу после этого сели бы за штурвал «Боинга-747», полагая, что сможете поднять его в воздух.

Самые простые шаги

Решение проблемы только одно: развивать свое мастерство постепенно, делая первые, осторожные шаги, как это делает ребенок, когда учится ходить, и неустанно практиковать, казалось бы, самые незначительные мелочи.

Я рекомендую вам ежедневно, как только вы встаете с постели, ставить перед собой какую-нибудь простую, несущественную цель, а затем, перед тем как ложиться, подводить итог, прикидывая, насколько вам удалось осуществить задуманное. Пусть это станет вашей привычкой.

Например, для начала вы можете поставить цель — добиться того, чтобы как можно больше людей сегодня вам улыбались или сказали вам слова, полные благодарности и признания. Замечайте эти улыбки и слова и затем, когда будете подводить итог сделанного за день, занесите в свой дневник те из них, которые вам особенно запомнились.

Подумайте над тем, что вам особенно нравится или к чему вы испытываете влечение, и поставьте перед собой цель, сформируйте намерение — в определенный день тем или иным образом добиться

этого или реализовать это в своей жизни. Посмотрите, удастся ли вам это или нет.

Предположим, например, что вы любите бе´лок. Поставьте себе цель: пусть хотя бы одна из них окажется сегодня неподалеку от вас. Используйте все известные вам навыки и умения, чтобы насытить свое намерение энергией, и смотрите, объявится ли поблизости белка или нет. И чем больше будет белок, тем лучше.

Занесите это событие в свой дневник и поздравьте себя с тем, что вам удалось «сотворить» белку.

Только не расценивайте это как случайность или совпадение — это еще один способ создавать себе преграды.

Добивайтесь успеха постепенно

Когда вы освоите новое умение, для обретения уверенности в себе и утверждения в своем убеждении очень важно затем добиться того, чтобы на каждой стадии вам сопутствовал успех (ибо большая величина слагается из суммы малых). Поэтому удостоверьтесь, что уже на ранней стадии вы формируете такие намерения, которые обладают вполне высокой степенью вероятности вызвать реакцию.

Намерение привлечь белку, например, — это прекрасный выбор, особенно если вам приходится идти на работу через парк. Причем способность к проецированию своего намерения для привлечения к себе белки в данных обстоятельствах не должна быть особенно сильной. С другой стороны, если бы всю дорогу до работы вы ехали в метро, то для «сотворения» белки в поезде метро вам потребовалось бы невероятное количество энергии Привлечения. Ставить перед собой неосуществимые цели и намерения — тоже весьма распространенный способ создавать себе преграды.

Умение «создавать» свободные места на парковке

В 1980–1990-х годах, когда люди впервые начали экспериментировать с идеей, что каждый из нас творит свою собственную реальность, стало модным «создавать» себе свободное место на парковке там и тогда, где и когда это было необходимо. Люди хвастали перед друзьями, как ловко им всегда удается добывать себе свободное место. И не важно, что вся их жизнь суматошна и бесконтрольна, — они, по крайней мере, умеют добывать себе место на стоянке!

Ну что ж, даже если сегодня это выглядит несколько passé[6], почему бы не попытаться заняться этим снова — при условии, конечно, что вы живете в районе, где парковочные стоянки пользуются большим спросом и в обычных условиях там трудно отыскать свободное место. Посмотрите, сколько раз вам удастся «сотворить» идеальное парковочное местечко именно тогда, когда оно нужно. Если это вам не подходит, придумайте что-нибудь еще в том же духе, на чем вы можете проверить свою способность к *Проявлению*.

Постепенно повышайте уровень испытаний

Если уровень вашего успеха в *проявлении* улыбок, белок, свободных парковочных мест и чего бы там ни было ежедневно возрастает, вы можете несколько повысить уровень сложности. При этом, однако, вы все так же должны создавать намерения относительно несущественные и с большой вероятностью успешного результата. Налагать на себя большое бремя еще слишком рано.

Возможно, вам придется работать на этом уровне несколько месяцев, так что вы сможете упрочить уверенность в себе на солидном фундаменте практического опыта. Не забывайте ежедневно вести дневник, отмечая в нем рост своего мастерства и своих способностей. Когда почувствуете, что ваша уверенность в себе растет, а сомнения угасают, несколько повысьте уровень сложности.

Только после этого вы можете начать работать с серьезными и значительными намерениями — такими, которые потребуют с вашей стороны большого труда для создания энергии привлечения и в которые вы будете вкладывать свои эмоции. С этого момента вы реально начнете объединять все воедино и будете способны демонстрировать свое мастерство в искусстве Радикального Проявления.

Глава 12 Нарисуй духовную картину

Как уже говорилось в предыдущих главах, существенная часть работы с Радикальным Проявлением состоит в том, чтобы устранить *себя*. Если уж быть более точным, то это означает устранение рационального ума с пути духовного разума, чтобы последний мог соединиться с Универсальным Разумом в Божественном танце со-творения.

Один из наиболее экономичных с точки зрения времени способов достичь этого — создать визуальное символическое послание о том, что именно мы хотим привлечь к себе. Картины, мандалы, эскизы, коллажи и им подобные вещи позволят нам обойти рациональный ум, в то же время задействовав другие сферы психики, которые связаны с духовным разумом.

«Карта сокровищ»

Опять же, если вспомнить 1980–1990-е годы, то наиболее распространенной формой вышеописанной процедуры был процесс, именуемый «составлением карты сокровищ». Он заключается в том, чтобы, обложившись кучей журналов и пролистывая их, вырезать оттуда картинки и графические символы, которые кажутся нам осмысленными с точки зрения того, чего именно мы хотим добиться в жизни. Затем их наклеивают на большой деревянный планшет или лист картона и выставляют этот привлекательный коллаж в одном из

помещений дома как визуальное напоминание о наших мечтах и замыслах.

Еще один способ — взять цветные мелки, маркеры и другие пишущие или рисующие инструменты и нарисовать картину, изобразив на ней все те вещи, которые мы хотели бы получить. Главное — чтобы картина была разноцветной и привлекала взор.

Завершив картину, следует в какой-то степени забыть обо всех изображенных на ней вещах или просто избегать смотреть на них в течение нескольких месяцев. После чего, взглянув на них, человек бывает совершенно поражен тем, насколько его запечатленные на этом коллаже или картине мечты на деле воплощаются в реальной повседневности.

Если в обычных условиях мы нередко склонны полагать, что если что-то и дается нам в руки, то происходит это просто под влиянием обычных обстоятельств жизни, теперь, когда мы видим все эти вещи на «карте сокровищ» в виде своих изначальных намерений, они напоминают нам о том, что совсем недавно все это было лишь идеями в нашем сознании. И это вызывает у нас удивление: неужели мы и в самом деле привлекли к себе все это с помощью *Закона Привлечения?*

Несколько лет тому назад мы, Джоанна и я, представили себе, что купили участок земли и построили на нем дом, состоявший из двух частей. В первой размещались наши личные покои, а во второй — офисы, студия и залы для семинаров. Мы просто сделали небольшой эскизный набросок этой идеи в уголке листа ватмана, который и без того был напичкан множеством других идей и задумок, и повесили его на обратную сторону двери в нашей спальне. К слову сказать, ни одна из них никогда не воплощалась в жизни; вот и эта была одной из тех идей, которые, казалось бы, просто рождались и забывались. И вот совсем недавно, бросив взгляд на этот рисунок, мы вдруг поняли, что идея-то фактически реализовалась.

А произошло это следующим образом. В прошлом году мы купили кое-какое телевизионное оборудование, собираясь записывать и выпускать DVD с учебными программами. Однако в нашем доме не было места для звукозаписывающей студии, поэтому мы попросили Вселенную помочь нам решить эту проблему. И так случилось, что в это самое время соседний с нами дом сдавался в аренду. Более того, Дана, моя ассистентка, согласившаяся помочь мне запустить эту нашу корпоративную программу, оказалась в то время бесприютной, поскольку переехала из Финикса в Атланту, чтобы стать частью нашей компании, и остро нуждалась в жилье. Дом по соседству оказался идеальным решением проблемы и для нее, и для меня. Она переехала туда и организовала офис прямо на дому, мы же снимали у нее одну из комнат под студию, а большую часть инвентаря хранили в гараже. Хотя это было не совсем то, что мы себе представляли, по быстроте исполнения это почти граничило с чем-то сверхъестественным, да и прекрасно отвечало нашим целям.

Наши молитвы и в самом деле были услышаны, однако в то время этот факт практически ускользнул от нашего внимания, поскольку ответ был дан совершенно не в той форме, в какой мы его себе представляли. Однако факт остается фактом: нам было послано идеальное решение — притом что не нужно было переезжать или тратить огромное количество энергии, времени и денег на строительство нового дома. Спасибо Тебе, Господи!

Часть IV Проявляя деньги

Глава 13 Внимательность к деньгам

Я приглашаю вас принять участие в эксперименте — экспериментальном тесте на «внимательность».

Внимательность — это умение наблюдать за своими мыслями, когда они стремительно проносятся в уме. Мысли тоже могут вызывать чувства, поэтому внимательность — это также осознание того, что

происходит в вашем теле как отклик на мысли, проносящиеся в вашем уме.

Готовы? Хорошо.

А теперь внимание на следующую страницу!

Деньги — это...

_____

(Завершите предложение)

_____

_____

_____

Какие слова или фразы мгновенно пришли вам на ум в качестве завершения этого предложения?

_____

_____

_____

Какие из них пришли вам в голову первыми?

_____

_____

_____

Какие из них вы отсеяли и решили не вставлять?

_____

_____

_____

Какие мысли пронеслись в вашем уме?

_____

_____

_____

Не находилась ли каждая последующая мысль в противоречии с предыдущей? Если да, то каким образом они противоречили друг другу?

_____

_____

_____

Ваша личность и деньги

Кто вы?

□ Любитель транжирить деньги. □ Человек бережливый. □ Экономный и осмотрительный. □ Очень ответственный. □ Безответственный. □ Контролирующий. □ Человек, разумно распоряжающийся деньгами. □ Человек, неразумно распоряжающийся деньгами. □ В ладах с деньгами. □ Не в ладах с деньгами (или пир, или голод).

Что вы предпочитаете

□ Рисковать деньгами? □ Вкладывать их в безопасное, прибыльное дело?

Доминирующие убеждения, связанные с деньгами

□ Чтобы заработать деньги, нужно много трудиться. □ Деньги на деревьях не растут. □ Деньги достаются мне легко. □ Мне приходится добывать деньги в нелегкой борьбе. □ В деньгах нет недостатка. □ Деньги — вещь дефицитная. □ Деньги означают успех. □ Деньги — корень зла.

□ Деньги важны для меня. □ Деньги для меня неважны. □ Где деньги, там и я. □ Другие вещи для меня более важны, чем деньги. □ Мне нравится раздавать деньги. □ Каждое состояние нажито неправедным путем. □ Деньги — это сила. □ Деньги не властны надо мной. □ Деньги — это хорошая работа. □ Деньги — это успешный бизнес. □ Люди с деньгами вызывают подозрение.

Было бы очень хорошо, если бы вы в этот момент записали то, что узнали о себе: как лично вы относитесь к деньгам и какое значение им придаете. Ответив на эти вопросы, вы начнете понимать, блокируете ли вы денежный поток или привлекаете его и как именно.

Глава 14 Змеи, акулы и деньги

Должно быть, в целом мире найдется немного таких людей, у которых не было бы ярко выраженных эмоциональных реакций на змей. Лишь крошечная часть населения Земли любит их, а подавляющее большинство смертельно боится, ненавидит и хочет, чтобы их вообще не было. Я — один из них.

Однако статистика гласит, что число людей, ежегодно погибающих от укусов змей, ничтожно мало по сравнению, например, с количеством людей, погибающих в автомобильных авариях. Лишь очень немногие виды змей по природе агрессивны. Большинство же из них всячески избегают контактов с людьми, а если кусают, то в качестве самозащиты.

Те же реакции вызывают у нас и акулы. Даже когда мы смотрим передачу о них по телевидению и вдруг перед нами неожиданно возникает образ большой белой акулы, скользящей в глубинах вод, один ее вид приводит нас в содрогание. Почти повсюду в мире эта морская тварь воспринимается как дьявольское отродье и вызывает у большинства людей безотчетный страх и ненависть.

Однако и здесь факты неумолимы: ежегодно от укусов акул погибает буквально горстка людей, а нападения, совершаемые акулами на людей, очень и очень редки. Когда же эти нападения все же случаются, то, как свидетельствуют отчеты, происходит это потому, что серфингист, например, если смотреть на него из-под воды, очень напоминает морского котика — любимое лакомство акул. Поэтому нападения акул на людей — это по большей части «невинные» ошибки.

Иррациональный страх

Ясно, что наши эмоциональные реакции на этих тварей совершенно иррациональны, необоснованны, абсолютно неоправданны и не соответствуют той (очень мизерной) угрозе, какую они представляют. Почему нами владеет столь глубокий повсеместный страх перед змеями, хотя большинство из нас с ними даже никогда не сталкивались, до сих пор до конца не выяснено, но этот страх, безусловно, инстинктивный, архетипический и вполне реальный. С другой стороны, страх перед акулами вызван, скорее всего, фильмами и непомерно раздутыми историями о них в газетах и журналах, чем чем-то другим.

Эмоциональные реакции на деньги

Деньги иногда вызывают у нас те же эмоциональные реакции, что акулы и змеи, причем не менее иррациональные и столь же интенсивные. Как мы ненавидим змей и боимся акул, точно так же

большинство из нас относится и к деньгам — с тем же (хотя и хорошо скрытым) страхом. Нам кажется, что мы любим деньги, а в действительности все наоборот. Деньги повсеместно вызывают страх. Подсознательно мы избегаем их так же, как избегаем самых ядовитых змей и самых агрессивных акул.

(Интересно, что людей, пытающихся продать всякого рода барахло или подделки, которые они выдают за подлинные вещи, мы, американцы, называем «торговцами змеиным маслом», а тех, кто ссужает деньги под высокие проценты, — «акулами ссудного бизнеса». А конкурентные ситуации, когда огромное количество денег распределяется между немногими людьми, мы называем «акульей средой обитания».)

Состоятельные люди

Возможно, вы здесь спросите: а как быть с людьми, которые, казалось бы, не испытывают недостатка в деньгах? Неужели и они тоже ненавидят деньги?

Очень похоже на то, поскольку большинство из них (по крайней мере, в Америке) по шею погрязли в закладных и ипотеках, имеют огромные долги по кредитным карточкам, а вся их жизнь организована так, что если обстоятельства вдруг изменятся — например, они потеряют работу или свернут свой бизнес из-за невозможности платить долги, — то они окажутся в весьма незавидном положении. Да, они ненавидят деньги, поскольку могут лишиться их в любой момент — и тогда их карточный домик рухнет. Они тратят целые состояния на страховку и адвокатов и ненавидят и то, и другое.

На грани

Жизнь богатых людей подобна жизни серфингистов, но, в отличие от настоящих акул, «финансовые акулы» действительно представляют

опасность для их здоровья. Спросите любого, кто оказался неспособен расплатиться с долговыми обязательствами и покрыть свой долг по кредитным карточкам! Во всяком случае, если настоящая акула и укусит вас, то она обычно тут же выплюнет вас обратно, удостоверившись, что вы не котик! А вот кредитные компании точно загрызут вас до смерти.

Богачи

Даже самые богатые из богатых, люди, казалось бы, финансово независимые и застрахованные по всем направлениям, — даже они страшатся потерять свои деньги и ведут себя так, словно имеют их в недостаточном количестве. Они ненавидят деньги, поскольку находятся в кабале у них и снедаемы тревогой за них. Исключение составляют лишь те, кому нравится раздавать деньги и кто делает это не по какой-то причине, а лишь из чистой радости *давать*. Но такие люди редкость. Большинство богатых людей дают деньги, только чтобы сэкономить на налогах, получить то, чего они хотят, или оказать влияние на других, особенно на политиков.

Те, кто «любит» деньги

Таких людей было бы точнее назвать теми, кто *одержим* деньгами. Они считают, что деньги сами по себе ценность, и верят (ошибочно), что чем больше у них будет денег, тем им будет лучше. А им не лучше. Эбенезер Скрудж, например, любил деньги, пока не увидел, что они сделали с ним и с теми, кто его окружал, и царь Мидас тоже их любил — и посмотрите, что с ним стало!

Жизнь среди змей и акул

В таких регионах, как Африка и Австралия, где много змей, люди находят способ уживаться с ними. Они рассматривают их как часть природного порядка и потому терпимо к ним относятся. У

серфингистов несколько иные критерии оценки ситуации: поскольку они обожают серфинг и жить без него не могут, то они в любом случае идут в воду, несмотря на риск, что акулы их примут за котика.

Необходимое зло

Во многом так же мы относимся и к деньгам: мы проявляем терпимое отношение к необходимости иметь их, хотя при этом ненавидим. А некоторые даже расценивают их как «необходимое зло».

Для того чтобы доказать правоту своего убеждения в том, что в мире правит нехватка, мы в подавляющем большинстве так и живем: приобретаем необходимое или имеем его ровно столько, чтобы «свести концы с концами» (довольно относительный термин), и «сводим эти концы» из недели в неделю, из месяца в месяц, из года в год и даже немного дольше.

Примечание: *Я в данном случае не говорю об обществах, где царит столь повальная нищета, что в обороте денег как таковых, по сути, нет, и где буквально каждый стоит в шаге от голодной смерти. Я говорю лишь об обществах с экономикой, где осуществляется достаточно свободный оборот денег.*

Пусть это звучит шокирующе, однако это правда. Само понятие «сводить концы с концами» и то, сколько для этого нужно, каждый из нас понимает весьма по-разному, однако факт остается фактом: мы великие мастера по части уверять себя и окружающих, что имеем

ровно столько, чтобы удовлетворять свои насущные нужды. Если же у нас остается излишек, мы избавляемся от него со всей возможной быстротой.

На грани

Несмотря на тот факт, что каждый божий день по всему земному шару ежесекундно обращаются огромные суммы денег, которые все время растут и увеличиваются, большинство людей умудряются привлечь к себе ровно столько, чтобы не быть бездомными, банкротами или не получить серьезные финансовые проблемы. И при этом только очень мизерный процент всех этих людей — те, кто действительно становятся бездомными. Почему это происходит?

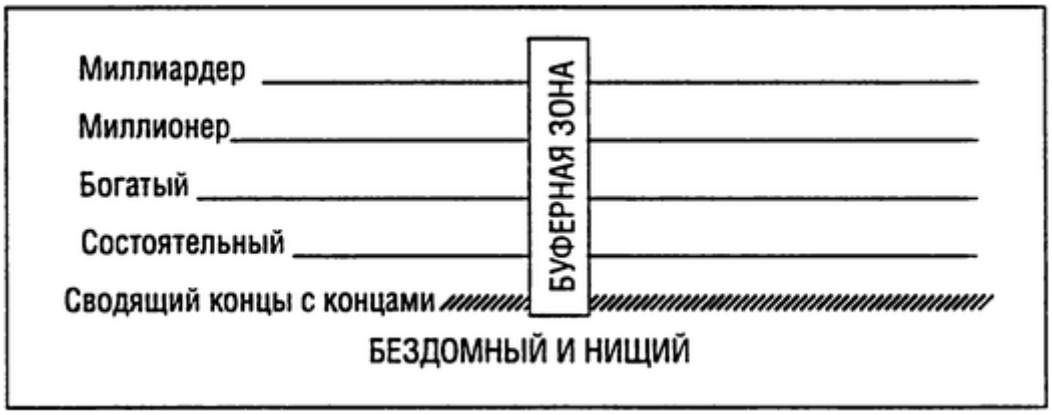


Рис. 10. Буферная зона

Если мы, как и большинство людей, считаем, что количество имеющихся у нас денег зависит от целого ряда обстоятельств, над которыми мы по большей части не властны, то как получается, что эти самые обстоятельства не вынуждают все большее количество людей становиться бездомными, коль скоро граница между «сводить концы с концами» и «быть бездомным» очень и очень тонка? А когда видишь, сколь велик диапазон возможностей или «буферов», то она оказывается вообще неимоверно тонкой.

Если бы было справедливым то, что за рамками экономических обстоятельств существуют некие факторы, определяющие, на каком уровне социальной лестницы мы должны действовать, — с учетом того, что в нашем распоряжении целая арена для подобного рода действий, начиная с уровня, где мы просто «сводим концы с концами», до того, где мы предстаем как миллиардеры, — то не кажется ли странным, что мы можем провести всю свою жизнь в крошечном пространстве между границей «сведения концов с концами» и границей полной нужды ////////////////////////////, не опускаясь ниже?

Не кажется ли вам, что — учитывая ту малую степень ошибки, которая требуется, чтобы толкнуть нас ниже этой границы или, как в данном случае, выше ее, — мы должны были бы постоянно то скатываться в бездомность, то выходить из нее, если уж все действительно зависит от случая и капризов макроэкономики? По самой своей природе рыночная система столь динамична и постоянно пребывает в столь текучем состоянии, что мы как «основная единица экономической деятельности» должны были бы скакать то вниз, в бездомность, то обратно, подобно игрушке йо-йо, если ничего иного нам не остается.

Тонкая настройка

Не кажется ли вам, что в данном случае задействованы какие-то другие факторы, которые осуществляют тонкую настройку нашей индивидуальной финансовой ситуации гораздо точней и искусней, чем грубые макроэкономические факторы экономики? Конечно, такие факторы есть, и вы знаете их очень даже хорошо: это мы сами, то есть вы, я и все другие, кто купился на миф о деньгах. Именно мы с помощью своего сознания и осуществляем тонкую настройку этой системы.

Мы и в самом деле превратили процесс ограниченной добычи денег в некий вид искусства, так что их хватает ровно настолько, чтобы

удерживать нас в узких границах «зоны комфорта» — в режиме простого выживания. Мы эксперты по этой части. Мы можем скатиться к самому краю, а затем, в самый последний момент, добыть сумму денег, вполне достаточную для того, чтобы спасти свою задницу. Если же вдруг оказывается, что мы получаем гораздо больше положенного, то находим способы растратить добытое, и очень быстро. Даже если мы выиграем в лотерею, мы найдем способ тут же вернуться туда, где нам комфортно.

Ничего удивительного

Идея о том, что подавляющее большинство людей питает подсознательное отвращение к деньгам, не должна была вызвать удивления у читателей, особенно если они уже прочли предыдущие главы этой книги. Мы знаем, причем без тени сомнения, что творим свой мир в соответствии со своими убеждениями, позициями, ценностями и критериями, так почему, когда речь заходит о деньгах, все должно быть иначе? Куда стремятся наши мысли, туда стремится и энергия.

Наш ум напичкан всякого рода ограничивающими убеждениями, касающимися денег и нашего отношения к ним. Эти убеждения наравне с эмоциями, их подпитывающими, и определяют, где именно и насколько успешно каждый из нас будет играть в эту денежную игру. Таков закон.

Закон Привлечения

Наши убеждения и позиции обладают определенным уровнем вибраций, поэтому мы, в соответствии с *Законом Привлечения,* привлекаем к себе только те вещи, вибрации которых соответствуют нашим. Все мы знаем, что доминирующим убеждением в сфере денег является то, что их всегда недостаточно. (Мой отец любил говаривать: «Деньги, знаешь ли, на деревьях не растут!») И. знаем

также, что подобное привлекает подобное, из чего неизбежно следует, что убеждение в нехватке привлечет саму нехватку. Все это просто.

Вернитесь назад и посмотрите те записи, которые вы сделали на странице, следующей за упражнением на внимательность. Даже если вы и не вошли в соприкосновение со своими негативными убеждениями, касающимися денег, весьма вероятно, что вы, тем не менее, отметили в своем голосе нечто, свидетельствующее о том, что у вас все же есть убеждения, не приводящие к финансовому процветанию. А вдобавок к ним еще и чувство, которое вы испытали внутри, когда произнесли слово «деньги»! Что, по-вашему, оно могло бы означать?

Закон ассоциации

Этот закон гласит: если вы боитесь А, а это А есть то же самое, что В, то, по ассоциации, вы автоматически будете бояться и В. Если принять во внимание, что вы боитесь акул, а люди, обладающие большими деньгами или умеющие их добывать, ассоциируются у вас с акулами, то догадайтесь, что будет?

Какие другие ассоциации связаны у вас с деньгами? Может быть, страх перед успехом? Или, возможно, страх сделаться подобным тому, кого вы знаете? Склонность к коррупции? Необходимость бороться?

Составьте опись

Данный момент — наиболее подходящий для того, чтобы «составить опись» возможных негативных ассоциаций, связанных с деньгами. Чему учили вас родители и члены семьи относительно денег? Как они относились к деньгам и какие мысли высказывали по их поводу, — мысли, которые, возможно, проникли в ваше сознание и отложились в нем?

Будет безусловно полезно посвятить какое-то время этому упражнению, ибо благодаря ему вы сможете выявить свою внутреннюю программу отношения к деньгам. Не жалейте на это времени. Результаты могут быть обескураживающими.

Кто вас учил?

Когда закончите «опись» негативных ассоциаций, составьте список людей, несущих ответственность за то, что они заложили в вас убеждения, не позволяющие вам стать «обильным деньгами мудрецом».

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

Затем выполните хотя бы один тест по Радикальному Прощению для каждого из них.

Используйте для этого либо образцы, которые можно распечатать на бумаге и потом заполнить (их можно загрузить с сайта www.radicalforgiveness.com), либо интерактивные, онлайновые (они также имеются на том же сайте).

Очень важно, чтобы вы сделали это, ибо чем дольше вы возлагаете на этих людей ответственность за то, что они привили вам эти идеи, тем больше вероятность того, что вы обвините их в том, что у вас нет изобилия. Это будет отнимать у вас силы и энергию, поскольку подсознательно причину отсутствия у вас изобилия вы переносите на

кого-то вовне, вместо того чтобы искать ее внутри себя. В этом случае вы отдаете им свою силу, после чего сами оказываетесь неспособными сотворить желаемое и увязаете в этом состоянии.

Выполнив тест по Радикальному Прощению для каждого из них, вы рассеете энергию, подпитывающую те убеждения, которые они вам привили. Это самый быстрый из известных мне способов изменить свои негативные сущностные убеждения.

Глава 15 Смысл денег

Если судить по предыдущим главам, может показаться, что людей в мире, связывающих с деньгами состояние счастья и радости — *вне зависимости от того, много или мало у них этих денег,* — примерно такое же количество, как и тех, кто любит змей. Но это не совсем так. Несомненно, что люди, связывающие с деньгами состояние счастья и радости, есть, и всем им присущи следующие характеристики:

• Полное пренебрежение к деньгам как к самодостаточной конечной цели.

• Любовь к свободе выбора, которую дают им деньги.

• Наличие естественной способности привлекать к себе необходимую сумму денег.

• Состояние повышенной открытости и готовности к получению денег.

• Потребность щедро делиться ими с другими людьми.

• Желание обращать их на всеобщее благо.

• Твердая вера в естественное изобилие Вселенной.

• Несокрушимое убеждение, что их нужды всегда будут удовлетворены.

• Полное отсутствие каких-либо привязок к деньгам, даваемое осознанием того, что в случае необходимости они всегда появятся.

Однако, как вы, видимо, догадываетесь, такие люди весьма редки. И редки потому, что это должны быть люди, полностью строящие свою жизнь на вере в новую парадигму, которая полностью исключает старую. А таких людей действительно немного. Если вы посмотрите на приведенный выше список, то увидите, что каждая из характеристик зависит от того, насколько сознание данного человека укоренено в новой парадигме. Давайте теперь рассмотрим каждую характеристику более подробно.

• Полное пренебрежение к деньгам как к самодостаточной конечной цели.

Эти люди понимают, что деньги сами по себе не имеют ценности, кроме той, которую вкладывают в них люди. Смысл, который обычные люди придают деньгам (например, деньги дают безопасность, деньги — это власть, деньги означают успех, и так далее), всецело связан со старой парадигмой, а те люди, о которых мы ведем речь, под ней не подписываются. Люди, о которых я здесь говорю, не хотят придавать деньгам той силы, которая определяла бы их место в жизни, да и управляла бы самой их жизнью.

• Любовь к свободе выбора, которую дают им деньги.

Это единственный смысл, который они согласны придавать деньгам. Ибо, пока у них есть кое-какие деньги, эти деньги дают им свободу выбора, даже если диапазон ее и ограничен. Чем больше у них денег, тем большей свободой выбора в том, как строить свою жизнь, они обладают. Однако они при этом прекрасно понимают, что счастье обусловлено не количеством имеющихся у них денег, а тем выбором, который они осуществляют.

• Наличие естественной способности привлекать к себе необходимую сумму денег.

Я знаю, вы встречали таких людей. Они притягивают деньги, как магнит железо. Деньги буквально текут к ним рекой. Однако не все эти люди автоматически ассоциируются у вас с новой парадигмой. Те люди, о которых здесь речь, не только легко привлекают к себе деньги, но и удовлетворяют другим критериям.

• Состояние повышенной открытости и готовности к получению денег.

Все, что сказано в предыдущих параграфах, легко можно отнести и к этому, но под открытостью и готовностью я здесь прежде всего имею в виду некое состояние «позволения» по отношению к деньгам, которое проистекает из осознания того, что деньги не имеют смысла сами по себе, что они нейтральны и сами по себе не обладают ни силой, ни властью. Это состояние свободно от таких критериев, как заслуги, ответственность, заслуженность награды или чувство страха. Это состояние чистой готовности к получению или неполучению.

• Потребность щедро делиться деньгами с другими людьми.

Такого рода люди не испытывают потребности держаться за деньги и спокойно расстаются с ними, делясь с другими в разумной мере. Эта раздача не имеет ничего общего с пожертвованиями, когда люди дают деньги в надежде, что им вернется во много раз больше, или когда они жертвуют деньги, чтобы облегчить налоговое бремя. В основе такой раздачи — чистая радость, обусловленная тем, что ты делишься толикой того, что у тебя есть, и осознанием того, что в духовной системе снабжения нет недостатка ни в чем.

• Желание обращать их на всеобщее благо.

Эти люди понимают, что деньги — это энергия, и чувствуют разницу между тем, когда тратишь деньги исключительно на себя, и тем,

когда расходуешь их различными путями на служение человечеству, планете, животному царству и на благо всего бытия.

• Твердая вера в естественное изобилие Вселенной.

Это стержневая идея, не могущая служить предметом сделки. Без этой идеи, своего рода якоря, ни одна другая не имеет смысла. В новой парадигме это убеждение — одно из самых сущностных. Без него нет ничего.

• Несокрушимое убеждение, что их нужды всегда будут удовлетворены.

Это положение проистекает из прочного убеждения, что изобилие — естественное состояние Вселенной. Оно свидетельствует о готовности в любое время подвергнуть его проверке.

• Полное отсутствие каких-либо привязок к деньгам, даваемое осознанием того, что в случае необходимости они всегда появятся — и они всегда появляются.

Люди, действующие подобным образом, совершенно свободны от необходимости иметь больше денег, чем им требуется, и пребывают в полном мире и согласии с тем постулатом, что, водятся у них деньги или нет, это равным образом весьма хорошо.

Из девяти характеристик первые шесть могут быть приложимы как к людям, которые придерживаются той или другой парадигмы, так и к тем, кто одновременно привержен обоим. Последние три, однако, по определению уже не настолько гибкие. Они являются столь же фундаментальными для новой парадигмы, сколь и губительными для старой.

Сомнение никуда не делось

Как указывалось выше, людей, всецело действующих в эволюционном смысле, исходя из новой парадигмы полного

изобилия, очень и очень мало. Причина этого в том, что мы всё еще пребываем на второй стадии в процессе замены старой парадигмы на новую, а это значит, что мы по-прежнему балансируем между двумя. Стоя одной ногой в каждой из парадигм, мы, с одной стороны, хотели бы принять идею бескрайнего изобилия, а с другой — по-прежнему сомневаемся в такой возможности, исходя из повседневного опыта нехватки. Именно здесь мы и находимся, и все, что нам требуется, — это сострадание к себе и понимание того, почему у нас наличествует это сомнение и почему мы все еще не можем всецело строить свою жизнь на принципах новой парадигмы.

Прообраз

Единственный человек из известных мне, кто умел в совершенстве демонстрировать в жизни принципы изобилия, — это Бакминстер Фуллер. Бакки, несомненно, был одним из тех немногих, чьи убеждения полностью коренились в новой парадигме. В сущности, он был одним из тех, кто начал озвучивать принципы новой парадигмы, когда для большинства из нас они были в диковинку, причем начал делать это еще в 1950–1960-х годах.

У него вошло в практику в конце каждого месяца обнулять свой счет в банке. Сколько бы денег ни было у него на счету к этому моменту, он раздавал все. Он доводил своих бухгалтеров до безумия, но, как ученый, он понимал, что деньги — это энергия, а потому рассматривал их лишь как таковую. Как понимал и то, что деньги, дабы быть полезными, должны не лежать, а течь и обращаться. Вот он и поддерживал их в движении.

Для него обращение с деньгами было подобно дыханию — сначала ты их вдыхаешь, потом выдыхаешь. Без всяких усилий и без борьбы. С другой стороны, если задерживаешь дыхание слишком долго, то умираешь. То же самое и с энергией денег. Чем больше ее удерживаешь, тем дольше вы и другие люди в мире будете испытывать страдание.

Смена парадигм осуществляется с помощью денег

Если вы хотите ускорить для себя смену парадигм, на мой взгляд, нет лучшего способа для этого, чем игра с деньгами. Это вовсе не значит, спешу добавить, что вы должны поступать, как Бакки. Хотя у вас может появиться потребность или желание немного выйти за границы своей «зоны комфорта», нет никакого смысла в том, чтобы доводить себя до стресса или встряхивать так, что вы окажетесь за границами своей среды и будете вынуждены совершить аварийную посадку в пределах старой парадигмы. Я не вижу причин, почему бы нам не научиться давать шпоры денежной лошадке с помощью принципов обучения, предложенных в предыдущих главах.

Однако ничто не может служить более верным барометром нашей веры или нашей приверженности либо старой, либо новой парадигме, чем то, как мы относимся к деньгам и как обходимся с ними. Та степень доверия, с которой мы относимся ко Вселенной, и та легкость, с которой мы избавляемся от своих денежных затруднений, покажут нам, где именно мы находимся в процессе перехода от одной парадигмы к другой.

Нам не только будут часто предоставляться благоприятные возможности для наблюдения за этим процессом изнутри, но и — поскольку деньги в нашей жизни обращаются всегда — будут даваться постоянные намеки, причем в очень конкретных понятиях, где именно мы находимся в каждый данный момент.

Глава 16 Энергетическая игра

Вначале давайте выясним природу той игры, в которую мы здесь играем, называя ее Радикальным Проявлением. Это игра энергетическая, и она идентична той, которая послужила основой для Радикального Прощения.

Хотя я поначалу не имел об этом никакого представления, в конечном счете я все же пришел к пониманию, что ключом к мгновенному освобождению от тирании прошлого является не попытка изменить что-либо на уровне физической реальности или даже на уровне ума, а, скорее, рассасывание того «энергетического комплекса», который подпитывает наши муки и страдания.

Я обнаружил, что этот энергетический комплекс, существующий в виде энергетического блока в нашем физическом и более тонком телах, рассасывается сам собой в результате обращения человека к своему духовному разуму с просьбой обработать этот блок автоматически на духовном уровне — и все. А сама просьба осуществляется посредством использования одного из инструментов Радикального Прощения.

Больше ничего делать не надо, и человеку даже не нужно верить в концепцию Радикального Прощения, чтобы процесс прошел успешно. Все, что требуется, —

это «волевой скептицизм», то есть готовность принять во внимание ту возможность, что все происходящее есть часть Божественного Плана и происходит не без причины. Все, что остается потом сделать, — захотеть осуществить этот процесс с помощью одного из инструментов.

Трансформация

Лично меня это убеждает лишь в одном: интенсивно работать над преобразованием или перепрограммированием подсознательных идей, мыслей, убеждений, критериев и эмоций, связанных с изначальным событием, которое оставалось непрощенным, совсем не обязательно. Все, что нужно сделать, — найти способ рассеять то энергетическое поле, которое содержит их все. А этот процесс прост: это всего лишь вопрос передачи этого поля во власть и под управление духовного разума.

Благодаря этому ситуация трансформируется, поскольку мы мгновенно начинаем действовать исходя из новой парадигмы, пусть даже и по отношению к этому специфическому событию. Это единственная парадигма, которую понимает наш духовный разум и от которой он отталкивается. Это означает, что почти сразу же по отношению к этой ситуации критерии новой парадигмы оказываются воистину исполненными смысла, тогда как критерии старой парадигмы отпадают. Обвинение расчищает путь благодарности; враги становятся ангелами-целителями; любовь вытесняет страх, и так далее. Это и есть трансформация.

Если этот процесс оказывается действенным применительно к «энергетическим комплексам» вроде непрощения, которое, как это всем известно, с трудом поддается преобразованию, то есть все причины считать, что этот же метод окажется действенным применительно и к другим энергетическим комплексам вроде недостатка изобилия.

Изучая тест-анкеты по Радикальному Прощению, помните, что они отвечают всем критериям этой технологии, которые органично вплетены в задаваемые вопросы. Как сказано в главе 6, эти тесты служат своего рода «воображаемым мостом», который помогает нам перейти от одной парадигмы к другой.

Вот почему мы разработали также *Тест-анкету на выявление сознательного отношения к деньгам* — так же как и *Тест-анкету по Радикальному Проявлению*. Они действуют таким же образом и тоже служат своего рода мостом, подобным тому, что описан выше, помогая вам «подделать» веру в идею о бескрайнем изобилии Вселенной, даже если вы в нем сомневаетесь.

Таким образом, передав все это — с помощью указанных инструментов — под водительство своего духовного разума, вы освобождаете себя от необходимости тратить целое состояние в качестве платы за участие в семинарах, которые фокусируются на перепрограммировании ума в денежных вопросах. Мы просто не

трогаем спящую собаку (пусть себе лежит), игнорируем ум и посредством тест-анкет просим Дух позаботиться об этом. И это действует!

Теперь давайте рассмотрим некоторые критерии, касающиеся денег, а именно те, которые согласуются с новой парадигмой.

Глава 17 Размышления о деньгах

• Деньги — абстракция и сами по себе ценности не имеют.

Когда платежным средством при совершении сделок были золотые монеты, эти монеты обладали ценностью сами по себе. В наши дни деньги в основном — это ряд единиц и нулей в компьютерной программе, активируемой кредитными и дебетными карточками. Они приобретают ценность лишь в том случае, когда их обменивают на что-то, после чего вообще перестают быть деньгами. Деньги — это энергия.

Деньги — это энергия, а раз так, то они подвержены *Закону Привлечения* в той же мере, в какой ему подвержены и все другие разновидности энергии. Они текут к тем, кто больше всего хочет и готов их принимать и не имеет проблем с тем, чтобы просить о них.

• Деньги нейтральны.

Деньги текут к тем, кто притягивает их, будь то закоренелый преступник или благочестивый священник. Деньгам все равно. Текут они и к людям, занимающимся духовной деятельностью, — до тех пор, пока эти люди не блокируют денежный поток глупыми идеями вроде того, что духовные люди духовной работой деньги зарабатывать не должны.

Ошибка считать, будто если заниматься тем, что любишь, то деньги будут притекать автоматически. Это будет происходить лишь в том случае, если вы притягиваете их, как магнит. Тогда они

действительно будут притекать. Нельзя просто уповать на то, что деньги будут течь к вам сами. Вы должны притягивать их, в то же время оставаясь непривязанными к ним: очень тонкий трюк по удержанию равновесия.

• **Денег всегда в избытке.**

Поскольку деньги — это энергия, а энергия безгранична, то и деньги тоже безграничны. Прямо сейчас их находится в обращении гораздо больше, чем вы в состоянии представить. И их постоянно продолжают печатать и пускать в оборот. Чем больше людей на нашей планете, тем больше на ней и денег. Они продолжают умножаться. В нашей экономической системе денег столько, сколько требует сама система. И чем больше мы их тратим, тем больше их накапливается.

• **Деньги — это любовь.**

Любовь повсюду. Энергия любви управляет Вселенной. Деньги — тоже энергия, поэтому деньги и любовь могут быть синонимами. Любовь приводит мир в движение. Деньги делают то же самое. Если любовь расширяет сердце, то деньги дают нам возможность испытывать такие сердечные чувства, как благодарность, великодушие, сострадание и сама любовь. Подобное привлекает подобное, так что любовь привлекает деньги, поскольку обе субстанции суть одно и то же. Жадность, зависть и вожделение тоже притягивают деньги, но этот процесс сопровождается страхом, а не любовью. Что из них вы бы предпочли?

• **Изобилие — естественное состояние Вселенной.**

Идея о бескрайнем изобилии Вселенной является фундаментальной для сознания, нацеленного на деньги, хотя большая часть имеющегося у нас изобилия дается нам бесплатно. Деньгам не требуются такие вещи, как солнечный свет, дождь, улыбка, приятное слово, ласка, поцелуй, птичья трель, запах цветов и так далее. В

самом деле, когда мы начинаем думать об этом, то приходим к выводу, что лишь ничтожная доля того, что мы действительно любим в жизни, приходит к нам потому, что у нас есть деньги. Если только у вас есть пища и теплое, уютное место для жилья, все остальное относительно и по большей части ничего не стоит.

• **Деньги не имеют силы.**

Когда мы осознаем у себя ту силу, которой обладаем и с помощью которой создаем обстоятельства своей жизни, то заодно понимаем, что больше не зависим от милости денег, как зависим от них при наличии любых внешних обстоятельств. Реальный источник нашей силы таится внутри нас самих, и этот источник — наш духовный разум и присущая ему способность соединяться с Источником. Нет на планете такого человека, которому было бы отказано в доступе к Нему. Мы все равно могущественны в этом отношении, независимо от того, сколько у кого денег.

• **Деньги — наш учитель.**

Как духовные существа, обладающие человеческим опытом, мы наделены благодатью — способностью познавать жизнь и получать доступ к собственной силе через свои чувства. Деньги дают нам множество возможностей для выражения и постижения собственных чувств, а через них — возможности для роста и познания.

Глава 18 «Идея фикс» и повышение уровня доходов

В той области вашего сознания, которая ориентирована на деньги, глубоко укоренена некая «идея фикс», предопределяющая уровень ваших доходов, то есть то количество денег, которое ваш ум считает для вас *нормальным*. Как известно, мы своими мыслями и убеждениями творим собственную реальность, и большая часть этих мыслей и убеждений хранится в нашем подсознательном уме. Поскольку эта часть ума всегда идет по пути наименьшего сопротивления в деле созидания и перестройки нашей реальности, то

она, решая, какой доход мы к себе привлечем, по привычке автоматически обращается к этому уровню «нормальности».

Поэтому, чтобы изменить свой РЕАЛЬНЫЙ доход, нам необходимо изменить свою идею фикс, задающую этот уровень *нормальности*. Сделать это нелегко, и на это требуется какое-то время. Подсознательный ум — раб привычки, а привычки если и меняются, то постепенно. Однако я разработал способ, позволяющий осуществить этот процесс с помощью программы, которую вы выполняете на своем компьютере, что одновременно и забавно, и эффективно.

Виртуальный счет

В этой программе вы открываете на свое имя интерактивный виртуальный банковский счет, на который вносите начальный депозит, равный или несколько больший, чем ваш «идейно-фиксированный» доход. (Как определить его, мы расскажем чуть ниже.) Этого будет вполне достаточно, чтобы несколько «вышибить» вас из «зоны комфорта», но не настолько, чтобы довести вас до крайности.

Программа ежемесячно в течение года будет автоматически повышать эту сумму, чтобы вы привыкли к тому, что уровень дохода на вашем счете непрерывно растет, позволяя вам и больше расходовать на собственные нужды. Смысл этой идеи вот в чем: по мере того как вы будете привыкать к тому, что цифра вашего дохода растет, а сумма расходуемых вами виртуальных денег возрастает в той же пропорции, ваш РЕАЛЬНЫЙ доход начнет соответствовать уровню виртуального.

Однако этот доход так и останется не более чем набором цифр, пока вы как-то его не реализуете. Чтобы придать этому виртуальному ежемесячному доходу реальную и осмысленную ценность, вы должны каждый месяц «тратить» его полностью, сколько бы денег

ни поступало на ваш счет. Таким образом, вы физически, эмоционально и ментально будете вовлечены в процесс повышения уровня своих доходов.

Под «тратой» я подразумеваю те или иные специфические операции с деньгами, например экономию, капиталовложения, «закупку материалов», ссуду, безвозмездную раздачу, удовлетворение собственных потребностей и так далее. Смысл всего этого — ментально поддерживать денежный поток в движении и эмоционально участвовать в процессе выбора, как и на что эти деньги потратить. Благодаря этому вы и повысите уровень своего дохода, и измените собственное сознание в отношении денег.

«Кубышки»

Чтобы помочь вам распределять сумму дохода, связав этот процесс с тем, как мы обычно используем деньги в повседневной жизни, вашему вниманию будут предложены несколько категорий, по которым вы и распределите деньги, — как если бы то были кубышки, в которые вы откладываете деньги на особые цели. Именно это и проделывала моя мать, когда отец в конце недели возвращался с работы с конвертом, содержавшим его недельную зарплату.

Вы должны ежемесячно тратить весь свой месячный доход, откладывая определенную сумму денег в каждую из категорий и стараясь потратить какое-то их количество в рамках данной категории, добиваясь при этом того, чтобы между доходом и затратами постоянно был баланс. Вот примеры таких категорий: расходы на жизнь, развлечения, инвестиции, путешествия, финансовая независимость, потакание своим желаниям, самосовершенствование, здоровье и так далее.

Они перечислены на странице, носящей название «Ваш личный бюджет». Насчет математики беспокоиться не надо: все цифры

вводятся и калькулируются автоматически, так что вы всегда в курсе, в каком состоянии ваши денежные дела.

Вначале необходимо распределить свой доход на наиболее насущные нужды, такие, как закладные, рента, коммунальные услуги, еда и так далее, а на что потратить оставшиеся деньги — тут уж решать вам. Почему бы, например, не потратить энную сумму, чтобы побаловать себя или посетить несколько курсов или семинаров, реклама которых привлекла ваше внимание? Можно также записаться в фитнес-центр и нанять персонального тренера, или заняться тем или иным видом спорта, или посещать спортивные соревнования.

Короче, проявите воображение и не ограничивайте себя рамками того, что возможно, а что невозможно, но в то же время оставайтесь реалистом, чтобы ваш ум мог одобрить идею. Сходите в театр на премьеру спектакля или на концерт, особенно на те, которые вам хотелось бы посмотреть, пусть даже для этого вам придется съездить в столицу. Пригласите в ресторан своих друзей и угостите их как следует. Останавливайтесь только в лучших отелях. Предварительно изучите каждый и в выбранном вами отеле «виртуально забронируйте» номер. Не забудьте также разузнать и о наиболее изысканных ресторанах по соседству с отелем, чтобы знать, где зарезервировать столик. Вдохновитесь этим походом в дорогой ресторан и представьте, какие блюда вы закажете. Устройте себе роскошные каникулы. Купите новую машину. Обеспечьте себе будущее, открыв индивидуальный пенсионный счет и приобретя облигации, акции и другие финансовые инструменты. А если вас и в самом деле приглашают на семинары по финансовому планированию с бесплатными обедами, то не отказывайтесь и посетите несколько. Вы многое узнаете.

Начните новый бизнес или решитесь на новое предпринимательство. Что бы вы ни задумали, поддерживайте денежный поток в движении.

Исследование

Мы советуем людям: не пожалейте на это ни усилий, ни времени и просмотрите все соответствующие (гарантирующие высокое качество) журналы, каталоги, веб-сайты, путеводители или испробуйте другие методы исследования. Мы также советуем составить «карту сокровищ», чтобы усилить визуальный и эмоциональный аспекты этого процесса. Лучше всего растянуть процесс на целый месяц, делая понемногу каждый день, чем стараться сделать все за один раз.

«Журнал учета»

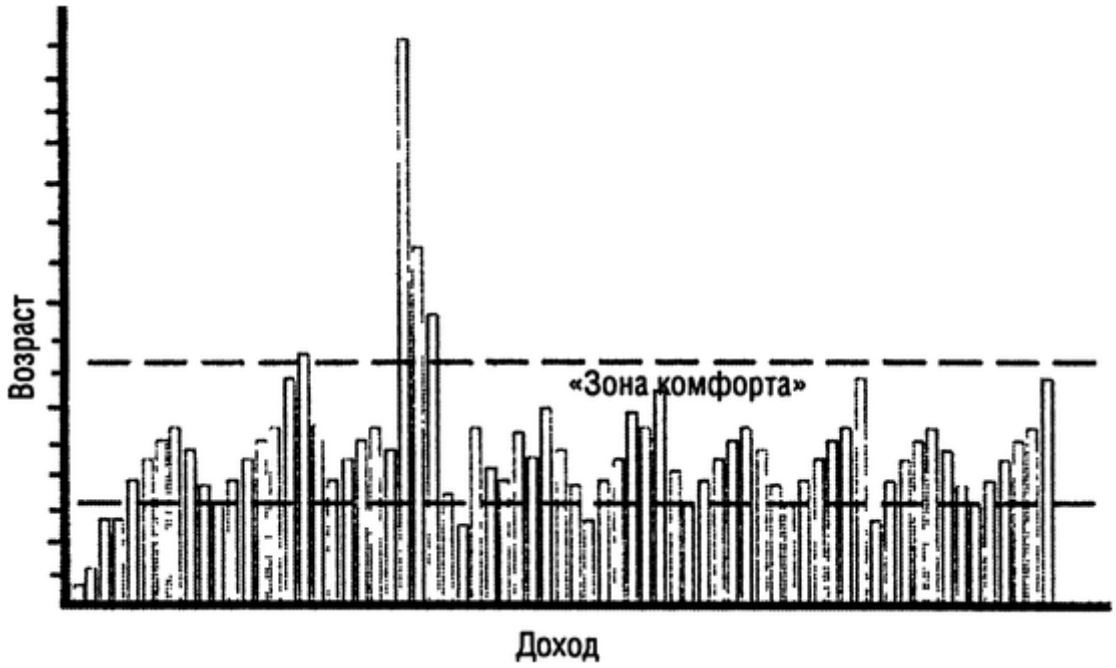
Кроме страницы «Ваш личный бюджет», в программе предусмотрена также страница «Журнал учета», куда вы будете заносить важные покупки, сделанные в рамках каждой категории, — это поможет вам понять, какие именно чувства вы испытываете по поводу приобретения той или иной вещи. Этот процесс идеально увязан с процессами реализации вроде *Тест-анкет по Радикальному Проявлению* и CD *«13 шагов...»* и добавляет силы вашим визуализациям.

Несомненно, что этот процесс отнимает достаточно много времени, но он окупается сторицей. Чем больше эмоциональной энергии вы в него вложите, тем больше вероятность того, что ваш реальный доход будет возрастать пропорционально вашему виртуальному доходу.

Выявление идеи фикс, касающейся вашего дохода

Этот процесс осуществляется путем тщательного — год за годом, если это возможно, — составления плана вашей «финансовой» биографии, начиная с того момента, когда вы впервые стали зарабатывать деньги. Вспомните, возможно, это началось еще в отроческие годы. Вам, например, могли разрешить работать и/или

зарабатывать деньги, выполняя какие-нибудь мелкие поручения или торгуя мелочами. Возьмите для удобства лист бумаги в клетку и начиная с этого момента начертите план или график своего годового дохода вплоть до настоящего времени. У вас получится что-то вроде нижеследующей диаграммы.



Цифры на вертикальной и горизонтальной осях вы проставите сами: они должны соответствовать фактам вашей биографии. Составив диаграмму, внимательно изучите ее — она полностью отражает ваше ориентированное на деньги сознание. Это графическая иллюстрация денежных проекций вашей мысли и скрижаль вашей финансовой жизни, какой вы живете со времен детства. Обратите внимание, прослеживается или не прослеживается в вашем случае та же закономерность, что и на приведенной выше диаграмме.

На графике хорошо видно, что каждые 10–12 лет в жизни этого человека что-то случается, в результате чего его доход падает и остается низким на протяжении нескольких лет, пока вновь не начинает расти. Только однажды этот человек вышел из своей «зоны комфорта», и посмотрите, что с ним после этого случилось! Его доход на следующий год начал резко падать, и он никогда уже больше не выходил из этой зоны.

Что же случается, когда вы выходите за пределы «зоны комфорта», как в приведенном примере? В этом случае присущая вам идея фикс, сидящая где-то в глубине вашего подсознательного ума, подает сигнал тревоги, который предупреждает: «О *нет, эта сумма денег не соответствует моему шаблону. Нам здесь слишком неуютно. Это причиняет боль! К черту весь этот успех и давай вернемся туда, где наше место!»*

Чтобы принять участие в «Программе виртуального счета», необходимо — после того как вы составите диаграмму «финансовой биографии своего сознания» — определить на ее основе следующие три цифры:

1. Цифру, отражающую ваш годовой доход в высшей точке «зоны комфорта».

2. Цифру, отражающую наибольший доход за год, который вы когда-либо имели, когда находились вне «зоны комфорта», безотносительно к тому, каким путем вы его получили.

3. Затем, держа эти две цифры в уме, вы должны определить третью цифру — наибольшую сумму годового дохода, какую только, на ваш взгляд, сидящая в вашем сознании идея фикс позволит вам представить на своем счету, то есть сумму дохода, которую вы желали бы получить в следующем году. (*Эта цифра должна быть выше той, что отражает ваш наивысший доход в «биографической зоне комфорта», и должна действительно подогревать ваше желание реально обрести таковую. С другой стороны, она не должна быть до смешного нелепой и нереалистичной, иначе сработает внутренний сигнал тревоги.*) Затем вы должны разделить это число на 12. Именно такую сумму денег вы и переведете на свой виртуальный счет в качестве дохода за первый месяц, то есть это те деньги, которые вам нужно будет потратить!

Более подробную информацию и условия покупки программы смотрите на сайте:

www.radicalmoneyprogram.com.

Часть V Как избабиться от лишнего веса

Глава 19 Сосредоточенность на теле

Как говорилось в самом начале IV части, очень полезно развить в себе умение сосредоточиваться на тех вещах в жизни, которым мы позволяем вытягивать из нас силы и контролировать нас. В предыдущей части это были деньги. Эта же глава посвящена телу в целом и проблемам лишнего веса в частности.

Умение наблюдать за собственными мыслями, относящимися к телу, когда они, практически неощутимо, проносятся в уме, — именно это мы и называем «внимательностью к телу». Давайте и здесь проведем тот же эксперимент, что мы провели в части, посвященной уму.

Итак, посмотрите на следующую страницу!

Я

_____

(Заполните пробел)

Свое тело

_____

_____

_____

Какое слово или какие слова пришли вам на ум, как только вы посмотрели на это незаконченное предложение и увидели, что вам нужно заполнить пробел? Ниже приводятся возможные примеры:

Я люблю свое тело

Я уважаю свое тело

Я презираю свое тело

Я ненавижу свое тело

Я забочусь о своем теле

Я не принимаю свое тело

Мое тело...

_____

Какие слова сразу же пришли вам на ум в желании завершить это предложение? Есть ли пришедшие вам в голову слова среди тех, что приводятся ниже?

Красивое, уродливое,

слишком толстое, слишком худое,

в норме, не в норме,

нездоровое, здоровое,

надежное, ужасное,

подтянутое, неподтянутое,

прелестное, болезненное.

Прочее _____

_____

_____

Глава 20 Осознание тела

Возможно, это небольшое упражнение, как ничто другое, заставит вас остановиться и призадуматься над тем, много ли значения мы придаем своему телу и в какой мере идентифицируем себя с ним. Мы его одеваем, приводим в порядок, бреем, купаем, подбадриваем, делаем благоуханным и прекрасным, вытягиваем, подтягиваем, обожаем, лечим, упражняем, питаем и тысячами других способов непомерно фокусируем на нем свое внимание. Учитывая объемы и экономическую важность индустрии моды, можно даже сказать, что мы одержимы им. Поэтому не удивительно, что мы убеждены: мы и есть тело!

Истина, однако, в том, что мы существовали задолго до того, как обрели тело, и будем продолжать существовать после того, как подвергнемся физической смерти и утратим свое тело. Подобно тому как мы берем напрокат машину, чтобы совершить то или иное путешествие, точно так же мы заимствуем и тело, облачаемся в него и пользуемся им весь период нашего путешествия по Земле, а после того, как путешествие заканчивается, мы избавляемся от него. Оно выходит из земли и в землю возвращается.

Зачем облачаться в тело?

Интересно, однако, что, несмотря на свою одержимость физическим телом, несмотря на то, что мы пристально и всесторонне его изучаем и даже знаем, как оно устроено и как работают его сложнейшие механизмы, мы при этом всячески игнорируем наиболее фундаментальный вопрос из всех: *зачем нам тело*? Почему духовное существо, свободное по своей воле перемещаться в Мире Божественного Бытия, решает понизить свои вибрации и стеснить свою свободу, облачившись в тело, плотное, тяжелое и склонное регулярно «ломаться» и выходить из строя?

Отделенность засасывает

Я считаю, что причина, по которой мы делаем это, в том, чтобы смочь познать отделенность и все, что так или иначе с ней связано. Это нам нужно для того, чтобы развить в себе более глубокое осознание «Единства». Это очень важный урок, которым мы, духовные существа, должны овладеть, и урок весьма нелегкий, особенно потому, что под впечатлением бремени воплощения мы теряем свои воспоминания о духовном мире. Отделенность воспринимается нами как реальная и мучительная — и она засасывает! Вот почему мы нуждаемся в *прощении*.

«Это же эмоции, дурень!»

Другая часть соглашения, которое мы заключаем с Духом, касается нашего желания испытать отделенность как эмоциональное событие. А здесь-то как раз без тела не обойтись, поскольку эмоция — это «мысль, привязанная к чувству». Если у вас нет тела, которое могло бы поставлять чувственный элемент, тогда вы обладаете только мыслеформой. Поэтому основная функция тела — давать нам возможность испытывать чувства и переживать эмоции. А посему человеческий опыт должен воплотиться в опыт эмоциональный, и в той степени, в какой мы отказываем себе в эмоциях или не позволяем себе переживать жизнь с помощью чувств, в той же самой степени мы отвергаем и цель своего пребывания здесь.

Поэтому более чем странно, что, несмотря на все наше научное знание о том, как устроено тело, и всю нашу, казалось бы, безмерную одержимость им, мы безумно мало фокусируемся на его «чувственном» элементе. Только после выхода в свет книги Кэндаси Перт «Молекулы эмоций» *(Molecules of Emotion)* мы наконец-то позаботились обратить непосредственное внимание на ту роль, которую играет тело в нашей жизни, помогая нам чувствовать наши чувства и, естественно, ощущать боль от отделения.

До сих пор признавалось, что чувства сосредоточены в уме и имеют мало отношения к телу, но на деле вы задумываетесь о том, что

происходит в теле, только тогда, когда наделены эмоциональным познанием, с помощью которого и узнаете, что в этом процессе действительно полностью задействовано тело.

Ненависть к телу

Поскольку тело — наш духовный проводник, ввергающий нас в глубокую боль разделенности и ведущий через нее, стоит ли удивляться тому, что мы не только одержимы своим телом, но и — именно по этой причине — глубоко ненавидим его? Хотя наши воспоминания о существовании до воплощения в лучшем случае весьма и весьма смутны, а по большей части вообще отсутствуют, не кажется ли вам, что какая-то наша часть, возможно, помнит, каково это — быть духом, не обремененным телом?

Не может ли быть так, что мы просто негодуем и обижаемся на то, что нам приходится нести это бремя? А если это так, то не логично ли предположить, что мы, возможно, проецируем всю свою вину и ярость за отделенность и боль именно на свое тело? В конце концов, поскольку вхождение в тело является своего рода символом разделенности, то отсюда следует, что тело должно также символизировать и ту интенсивную боль, которой неизбежно сопровождается чувство оторванности от Источника.

Ненависть к себе

В этом мире тотального разобщения, который мы творим и в котором живем, один из способов надолго увязнуть в этом состоянии — это постоянно обвинять, осуждать, защищаться и проецировать боль, вызванную страданием от отделенности, на кого-то другого. Мы делаем это одним из двух способов: или проецируем эту боль на кого-то «вовне», или обращаем ее вспять и проецируем на собственное тело. А поскольку мы неразрывно идентифицируем себя со своим

телом, то ненависть, которую мы испытываем к нему, перерастает в общем и целом в ненависть к себе.

Проблемы с весом

Эта преамбула рассчитана на то, чтобы послужить неким фоном к той проблеме, которой мы постоянно одержимы и которая является одной из удобнейших мишеней для нашей ненависти к себе. Речь идет о проблеме веса, к каковой я сейчас и хочу обратиться.

Глава 21 Проблемы с весом

Согласно отчету за 2002 год, приведенному в «Журнале Американской медицинской ассоциации», примерно две трети взрослого населения Америки страдает от избытка веса. Ежегодно сотни тысяч людей тратят миллионы долларов, пытаясь избавиться от излишков веса с помощью диет, специальных упражнений, лекарств, пищевых добавок, гипноза и других мер контроля за весом.

Большинство этих мер оказываются бессильными, особенно в дальней перспективе. Они могут привести к кратковременной потере веса, но тот со временем неизменно возвращается к прежнему уровню. Единственные программы (вроде *Weight Watchers* — «Стражи веса»), которые, судя по всему, добиваются какого-то пусть и умеренного, но положительного результата, — это те, которые пользуются всесторонней поддержкой со стороны общества и учитывают такие факторы, как психологическая природа и образ жизни человека.

Подавляющее большинство программ основной акцент делают на физических факторах, связанных с избыточным весом, и фактически игнорируют или, в лучшем случае, лишь весьма поверхностно учитывают эмоциональные факторы. Поэтому в этом разделе я намереваюсь прямо затронуть некоторые эмоциональные проблемы, особенно те, которые, на мой взгляд, объясняют, почему люди

набирают вес и охотно предаются тому образу жизни, который лишь увеличивает их проблемы.

Физические и эмоциональные факторы

Исходя из собственного опыта могу сказать: помогая людям посредством метода Радикального Прощения решать их эмоциональные проблемы, я заметил, что эти проблемы нередко тем или иным образом отражаются на физическом теле этих людей. Они могут проявляться в виде болезни, разрыва тканей, сбоя иммунной системы и так далее, но у громадного большинства людей они, как правило, отражаются в виде *избыточного веса*.

Каково соотношение между физическими и эмоциональными факторами в процессе набирания веса, трудно сказать, но я рискну предположить, что у большинства людей, имеющих проблемы с весом, где-то 75 % проблем по своей природе связаны с физическом фактором и фактором образа жизни, а 25 % — с фактором эмоциональным. Однако эти показатели существенно варьируются от человека к человеку. Я встречал людей, особенно на своих семинарах, у которых соотношение между физическими и эмоциональными факторами, как мне казалось, прямо противоположно. Но в любом случае, такая оценка ошибочна и носит поверхностный характер, поскольку многие физические факторы сами по себе обусловлены чисто эмоциональными причинами или, по меньшей мере, несут в себе эмоциональный компонент.

Физические факторы

Под физическими факторами я подразумеваю те, которые люди более или менее тянут за собой с рождения, в их числе телосложение, метаболизм, отвращение к еде, группа крови, аппетит, генотип и, в общем и целом, предрасположенность к полноте. Эти факторы с

большим трудом поддаются преобразованию или переработке в процессе избавления от лишнего веса.

Факторы образа жизни

Эти факторы более избирательны и включают в себя такие явления, как нагрузки, стресс, благоприобретенные предпочтения, пристрастия и привычки в еде, злоупотребления табаком, алкоголем и прочими веществами, переедание и им подобные. Давление со стороны общества, культурные нормы, влияние средств массовой информации и даже сама пищевая промышленность вносят немалую лепту в развитие этой проблемы своей постоянной одержимостью кулинарными изысками и модой на стиль жизни.

Пожалуй, это все, что мне хотелось бы сообщить о физических факторах и факторах образа жизни. По этой теме существуют сотни книг, и мне, по существу, почти нечего к ним добавить. Однако я все же хотел бы сказать, что эти факторы, особенно те, что связаны с образом жизни, можно энергетически видоизменить с помощью процесса Радикального Проявления. Вам в этом случае придется взять на вооружение *Закон Привлечения:* он послужит вам своего рода поддержкой или опорой, с помощью которой вы сможете создать тело своей мечты.

Однако, как я уже говорил выше, чтобы создать или проявить что-то, включая и идеальное тело, наше энергетическое поле должно быть чистым, а уровень вибраций — высоким. Если в основе наших проблем с весом лежат именно эмоциональные факторы, то последние необходимо решить в первую очередь — только тогда мы окажемся способны на подобного рода преобразования. А это означает, что до того, как мы приступим к процессу создания «идеального тела», необходимо задействовать технологию Радикального Прощения.

И сноба: «Это же эмоции, глупышка!»

То, что наше тело отражает наше эмоциональное здоровье, для меня факт вполне очевидный. Многие люди воздействуют на свои эмоции, подавляя и усмиряя свои чувства, но такая стратегия крайне вредна. Подавленный эмоциональный багаж может дать о себе знать в виде болезни или же в буквальном смысле как физическое бремя, то есть в виде избыточного веса.

Функциональная полнота

Никакая диета, сколько бы их ни было, не поможет вам избавиться от излишней полноты (а точнее — жира), если только эта полнота выполняет эмоциональную функцию. Ее основная и самая распространенная функция — это защита. Обычно это защита от боли и отторжения в самом общем виде, однако очень часто полнота служит и защитой от воображаемых или вполне реальных сексуальных домогательств.

Защита

К сожалению, это относится далеко не к малочисленной группе людей. Сексуальные злоупотребления по отношению к детям со стороны родителей, бабушек и дедушек, друзей матери, братьев, сестер и других людей весьма распространены в нашем обществе. По самым общим оценкам, один из пяти взрослых в детские годы подвергался сексуальным домогательствам.

Единственный способ, с помощью которого беспомощный ребенок может справиться со столь жестокой травмой, — это приведение в действие ментальных механизмов забвения, подавления и диссоциации. Однако подобные насилия оставляют в теле мощный энергетический отпечаток, который генерируется и подпитывается прочным сплавом из подавляемого чувства страха и вины. Чувство вины возникает вследствие того, что дети почти всегда относят случившееся на свой счет («я сам виноват»), и это чувство часто еще

более отягощается тем, что мать отказывается поверить ребенку, если (или когда) он отваживается рассказать ей об этом. В результате все заканчивается тем, что детей начинают еще больше обвинять в том, в чем они и так чувствуют себя виноватыми, и в конце концов даже наказывают.

Тело помнит

Даже если ум блокирует воспоминания о случившемся, клеточная структура тела все равно помнит все очень хорошо, поэтому стремится защитить себя, накапливая жир в тех участках тела, которые ранее подвергались наибольшему воздействию и потому мыслятся как наиболее уязвимые. Этот процесс не только возводит стену физической защиты от нападения, но и обеспечивает также психическую защиту.

Привлекательность — дело рискованное

Ум рассуждает, что быть физически привлекательным — дело рискованное, поэтому лучший способ предотвратить домогательства — это огрубить физическую красоту, сделав тело решительно непривлекательным. Есть ли лучший способ стать сексуально непривлекательной, чем оплыть жиром?

Ненависть к себе

Тело может также «обрасти» лишним весом, прибегнув к этому процессу как способу усиления чувства ущербности и отсутствия любви со стороны окружающих. Это как пророчество, которое исполняется само по себе, то есть само себя подпитывает. Чем худшего я мнения о себе, тем толще я становлюсь. Чем толще я становлюсь, тем хуже о себе думаю. И так далее, и так далее.

Трудно сказать наверняка, но я готов рискнуть и предположить, что более половины тех, кто страдает от переизбытка веса, оказались в этом состоянии потому, что глубоко внутри себя они таят бессознательную эмоциональную боль, которую не осознают либо не хотят иметь с ней дела.

Решение

Очевидное решение проблемы — Радикальное Прощение. Это именно та технология, с помощью которой сотни жертв сексуального и других видов насилия смогли нейтрализовать и рассеять энергетический шаблон, удерживающий в их теле чувства вины, стыда и страха, окутывая их жиром.

Основное преимущество метода Радикального Прощения в том, что он не требует от человека, чтобы тот помнил случившееся или еще раз проходил через боль при повторном воскрешении события. Самого по себе процесса Радикального Прощения вполне достаточно.

Терапия для терапевтов

Хорошо известно, что люди, занятые в сфере оказания помощи, склонны выбирать именно это направление работы, и фокусируются они главным образом на том, что помогают другим справиться с их болью, при этом ничего не делая со своей собственной. Среди множества психотерапевтов, «специализирующихся» на оказании помощи людям, пострадавшим от сексуального насилия, солидная часть сама пострадала от такого же насилия и до сих пор еще не исцелила собственную боль. Отказываясь иметь дело с этой болью, они продолжают хранить ее глубоко в тайниках своего подсознания, не вынося в свет разумного осознания.

Проблема здесь в том, что они бессознательно проецируют собственную подавленную ярость на своих клиентов, побуждая их ко всякого рода деятельности, которая — хотя и кажется очень и очень

полезной — является, по существу, тонко завуалированной формой мести. В результате люди надолго застревают в «стране жертв» и никак не могут исцелиться. Они по-прежнему продолжают считать себя «жертвами насилия» или теми, «кто остался в живых после насилия», и потому продолжают накапливать жир и обрастать функциональной полнотой в качестве самозащиты.

У психотерапевтов, например, вошло в моду настоятельно советовать своим клиентам, чтобы они встретились лицом к лицу со своими мучителями и обвинили их в преступлении. Мне до сих пор приходится сталкиваться с результатами подобной терапии, которая неизменно приводит лишь к драматическому ухудшению отношений между «жертвой» и «преступником» и только усиливает приступ боли у обоих. Все это делается, по существу, лишь с одной целью — чтобы сам психотерапевт почувствовал себя лучше!

При использовании Радикального Прощения в подобной конфронтации нет необходимости. В сущности, этот метод всегда исходит от обратного. Ведь гораздо лучше, если работа проделывается энергетически и — по крайней мере, в самом начале — в уме прощающего человека, после чего естественным образом охватывает и других участников процесса.

Здесь необходимо дать небольшое пояснение.

Энергетический опыт

Боль, испытываемая человеком, прямо пропорциональна вложенной им эмоциональной энергии, причем вложенной не столько в само событие, сколько в «историю» о случившемся. Эту историю сочиняют все мысли, предположения, убеждения, чувства, воспоминания и страхи, связанные с насилием. Большинство из них подавлены, а потому бессознательны.

Сказанное вовсе не означает, что эта боль нереальна, а просто дает понять, что именно эмоциональная энергия, вложенная в эту

историю, и несет ответственность за непропорционально большое страдание. (Боль — это то, что мы испытываем в виде прямой реакции на событие. Страдание же является результатом мыслей и убеждений, которые мы создаем по поводу этого события.)

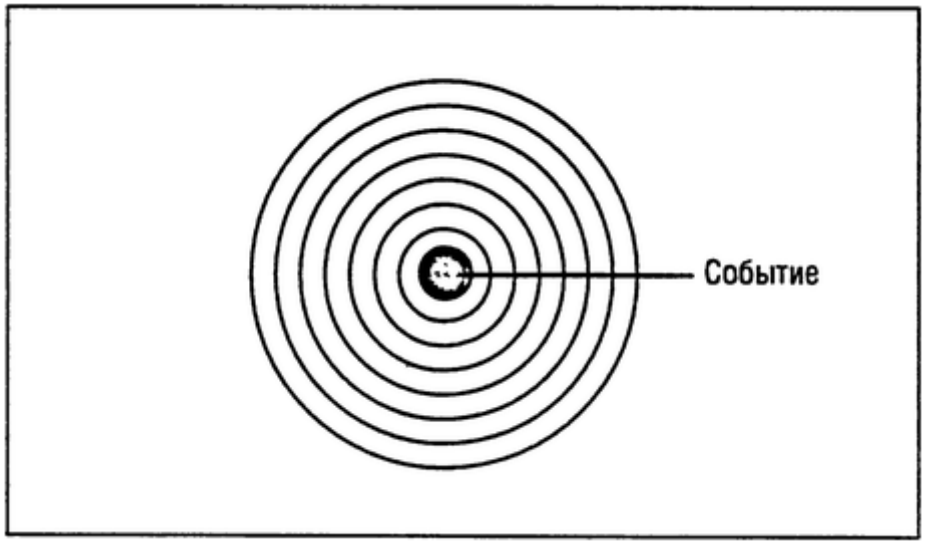


Рис. 11. Энергетическое поле, привязанное к событию

Например, люди, пострадавшие от насилия, обычно формируют такие самоуничижительные, травматические убеждения о самих себе: *«Я ни на что не гожусь; я нехороший; я не заслуживаю уважения; я не в счет; с моими нуждами считаться не стоит; я дефектный; я грязный; я не могу сказать «нет»; меня никогда не будут ценить, каков бы я ни был; мужчины всегда будут обходиться со мной грубо»* и так далее. Именно они и вызывают страдание.

Вложенная в этот процесс эмоциональная энергия в конце концов кристаллизуется в некое целостное, завершенное энергетическое поле, расположенное в теле. Именно это поле и хранит ту историю, а заодно и продолжает подпитывать страдание.

Чтобы избавиться от боли и страдания, достаточно просто рассеять это энергетическое поле. Как только поле разрушено, сама история теряет свою силу и начинает слабеть и забываться. Так что нет

абсолютно никакой необходимости забираться в прошлое, оживляя само событие или устраивая «очную ставку» с насильником.

Рассеивание энергетического поля осуществляется с помощью процесса Радикального Прощения, который подразделяется на следующие пять стадий.

1. Сама история

На этой стадии человек рассказывает свою историю, насколько он помнит ее на уровне сознания. В данном случае нет необходимости пытаться с помощью гипноза вытягивать на свет божий бессознательные воспоминания или пытаться доказать, что это действительно случилось. Истинен рассказ или ложен, не имеет никакого значения, поскольку цель не в том, чтобы притянуть виновного к ответственности или заставить его глядеть в лицо фактам.

(Если необходима законодательная процедура, то это совсем другой вопрос, и ничто из сказанного здесь мною не имеет никакого отношения к тому, как закон трактует данное насилие или как требует поступить с насильником, чтобы защитить других людей.)

Самое важное на первом этапе — дать возможность человеку рассказать свою «историю жертвы», как он ее видит, чтобы она была выслушана другими людьми и засвидетельствована ими как «его история».

2. Почувствовать свои чувства

Это состояние обычно наступает как естественное следствие самой истории и является существенной частью всего процесса. А также той его частью, которую большинство людей старается обойти стороной. Самые распространенные способы, к которым прибегают ради этого, — это подать ее как сугубо интеллектуальную, тривиальную или «духовную». Последнее мы обычно называем «окольным духовным путем». Этого не стоит делать, так как начать процесс

рассеивания энергетического поля мы можем, только связавшись со своими чувствами и выразив готовность излить их целиком и полностью.

3. Разрушить энергетическое поле

Энергетическое поле начинает ослабевать и рассеиваться, когда мы, выразив ярость, горе, печаль и боль, открываем свой ум и сердце для восприятия всех факторов, относящихся к ситуации, и начинаем различать, что в истории является фактом, что интерпретацией, что имеет значение, что бессмысленно и каким таким потребностям мы потворствуем, придерживаясь этой версии. В какой-то мере это предстает как рациональный анализ случившегося, однако в контексте Радикального Прощения это не более как еще один шаг в процессе рассеивания энергетического поля и ни в коей мере НЕ «терапия».

4. История в новом обрамлении

Это стадия Радикального Прощения. Она наступает, когда мы оказываемся восприимчивы к возможности того, что если бы мы могли видеть духовную панораму всего происходящего (чего мы не можем), то поняли бы, что случившееся является частью Божественного плана и нацелено на развитие нашей души. Так что в этом смысле ничего плохого или неправильного не случилось.

Однако, как известно, подобная идея очень трудна для восприятия, и на данный момент единственный способ работы с ней — это использование тест-анкеты Радикального Прощения, благодаря которой мы можем сказать ей «да», даже если сами в нее не верим. Как было сказано выше, одного желания уделить внимание возможности того, что эта ситуация совершенна, вполне достаточно, чтобы метод сработал.

5. Интеграция истории

Чтобы завершить энергетический обмен и заменить на клеточном уровне физического тела «историю жертвы» новой, «идеальной» историей, на этой стадии необходимо выполнить физическое действие — заполнить тест-анкету или использовать другие инструменты. Один из наиболее эффективных способов интеграции — проделать под наблюдением специалиста комплекс дыхательных упражнений.

Процесс Радикального Прощения дает нечто большее, чем просто облагораживает чувства или улучшает самочувствие прощающего. Он не только устраняет малое энергетическое поле, «пристегнутое» к его персональной истории, но и начинает рассеивать все совокупное энергетическое поле, окружающее саму ситуацию насилия и всех ее участников, включая и насильника. Поскольку все они относятся к одному и тому же «морфогенетическому полю»[7], то все его чувствуют и все, в силу присущей им свободной воли, вольны откликаться на него тем способом, который в духовном отношении является для них наилучшим.

Однако никто из участников, кроме самого прощающего, не обладает осмысленным осознанием происходящей перемены, поскольку все происходит на энергетическом уровне. Тем не менее ими, возможно, могут овладеть совершенно иные чувства, и они, скорее всего спонтанно, решатся на что-то, например, пойдут на контакт или предпримут какие-то иные действия, которые приведут к настоящему исцелению того или иного рода. По собственному опыту могу сказать, что в этом нет ничего необычного: подобное наблюдается куда чаще, чем при «очной ставке».

Кроме того, этот процесс устраняет саму проблему того, было ли насилие совершено на самом деле или нет. У многих людей наблюдается то, что мы называем ретроспекцией, или спонтанным воспоминанием о насильственных событиях в раннем детстве, и очень часто у них возникает сомнение в достоверности этого воспоминания. Например, иногда возникает мысль, что это

появилось в сознании по вине психотерапевта, также подвергшегося насилию и до конца так и не решившего собственных проблем, который бессознательно перенес свою энергетику на клиента. А с другой стороны, это может быть также и воспоминанием из прошлой жизни или «раной» из коллективного бессознательного.

Когда мы прибегаем к методу Радикального Прощения, все это уже не имеет значения. Каков бы ни был источник происхождения энергетического поля, оно рассеяно. Человек волен продолжать жить своей жизнью, никто никого не обвиняет ни по ложному наговору, ни как-то иначе, и вероятность того, что взаимоотношения наладятся, действительно высока. Короче, выигрывают все!

Меняющиеся привычки

Избавление от эмоциональных причин, приводящих к накоплению излишков веса, — это огромный шаг вперед, однако здесь необходимо сказать вот еще что: люди, желающие сбросить вес, должны серьезно взвесить возможность пересмотра некоторых своих привычек, связанных с образом жизни, — привычек, которые они наработали за многие годы и которые помогали им накапливать вес в качестве самозащиты.

Инструменты для переделки прошлого

Я горячо рекомендую всем людям, страдающим проблемами избыточного веса и подозревающим, что эти проблемы связаны с прошлыми травмами, чтобы они рассмотрели возможность пройти *Программу Радикального Расширения возможностей* и/или связанную с ней *Программу избавления от лишнего веса*. Применяя эти программы, рассчитанные на срок от шести месяцев до года, вы не только сможете завершить весь процесс Радикального Прощения, если что-то еще осталось незавершенным, но и осуществить другие изменения в своем образе жизни.

Часть VI Цель

Глава 22 Как найти свою цель

Вы, должно быть, думаете, что когда вы задаете себе направление и фокусируетесь на каком бы то ни было решении, то стадия определения цели должна предшествовать этим действиям, и что, помещая эту главу в самом конце книги, я, так сказать, запрягаю телегу перед лошадью. Однако я считаю, что она должна стоять именно здесь, поскольку в такого рода книгах, как эта, окончание ЕСТЬ начало. Именно отсюда, с конца, мы начинаем всё претворять на практике — или вообще не начинаем. Полагая все же, что мы начинаем, теперь, прежде чем перейти к действию, самое время задать себе вопрос, наилучший из возможных: «Какова моя цель?»

Задавая этот вопрос, я как бы требую от себя, что придам смысл и фокус своей жизни. Кроме того, в контексте самой книги он поможет решить, что именно я хочу *проявить*.

Тем самым предоставляется еще один хороший повод задать этот вопрос именно в конце книги, ибо ответы, которые вы на него дадите, будут зависеть от вашей космологии.

Если вы верите в старую парадигму (она описана в главе 4), которая представляет жизнь как игру чистого случая, где вообще нет смысла — а если и есть, то весьма незначительный, — цель, которую вы ищете в собственной жизни в рамках этой системы, будет, вероятней всего, в корне отличаться от той, какую вы искали бы, если бы воспринимали мир с метафизической точки зрения. Я, однако, склонен полагать, что коль скоро вы добрались до этого места книги, то вы, как минимум, позволите мне словесно отобразить эту дискуссию о цели в контексте не первой, а последней парадигмы.

Основная цель человеческого бытия

В этой книге я уже несколько раз намекал на то, что у нашего пребывания здесь, на Земле, есть некая общая цель. И эта великая цель нашего существования в физической форме, как я ее вижу, — а это лишь то, что я создаю мысленно, — состоит в том, чтобы расширять Ум Бога.

Чтобы объяснить суть этой идеи, я позволю себе небольшое отступление — приведу отрывок из моей собственной книги под названием «Радикальное Воплощение». Это история о том, как некая душа по имени Джек готовится к своему грядущему воплощению под руководством Харли, Ангела Воплощения. Ниже дается часть диалога между ними, где они обсуждают эту идею — идею расширения Богом (Универсальным Разумом) Своего сознания.

«...Харли начал с того места, на котором прервался.

— Так вот, возвращаясь к нашей дискуссии, должен сказать: я тогда обошел стороной вопрос о том, что все сущее имеет значение в том смысле, что оно служит целям Универсального Разума, дабы Он мог продолжать процесс расширения Своего сознания. Давай же теперь возвратимся к этому вопросу, поскольку он является центральным вопросом всего бытия. Джек, имеешь ли ты хоть какое-то представление о том, как возникли Вселенский Разум и все сущее?

— Ни малейшего, — ответил я и посмотрел на остальных, чтобы удостовериться, что не один я такой невежда в столь жизненно важном вопросе. — Но очень хотел бы иметь. Никогда прежде не спрашивал себя об этом. Я всегда воспринимал как нечто само собой разумеющееся, что Вселенский Разум существует вечно.

— Не совсем так, — сказал Харли. — Попытаюсь объяснить тебе как можно проще и доступней. Понять это не слишком легко, поэтому постарайся не отвлекаться. Ты, наверное, слышал о теории Большого Взрыва, не так ли? Люди потратили немало сил и времени на разработку этой теории, и должен сказать, они не

так уж далеки от истины. Но они по-прежнему не понимают до конца одной малости, а эта малость, как ни странно, является наиболее важной частью целого. И касается она того, что же было до Большого Взрыва. Увы, но люди настолько зациклены на идее времени и пространства, что не могут даже представить, что нечто способно наделяться бытием, до того не существуя в том или ином виде. Для них это настоящая проблема. А истина в том, что до Большого Взрыва не было ни-че-го. Ничего, кроме сознания — то есть чистого потенциала. И так было до тех пор, пока сознание не родило самую первую мысль.

— И что это была за мысль? — нервно спросил я.

— «Что, если существует что-то еще?» — драматично ответил Харли.

— И все?

— И все, — сказал Харли. — Однако в тот самый момент, когда в поле сознания возникла эта мысль, произошел Большой Взрыв. В тот же момент внезапно проявилась вся материальная вселенная, а Универсальное Сознание в тот же миг стало разумным. Стало Богом.

Харли стоял, победоносно глядя на нас, словно это он, единственный из всех, был ответствен за Большой Взрыв. Мы молчали, а он был так взволнован, что, едва переведя дух, тут же продолжил:

— Как вам известно из предыдущих уроков, материальная вселенная продолжает расти и расширяться. Ученые даже измерили скорость, с какой она расширяется. Однако растет и расширяется не только материальная вселенная, но и Универсальный Разум. Сознание Бога просто не может не расширяться, ибо оно является частью этой расширяющейся вселенной. На Земле вы наверняка обратите внимание на то, что

люди, когда заводят речь о Боге, говорят о Нем как о «Вселенной». И это не случайно. Так вот, высвободив этот потенциал и открыв ему пути для бесконечного творения, Универсальный Разум создал и нас, и все прочие разумные формы жизни, дабы Сам Он мог продолжать расширяться. И это, несомненно, единственная причина, по которой Универсальный Разум нас создал.

— Как так? — спросили мы чуть ли не в унисон.

— Поскольку Универсальный Разум Сам по Себе не мог познавать Себя в качестве такового, Он создал нас, дабы иметь возможность через нас и в созвучии с расширяющейся вселенной познавать Себя на вечно расширяющихся путях. Вот что мы имеем в виду, когда говорим, что Бог — наш Отец, а мы — дети Божьи. А теперь самое интересное, — сказал Харли и наклонился к нам так близко, словно собирался сообщить некую информацию исключительной важности. — Без нас нет и Бога.

— О чем это ты, Харли? — сказал я. — Я тебя не понимаю.

— Послушай, Джек, это же так просто. Бог создал нас и наделил способностью входить в этот физический мир двойственности и выходить из него…

— Ты имеешь в виду мир формы, возникший из той первой мысли и последовавшего за ней Большого Взрыва? — перебил я.

— Именно, — ответил Харли и продолжил свою мысль: — Чтобы познавать этот мир опосредованным образом, через нас. Таким вот образом Универсальный Разум и продолжает расширяться дальше в созвучии с физической вселенной. Мы являемся жизненно важной частью этого расширения, Джек. Каждая воплощающаяся душа и все те, кто, подобно вам здесь, помогает этому процессу, играют жизненно важную роль в расширении Божьего сознания. Вот что я имею в виду, когда говорю, что без нас нет и Бога. Без тебя, Джек, Бога нет.

— Выходит, как только я облекаюсь в человеческое тело, я становлюсь Богом в физическом обличье, действующим в физическом мире? Так, что ли?

— Да, — подтвердил Харли. — Словно Бог надел на руку перчатку, и эта перчатка — ты. Без этой перчатки Универсальный Разум не смог бы познавать физический мир. Теперь тебе ясно, почему ты это делаешь и что за всем этим стоит?

— Яснее ясного, — ответил я. — Я и в самом деле понятия не имел о том, как мой земной путь будет служить идее расширения сознания Универсального Разума. До этого момента я думал, что это по большей части касается меня как духовного существа, что это я развиваю свое осознание того, что такое Универсальный Разум — или Бог.

— Что ж, это тоже верно, — ответил Харли. — Но давай поговорим об этом после перерыва».

А через несколько страниц книги Харли пускается в дальнейшие объяснения.

«— Основная цель человеческого, или земного, пути — познать контрасты того, что здесь мы воспринимаем как истину, — контрасты ЕДИНСТВА и ЛЮБВИ. Познав эти контрасты, мы сможем еще более полно осознать ЕДИНСТВО и ЛЮБОВЬ и благодаря этому осознанию выйти на совершенно новый уровень духовного развития, чтобы еще более расширить сознание Универсального Разума. Ты следишь за моей мыслью, Джек?

— Разумеется.

— Ты также вспомнишь, что человеческий опыт на пути земного странствия приобретается в страданиях, что тебя покинут и отвергнут, что тебя будут предавать, пугать и, возможно, даже пытать. Это лишь некоторые примеры состояний, благодаря

которым ты в полной мере познаешь контрасты ЛЮБВИ и ЕДИНСТВА. Ну и как тебе такое, Джек?

— Думаю, что справлюсь. Хотя не могу сказать, чтобы очень уж жаждал этого.

— Эй, не стоит унывать! Жизнь далеко не так печальна, — ободрил меня Харли. — Человеческие чувства очень часто поистине чудесны и восхитительны. Собственно, отважусь даже сказать, что в большинстве своем они таковы и есть. Там что ни день предоставляются прекрасные возможности познавать ЛЮБОВЬ и блаженство, гармонию и мир.

Как ты сам потом убедишься, эти высоковибрационные состояния так же важны для нашего духовного развития, как и состояния, мягко говоря, куда менее приятные. В сущности, однажды наступит момент, когда, отделавшись от архетипа жертвы или став выше его, мы будем извлекать величайший духовный опыт не из контрастов и боли, а из переживаний красоты, сострадания, благодарности и других столь же удивительных состояний, которые питают наш дух.

Увы, но в данный момент все люди, причем по собственному выбору, слишком привыкли к своей роли жертв, слишком свыклись с болью и страданием, и потому, естественно, именно на это и устремлена их энергия. А поскольку основной принцип гласит: духовный рост совершается там, куда притекает большая часть энергии, то люди по-прежнему будут стремиться именно к этим, а не к более позитивным состояниям, используя их в качестве катализатора своего духовного развития. Возможно, однако, что вскоре все изменится и в качестве катализатора своего развития они станут выбирать состояния, в основе которых — радость и гармония.

Но произойдет это или нет, для нас, живущих в этом мире, Джек, это, конечно же, несущественно.

Здесь, как ты видишь, мы не привязаны к тем состояниям, с помощью которых они достигают духовного развития. Нас заботит только одно — чтобы это развитие совершалось и чтобы оно пробуждало в нас ясные воспоминания о том, кто мы такие, и расширяло сознание ЕДИНСТВА.

Нынешний их акцент на, казалось бы, негативных переживаниях просто отражает доминирующий в человечестве аппетит на энергию, связанную с болью и страданием, и в особой мере — с восприятием себя как жертвы. Куда течет энергия, туда стремимся и мы. Вот оно как!»

И в шутку, и всерьез

Этот диалог занимает добрых две трети книги, развиваясь в том же духе. И хотя он написан в изрядно шутливом тоне, он, тем не менее, полностью согласуется с идеей (центральной идеей Радикального Прощения), что все происходит не без причины и во всем происходящем есть смысл и *цель*.

Скажу для вашего сведения, что затем, по ходу истории, Джек получает жизненно важное задание: вначале достичь просветления, затем исцелить Америку и, как следствие, пробудить к свету остальное человечество. Высшая цель — создать рай на Земле.

Чтобы быть в состоянии сделать это, наш герой должен стать президентом Соединенных Штатов и, исходя из того, что кардинальный перелом в сознании происходит лишь после основательного разложения существующего порядка, должен править таким образом, чтобы создать хаос в Америке и во всем мире. Помогать же ему в этом будут другие души, которые воплотятся примерно в то же время и станут главными игроками в международных делах, особенно на Ближнем Востоке. Они и Джек (в качестве президента) разыграют на международной арене эту чудодейственную драму, дабы ускорить разложение системы, —

разложение, которое приведет к массовому пробуждению сознания. (Кстати, эта книга была написана до начала войны в Ираке и оказалась своего рода пророческой; более того, в ней можно найти множество интересных метафизических интерпретаций реальных событий, как они разворачиваются перед нашими глазами изо дня в день. Предоставляю вам самим решать: возможно или не возможно, что Джордж Буш и есть Джек?)

Как бы то ни было, послание, которое несет эта история, служит цели помочь нам войти в контакт со своими интуитивными чувствами, подсказывающими нам, что мы связаны с Универсальным Разумом (Богом) и что этот Универсальный Разум обитает в каждом из нас. Оно также дает прекрасную возможность вычленить и выразить цель нашего пребывания на этой планете в соответствии с нашей собственной индивидуальной историей творения.

Индивидуальная цель

Ну а теперь давайте сфокусируем свое внимание непосредственно на индивидуальной цели. Достижение ясности цели абсолютно сродни достижению ясности в других аспектах жизни. Как мы уже убедились выше, достичь ясности в том, что мы хотим проявить, — значит разобраться в своих чувствах по поводу желаемого; это же верно и применительно к цели. Когда мы становимся неразрывны с позитивными чувствами вроде вдохновения, страсти и радости, мы тут же понимаем, что нашли свою цель.

Связь со своей целью помогает нам фокусировать энергию таким образом, что мы поднимаемся над своими ограниченными представлениями о том, кто мы такие, и обретаем силу стать тем, кем можем стать. Это дает нам возможность фокусироваться на том, что мы, возможно, хотим проявить в этой жизни, что, в свою очередь, придает смысл самой цели и поддерживает нас на путях ее достижения.

Уровни цели

Но подобно тому, как мы определили три уровня намерения, где каждый соотносится с вышестоящим, то же самое, сдается мне, мы должны сделать и с целью. Так что цель, ради которой я дал согласие на это странствие по Земле в человеческом теле, можно по степени важности выразить следующим образом:

Уровень 1. *Моя цель — расширять Ум Божий.*

Уровень 2. *Моя цель — познать двойственность и разделение как путь расширения моего осознания Единства и Любви.*

Уровень 3. *Моя цель — наилучшим для себя образом и с помощью применения всех данных мне способностей выразить сущность моей собственной человечности.*

Первые две цели превосходят наше понимание и разумное осознание и осуществляются на уровне соглашения с душой. Как мы познаем разделение, до какого предела и с кем мы вступаем в разделение — все это определяется нашей душой и душами тех, кто ведет и наставляет нас и воплощается в мире формы посредством нашего духовного разума. В этом смысле наша цель как бы вкладывается в нас. Если, например, в какой-то определенный момент наша Божественная цель состоит в том, чтобы быть убийцей, то мы ничего с этим сделать не сможем. На этом уровне эта игра — не наша.

Мы, собственно, вступаем в игру только на третьем уровне. Именно на этом уровне мы, сознательно и бессознательно используя всё наше знание, осознание, нравственные ценности, понимание, мотивации, таланты и умения, выражаем свою цель.

И не только мы — здесь участниками игры являются все. Все без исключения. И в тех пределах, в каких эта цель соотносится с целями на первом и втором уровнях, никто не делает этого лучше или хуже, чем все остальные. Это означает, что цель одного человека ничуть не

лучше и не хуже цели другого и что никто на духовном пути развития не стоит дальше или выше, чем другие. На мой взгляд, здесь нет такого понятия, как духовная элита. Мы все идем по пути духовного развития и все находимся там, где и должны находиться.

Впрочем, однако, то обстоятельство, где именно мы находимся на этом пути, будет определять, способны ли мы соотносить свою цель с двумя вышерасположенными уровнями или нет. Если мы, в соответствии со своим Божественным Планом, все еще действуем и разыгрываем роль в «стране жертв», то в этом случае мы, скорее всего, будем выражать свою цель критериями низшего уровня, то есть в понятиях материализма и естественного отбора. И это, разумеется, хорошо; значит, мы еще не усвоили все уроки, которые пришли сюда изучать с помощью игры в жертву преступника, поэтому наш срок пробуждения еще не пришел. Однако, когда в некий предварительно запланированный момент мы начнем пробуждаться к истине и выйдем за пределы «страны жертв», то сможем постичь свою цель в понятиях более масштабной картины и соотнестись с целями двух верхних уровней. Здесь же, чтобы продолжить обсуждение этой темы дальше, мне приходится исходить из того, что вы уже достигли этой точки. Если бы это было не так, то я сомневаюсь, что вы до сего момента все еще читали бы эту книгу.

Как говорилось выше, формулировка цели придает жизни смысл, ясность и фокус. Способность выразить цель в понятиях первого и второго уровней помогает придать ей более широкий контекст, однако для того, чтобы найти ее внутри себя, необходимо спуститься на Землю. Именно таков метод нахождения цели, который, на мой взгляд, является и простым, и эффективным.

Процесс нахождения цели

1. Составьте список всех своих талантов, умений, способностей, интересов и личных качеств, какие только вспомните.

Например:

• *Творчество*

• *Талант к живописи (художник)*

• *Терпение*

• *Хороший исследователь*

• *Обходителен с людьми*

• *Добр с детьми*

• *Хороший оратор*

• *Музыкальный дар*

• *Способности к научной деятельности*

• *Хороший танцор*

2. Спросите наиболее близких вам людей — друзей, членов семьи, коллег по работе и так далее, — ка кие умения, таланты, качества и способности они подмечают и ценят в вас. Выпишите их на отдельный лист, даже если некоторые из них повторяют предыдущие. Обратите внимание на те, которые вы не смогли в себе распознать.

Например:

• *Музыкальный дар*

• *Хороший организатор**

• *Дружелюбие**

• *Сострадательность**

• *Способность к преподаванию**

(*) — те качества, которые отсутствуют в моем списке.

3. Оцените каждую из характеристик, перечисленных в списке, по шкале от 0 до 100 в зависимости от уровня мастерства, то есть в зависимости от того, в какой степени вы владеете каждым даром или талантом. Нуль означает, что вы таковым вообще не владеете, а 100 — что вы владеете им мастерски. 50 в этом случае будет означать средний уровень квалификации. Будьте как можно более объективны. В случае необходимости спросите окружающих вас людей.

Например:

Творчество	*70*
Талант к живописи (художник)	*40*
Терпение	
Хороший исследователь	*40*
Обходителен с людьми	
Добр с детьми	
Хороший оратор	*30*
Музыкальный дар	*60*
Способность к научной деятельности	*40*
Танцы	*20*
Хороший организатор	*50*
Дружелюбие	
Сострадательность	
Способность к преподаванию	*60*

4. Оцените каждую из характеристик по шкале от 0 до 100 в зависимости от того, с какой степенью страсти вы выражаете перечисленные в списке свойства и способности.

Нуль будет означать, что вы это дело ненавидите и никогда не беретесь за него по собственному выбору. 100 будет означать, что оно доставляет вам абсолютную радость, что вы без него жить не можете и становитесь сам не свой, если не имеете возможности им заниматься.

50 — средний показатель, означающий, что вы считаете себя не особо сильным в этом отношении. Другими словами, вам доставляет истинное наслаждение, когда приходится заниматься этим делом или проявлять это качество, но сами вы без вящей необходимости ради него со своего пути не сойдете.

Будьте осторожны и не оценивайте указанные критерии на основе того, сколь высокую похвалу или одобрение дают им окружающие. Несомненно, похвала вызывает хорошее чувство, но это чувство вторично по сравнению с тем, которое возникает из самого процесса занятия любимым делом или раскрытия таланта. Проверить это можно таким способом: когда проговариваете слово, выражающее данное качество или данный талант, или просто думаете о них, отмечайте, какие чувства овладевают вами.

Позитивные или негативные?

Вам становится от этого хорошо или нет?

Например:

	Квалификация	*Страсть*
Творчество	*70*	*80*
Талант к живописи (художник)	*40*	*95*
Терпение		*60*
Хороший исследователь	*40*	*5*
Обходителен с людьми		*20*
Добр с детьми		*60*
Хороший оратор	*30*	*10*
Музыкальный дар	*60*	*70*
Способность к научной деятельности	*40*	*10*
Танцы	*20*	*40*
Хороший организатор	*20*	*20*
Дружелюбие		*50*
Сострадание		*60*
Способность к преподаванию	*60*	*70*

Примечание: Уровень квалификации не обязательно соразмерен страсти или даже наслаждению. Человек, чьи характеристики приведены выше, хорошо образован и как исследователь тоже хорош, но ни то, ни другое не приносит ему наслаждения или радости. Его способность к живописи равна этим двум качествам, хотя и не является выдающейся, но зато он страстно предается этому виду деятельности.

5. Выберите пять талантов/способностей с наиболее высокими баллами по шкале страсти, невзирая на то, мастерски или нет вы ими владеете, и затем охарактеризуйте на бумаге каждую из них.

Например:

• *Творчество*

• *Талант к живописи (художник)*

• *Музыкальный дар*

• *Способность к преподаванию*

Творчество:

Люблю выражать свои творческие способности, изучая новые способы видения предметной реальности и визуально передавая свое восприятие через живопись с использованием всевозможных форм выразительных средств, через танцы и музыку.

Живопись:

Люблю растворяться в творческом процессе работы над картиной: выражая свои чувства подобным образом, я тем самым изучаю себя и мир вокруг, так как вижу все в новой перспективе и это меня будоражит.

Музыкальный дар:

Люблю играть на пианино и клавишных инструментах и экспериментировать со звуками и гармониями — их я могу ассоциировать со своей живописью.

Способность к преподаванию:

Люблю работать с детьми, так как они очень творческие личности и свободны в своем выражении, если их предварительно ничем не стеснять. Мне кажется, своей работой я делаю их именно такими.

6. Вдумчиво и тщательно сформулируйте (с учетом всех качеств) свою цель: чего бы вы хотели достичь или что хотели бы сделать, если бы смогли выразить все эти таланты так, чтобы они доставляли вам абсолютную радость, а сами вы были бы ничем не ограничены.

Например:

«Моя цель — с помощью сострадания, терпения и умения вдохновляюще воздействовать на детей, стараться воспитывать их и пробуждать в них творческий дух через мою страсть к художественному самовыражению в виде живописи, танца и музыки, которые служат для них наглядной демонстрацией того, что сила искусства способна приносить радость миллионам людей».

7. Теперь отредактируйте эту формулировку, сделав ее более краткой и запоминающейся. Приведенная формулировка хотя и охватывает все грани вашей личности, но все же несколько длинна и громоздка. Запомнить ее будет нелегко. Формулировка цели должна представлять собой что-то вроде максимы, которую вы часто повторяете, то есть быть краткой, сжатой и легкой для запоминания.

Например:

«Моя цель — используя созидательный талант художника, вдохновлять детей, помогая им высвободить свой творческий дух и

найти радость в процессе творчества».

8. Убедитесь, что выразили свою цель правильно, отметив, какие чувства эта формулировка пробуждает в вас. Продолжайте шлифовать ее до тех пор, пока не почувствуете, что она безукоризненна и полностью вас удовлетворяет. Если чувствуете, что она далеко не так хороша, как хотелось бы, вновь внимательно ее просмотрите: вдруг на первое место вы поставили не то, что нужно.

Например, приведенный выше перечень показывает, что особую радость человеку доставляет творческий талант, особенно живопись, которую он оценивает в 95 баллов.

Отношение к детям и способность к преподаванию оцениваются соответственно 60 и 70 баллами. Хочется спросить: уж не изменял ли себе этот человек, гоняясь за тем, что считал возможным или достижимым, вместо того чтобы следовать своему истинному призванию — тому, что действительно было в его сердце?

Давайте попытаемся еще раз. Вот еще одна версия пункта № 7, где живопись становится первичной целью, а преподавание и дети — вторичной.

«Моя цель — используя свой талант художника, музыканта и танцора, изменить тот способ видения мира, который ныне присущ миллионам людей, и пробудить в них новое понимание реальности, а благодаря своему преподавательскому таланту — раскрывать сердца и умы детей, дабы они получали радость в процессе творчества».

И затем та же формулировка, но уже в отредактированном виде:

«Моя цель — своим искусством изменять мир, открывая людям глаза на все, что значимо, одновременно с этим высвобождая в детях творческий дух».

Эта формулировка более соответствует вашей реальной цели. И не важно, что ваша квалификация в данном случае не очень высока. С помощью упражнений ее можно довести до необходимого уровня. Что касается упражнений или тренировки, то здесь вы вполне можете взять на вооружение технологию Радикального Проявления. Учитывая высокий уровень намерения (95 процентов страсти), успех вам воистину гарантирован!

Глава 23 Радикальное расширение: PowerShift, или процесс силового сдвига

В своей классической книге «Думай и богатей» Наполеон Хилл детально разработал идею, которая циркулировала в мире тысячи лет:

Группа из двух или более сходно мыслящих и духовно сонастроенных индивидуумов может эффективным образом способствовать взаимному «успеху» в жизни.

Отталкиваясь от этого принципа, общины нового мышления сформировали и продолжают формировать по всему миру так

называемые «группы идейных вдохновителей», «кружки сознательной жизни» и прочие организации.

Принцип: Когда два или более ума сходятся вместе и объединяют свои энергии в некоем намерении, они создают мощную незримую силу, которая и становится влиятельным «групповым умом». Эта сила настолько велика, что входит в контакт с Универсальным Разумом, который, в свою очередь, влияет на творческие энергии всей Вселенной. Таким образом, когда мы осуществляем этот групповой процесс, происходят удивительные вещи и мы проявляем то, для достижения чего и объединяли совместные усилия при создании намерения.

Такова основа метода Радикального Расширения возможностей и основанной на нем работы «группы *PowerShifi*». То есть этот процесс лучше всего осуществлять группой, в идеале состоящей из 4–6 человек.

Из многолетнего опыта работы с методикой Радикального Прощения мы знаем, что когда мы связаны с несколькими единомышленниками, с группой людей, сходно мыслящих, то поддерживать в себе уровень высокой вибрации гораздо легче. Знаем мы и то, что, если вдруг мы в тот или иной момент опустимся до уровня прежней парадигмы жертвы или нехватки, эти люди

тактично укажут нам на это, помогут увидеть свое совершенство и вспомнить о том, кто мы есть на деле — могущественные со-творцы.

Групповой процесс силового сдвига поможет вам оставаться на уровне вибраций Радикального Расширения возможностей и непоколебимо настроиться на убеждение, что в мире нет недостатка в чем бы то ни было и что вы можете получить все, о чем попросите. Задача группы — помогать каждому как в реализации желаемого, так и в достижении целей путем взаимного приобщения к духовному разуму друг друга, взаимного усиления этого разума и той творческой силы, которая неотделима от процесса Радикального Проявления.

Этого НЕЛЬЗЯ добиться ни с помощью советов, ни с помощью терапии. Шестиэтапный процесс силового сдвига — это ВСЕ, что мы проводим во время группового сеанса. Если же требуется оказать кому-то чисто практическую помощь, то она должна оказываться в другой ситуации и в другой раз.

Группу *PowerShift* можно образовать посредством личных встреч или, что более вероятно, по телефону, да и управлять ее работой тоже можно по телефону. В последнем случае она действует идеально. Мы предлагаем также, чтобы члены группы раз в неделю в строго отведенное по расписанию время собирались на рабочую встречу или заседание и чтобы это вошло у них в привычку. Такое заседание не должно отнимать много времени — от часа до 45 минут или меньше, в зависимости от того, сколько человек в группе.

Сама группа решает, отдельный ли человек во время проведения рабочей встречи зачитывает вслух все шесть этапов или это делают все вместе, то есть вместе зачитывают вначале первый, второй и третий этапы, а затем кто-то один зачитывает этапы номер 4 (запрос) и номер 6 (благодарность) после отклика группы.

Встреча завершается тем, что вся группа вслух читает *«Призыв Радикального Прощения»*.

Этапы процесса PowerShift

1. Духовный разум

Я признаю, что есть только одна сила во Вселенной и что в силу дара Духовного Разума я могу войти в контакт с этой Божественной силой и использовать ее в жизни для благой цели. Я един с Универсальным Разумом, и Он выражает Себя через меня.

2. Радикальное Прощение

Признавая свое Единство с Универсальным Разумом, я хочу избавиться от всех и всяческих форм сознания жертвы и «радикально» простить всех и все, кто или что вызывает у меня чувство обиды или дискомфорта. Я хочу во всех ситуациях видеть и чувствовать Божественное совершенство.

3. Сдача

Я верю, что Вселенная — место Божественного Изобилия и что, открываясь в составе человечества и с умом, очищенным от влияния эго, навстречу силе Универсального Разума, я могу стать со-творцом собственной жизни. Хотя я и прошу дать мне желаемое, при этом я открыт к тому, чтобы получать изобилие Вселенной в той форме, в какой она его посылает, зная, что я всегда буду благословлен Божественным.

4. Радикальное Проявление

Входя в контакт со своей собственной божественно дарованной творческой силой проявления форм и создания обстоятельств в этом мире, я понимаю, что эта сила исходит лишь из одного Источника — Универсального Разума. Зная это, я обращаюсь к этому Источнику с просьбой направлять меня и помочь мне в реализации…

5. Радикальное Расширение — групповой отклик

_____, мы любим и поддерживаем тебя в твоей силе и знаем, что та связь, которую ты установил с самой мощной творческой силой Вселенной, ныне усиливает тебя, давая возможность реализовать все, что ты желаешь, — и знаем, что это *уже* свершилось.

6. Благодарность

Спасибо. Зная, что время и пространство здесь не действуют и что все уже свершилось, я открыт к тому, чтобы меня осенило чувство завершенности: мои просьбы уже исполнены и руководство уже дано. Мной владеет чувство…

(Например, волнения, радости, счастья, умиротворения, благодарности, признания, бодрости, ожидания и энтузиазма.)

Молитва Радикального Прощения

Да будем мы все тверды в знании и утешении, что все сущее отныне, присно и во веки веков было, есть и будет в Божественном порядке, раскрываясь в согласии с Божественным Планом.

И да будем мы смиренны перед этой истиной, независимо от того, понимаем мы ее или нет.

А посему просим поддержать нас в осознании и в ощущении нашей связи с Божественной частью нас самих, со всеми и всем, дабы мы воистину могли сказать и почувствовать: мы есть Одно.

Послесловие Джоанны Типпинг

Когда я прочла черновой вариант этой книги, я сразу же сказала мужу: «А где глава о благодарности? Разве благодарность — не главная часть процесса реализации — предварительное чувство благодарности за то, чего ты хочешь?»

«Я по ходу книги не раз делал на нее ссылки, — ответил он, — но в отдельную главу так и не выделил. Не хочешь ли ты написать послесловие про благодарность, чтобы, так сказать, подвести окончательную черту?»

Ну и я, конечно, согласилась — не могла отказать.

Мне кажется, что благодарность — это удивительное чувство признательности и признания, когда мы видим, что нам ниспослано благословение в виде некоего дара. Это великое чувство. Но испытывать его *заранее*? Это непросто. Как можно заставить себя испытывать чувство благодарности за что-то, когда этого «чего-то» еще нет и в помине?

Ответ на этот вопрос может быть добыт только практикой. Это особый вид искусства (как и все подобные ему вещи, о которых Колин рассказывает в главе 13), и я сама освоила его одним темным и дождливым вечером, когда возвращалась в машине домой после урока «Курса чудес». Я приехала на урок усталая и в состоянии депрессии, но и после занятий чувствовала себя ничуть не лучше.

В классе мы проходили урок № 344 по учебнику «Курса чудес»:

«Сегодня я постигаю закон любви: все, отданное мною брату, есть мой дар самому себе… Пусть братья, мной прощенные, наполнят мою сокровищницу райскими, единственно реальными дарами»[8].

Мы говорили о том, что давать и брать суть одно и то же и что и то и другое следует делать с благодарностью. Хотя я и побаивалась этого, но твердо решила, что по пути домой пороюсь в своей памяти и постараюсь отыскать «райские дары» в своей собственной жизни.

Честно говоря, я внутренне сильно противилась этому, потому процесс поначалу казался невозможным. Меня так и тянуло фокусироваться на всем плохом в своей жизни, и этим я лишь подпитывала свои негативные чувства. Поэтому я решила начать с простейших вещей — с того, что находилось непосредственно в поле моего зрения.

Я благодарна за дождь.

Я благодарна за вечернее время.

Я благодарна за машину, которая в полной безопасности мнит меня домой.

Я благодарна за фары, которые освещают дорогу.

Я благодарна за глаза, с помощью которых я могу видеть.

И так далее, и так далее...

И вдруг я начала осознавать, что владею несметными «райскими дарами», что я невероятно богата, — и меня охватило чувство благодарности.

В настоящее время я много чем занимаюсь и много чего затеяла, но при этом мысленно постоянно возвращаюсь во времени назад, к годам детства, и с благодарностью вспоминаю то, что мне тогда давалось. Слезы выступили сами собой и застлали мне глаза, когда я вспоминала все те мелочи, которые в то время казались мне весьма обидными и за которые теперь я была благодарна судьбе. Особенно одну вещь, которую я всегда рассматривала в жизни как несчастье. Дело в том, что я в свое время не сдала экзамены за второй класс, так как болела гепатитом, четыре месяца провела в карантине и не ходила в школу. Но теперь я вдруг увидела, сколь совершенна эта ситуация, и мной также овладело чувство благодарности.

Итак, петляя в жарко натопленной машине по дороге в 21:15 вечера и вслух произнося все эти вещи, я одновременно и плакала, и смеялась, когда с моих уст, фраза за фразой, срывались слова благодарности. Я благодарила за все и вся, что приходило мне в голову, отдавая дань уважения своим учителям, любимым людям, домашним животным, светофорам или ухабам на дороге и ни на минуту не позволяя мысли отклониться с пути благодарения.

Это был весьма бодрящий опыт, наполнивший меня радостью и пониманием, которое, возможно, иначе никогда бы ко мне не пришло. Это было «устное упражнение в выражении любви и благодарности», которым я занималась целых 30 минут.

По прибытии домой я находилась прямо-таки в состоянии чистого блаженства и радости. От усталости и депрессии не осталось и следа. С помощью одних лишь изъявлений благодарности, несмотря на то что вначале мне этого совсем не хотелось, я целиком и полностью преобразилась.

Знай я в то время о методе Радикального Проявления, я бы, вероятно, раздобыла соответствующие материалы и попросила всего, чего мне тогда хотелось, ибо, как мне кажется, в тот момент в моей душе было столько благодарности, что ее хватило бы на то, чтобы привлечь к себе практически все что угодно.

Зато я сделала другое: вставила в эту книгу отрывок каллиграфически написанного текста, озаглавленного «Изобилие». Его автором является Арнольд М. Пейтент, а сам текст раздавали на семинаре «Празднование изобилия», проходившем в сентябре 1991 года, где я принимала участие. Я хотела бы поделиться им с вами. Думаю, это послание послужит прекрасным завершением книги, поскольку оно отражает саму суть ее содержания. Читайте его как можно чаще.

Примите мои благословения,

Джоанна

Изобилие

Изобилие — естественное состояние дел во Вселенной

Я отметаю всякое противление изобилию.

Я чувствую, как во мне слабеет всякое противление изобилию.

Я открываюсь к восприятию изобилия.

Я чувствую, как щедро делюсь им с другими.

Давая свою любовь и получая ее взамен, я чувствую, как открываюсь навстречу изобилию.

Готовность с любовью получать от других — таков мой способ помогать им одаривать себя.

Готовность с любовью давать другим — таков мой способ одаривать себя.

Я чувствую ныне, как изобилие притекает к другим и обратно ко мне.

Я чувствую ныне, как изобилие притекает ко Вселенной и обратно ко мне.

И я испытываю благодарность за этот дар, который я только что отдал и получил.

Я знаю и чувствую, что изобилие является естественным состоянием дел во Вселенной, и благодарю за это.

Арнольд М. Пейтент

Герман Семенюк

представитель автора на территории СНГ

+7 (917) 578-68-88

www.radikalnoe-p.ru

Примечания

1

Духовные учителя и писатели, многие книги которых издавались и в издательстве «София».

(обратно)

2

См. *Колин Типпинг*. Радикальное Прощение. М.: «София», 2009.

(обратно)

3

См. сайт *www.radicalempowerment.com*.

(обратно)

4

Редукционизм — философия сведения (высшего к низшему и т. д.), механицизм, упрощенчество. — *Прим. ред.*

(обратно)

5

М.: «София», 2008 г.

(обратно)

6

Устаревший *(фр.)*.

(обратно)

7

«Морфогенетическое поле» и «морфорезонанс» — это термины, придуманные биологом Рупертом Шелдрейком, автором книги «Новая наука жизни» (1995), который с их помощью объясняет, как информация энергетически передается от одного человека к другому, на каком бы расстоянии они ни находились.

(обратно)

8

Перевод Киры Фельдгун — *Прим. ред.*

(обратно)

Оглавление

- Предисловие
- Вступление
- Часть I Меняя парадигмы
- Глава 1 Расширение возможностей как трансформация
- Глава 2 Проявление Нехватки
- Глава 3 Смена парадигмы

- Глава 4 Декарт и Дарвин
- Глава 5 Метафизическая реальность
- Глава 6 Когда обе парадигмы уживаются вместе
- Часть II Критерии Радикального Проявления
- Глава 7 Критерии
- Часть III Тренировка ума и духовная практика для достижения Радикального Проявления
- Глава 8 Ум
- Глава 9 Шесть шагов к Проявлению
- Глава 10 Препятствия, которые мы сами себе создаем
- Глава 11 В помощь начинающим
- Глава 12 Нарисуй духовную картину
- Часть IV Проявляя деньги
- Глава 13 Внимательность к деньгам
- Глава 14 Змеи, акулы и деньги
- Глава 15 Смысл денег
- Глава 16 Энергетическая игра
- Глава 17 Размышления о деньгах
- Глава 18 «Идея фикс» и повышение уровня доходов
- Часть V Как избабиться от лишнего веса
- Глава 19 Сосредоточенность на теле
- Глава 20 Осознание тела
- Глава 21 Проблемы с весом
- Часть VI Цель
- Глава 22 Как найти свою цель
- Глава 23 Радикальное расширение: PowerShift, или процесс силового сдвига
- Послесловие Джоанны Типпинг

