

ШКОЛА ХОЛИСТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
ПРОРЫВ В ЧЕТВЕРТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ

Александр Пинт

НАС МНОГО, НО МЫ ОДНО

Версия 2009 исправленная и дополненная

www.pint.ru

Все, о чем говорится в этой книге, на первый взгляд может показаться парадоксальным. Но только на первый взгляд. На самом деле речь в ней идет о самом интересном из всех возможных путешествий — о движении по Пути обретения человеком Целостности и Любви. Целостное сознание — это сознание Человека, познавшего себя. Это соединение мужского и женского, внешнего и внутреннего, духовного и материального. Это готовность принять себя как Творца и одновременно как часть всего сущего. Это свобода от той иллюзии, которую мы привыкли считать самым собой.

Чтение этих страниц позволит вам обратиться к собственным переживаниям, придаст мужества, чтобы взглянуть в лицо своим страхам и боли, и мудрости, чтобы справиться с ними. А также даст возможность убедиться в том, что в жизни постоянно только одно — это изменения.

Эта книга совершенно бесполезна для тех, кто:

- не готов к встрече с неизвестным в самом себе;
- любит говорить о свободе и истине, но в действительности боится их;
- предпочитает думать, чувствовать и поступать, как все;
- вместо того чтобы переживать свою жизнь, только рефлексит о ней.

Но она может быть весьма полезна для всех остальных.

Содержание

Глава 1. Увидеть в себе то, что есть	7
Всё, что вас окружает, — это вы.....	7
Вы боитесь потерять то, что уже потеряли	9
«Если я вам скажу, что вы дура и проститутка?»	13
Предательство — это иллюзия.....	16

«Плохая — хорошая» девочка	18
Другой человек или часть меня?.....	21
Отдайте копейку. Возьмите миллион	25
Почему женщина боится мужчину?	29
Кто вызывает вашу ревность?.....	31
«Я не могу принять его ложь...»	34
Полюбите свой негативный опыт	37
Глава 2. Вы всё уже знаете.....	40
Чувство и его осознание.....	40
Высокое основывается на низком.....	44
Многомерное видение	47
Моё сознание и сердце открыты для вас	49
«Когда читаешь книги, то понимаешь, что всё это ты знаешь...».....	51
Я передаю чувство, вы же пытаетесь меня анализировать	54
Я приглашаю вас в своё сознание.....	56
Вы есмь Бог.....	58
Творец может быть кем угодно.....	61
Вспомните, кто вы есть на самом деле.....	64
Что вам мешает открыться?	66
Самая большая авантюра	69
Трудно понять то, от непонимания чего зависит ваша зарплата	72
Глава 3. Изменяясь сами, вы меняете сознание человечества.....	75
Страх — дорога к любви	75
Я — ваш экран. Проецируйте на него	78
Что во мне вас раздражает?.....	82
Осуждение — действие обусловленного ума	84
Боль — это следствие вашего сопротивления изменениям.....	86
Вы можете дать своей женщине свободу?	89
Почему я ударил эту женщину?.....	94
Исцеление происходит без борьбы.....	98

Если не знаете, куда идёте, то всё равно, как идти	100
Не забывайте, что каждый новый человек приносит вам подарок	103
Чудеса — наша обычная работа	105
«Я увидела в себе жалость, а потом жестокость и садизм...»	107
Победа каждого — это победа всех	110
Духовное родство	112
Глава 4. Диалог втроем	114
Искренность — начало трансформации	114
Страх и сексуальность	115
«Когда я смотрю на женщину, то вижу грудь...»	117
Личностная программа — это механизм, работающий только на себя	118
Осознание вины и страха	119
Как обусловленный ум использует сексуальность	121
Избавиться от вины можно, только взяв полную ответственность за себя	123
Никто об этом не знает	125
Жалость, переходящая в вину	126
Семейный шантаж	128
То, чего вы хотите, боится она. То, чего хочет она, боитесь вы	130
Выход из ловушки возможен, только когда опыт получен полностью	131
Что такое крест?	133
Глава 5. Путь творца	136
Любовь — это проблема?	136
Иметь, чтобы быть, или быть и иметь	138
Мы узнаём себя через то, чем не являемся	140
Создайте новую версию самого себя	142
Бог раба и Бог Творца	144
Кем вы воспринимаете себя сейчас?	147
Единство и разделенность	149
Вы выбрали опыт, в котором нет любви	152
Я пришел сюда не учиться, а творить	154

Ищущий — ищет, а творец — творит	157
В жизни есть только одно постоянное — это изменения	158
Мировосприятие единства	160
Перестаньте молиться собственному страху	163
Разрешение на убийство.....	165
Точка зрения — это возможность получить опыт	167
Смерть как смена точки зрения	169
Три в одном: душа, ум и тело	171
Глава 6. Хотеть или быть?	174
Выбирайте, кем быть, а не что иметь	174
Хочу быть счастливым или я уже счастлив — механизм желания.....	176
Парадоксы данной реальности.....	178
Молитва мастера не просьба, а благодарность	180
«Я боюсь быть обманутой...»	183
Почему я хочу выпить?	185
Вы ищите вовне то, что находится внутри.....	187
Агрессия — мольба о любви.....	189
Никто никого убить не может	191
Эволюционный путь — это не лестница, а спираль	194
Живи из внутреннего интереса, а не из внешнего долга	196
Интенсивность ваших изменений связана со сменой точки зрения	197
Интуиция — язык чувств	199
Где нужен свет? В темноте	201
«Какая может быть гармония в том, что меня ужалила пчела?»	202
Сексуальность: обмен или выброс?	203
Изменять, не изменяясь.....	204
Сексуальное влечение — это стремление к единству	206
Материальное и духовное — две стороны одной медали	208
Благодарность — ключ мастера.....	209
Слова — это символы, научитесь правильно ими пользоваться.....	210

Хотя чего-то, вы имеете обратное	212
Глава 7. От страха к любви	213
Вы готовы дать свободу своему партнеру?.....	213
Отношения с другими людьми — это отношения с самим собой	215
Вина и страх — защита старых программ.....	217
Зачем человек потребляет наркотики?	219
Свобода — реализация себя без страха	221
Конец родовой программы разделенности.....	223
Мы даем обещания, которые не можем выполнить.....	225
Любовь — это когда два человека могут сказать друг другу всё	227
«Я манипулировала им при помощи своей внешности...»	229
Если есть обязательство, то есть и страх его невыполнения.....	231
«Я почувствовал растерянность и одновременно ревность к вам...».....	233
Вы вините себя за то, что запрещаете себе проявлять.....	235

Благодарю всех за непосредственное
и косвенное участие в процессе
создания этой книги.

Глава 1. Увидеть в себе то, что есть

Жестокий и невежественный правитель сказал Насреддину: «Я повешу тебя, если ты не докажешь мне, что действительно обладаешь тем глубоким восприятием, которое тебе приписывают».

Насреддин сразу же заявил, что может видеть золотых птиц в небесах и демонов подземного царства. Султан спросил его: «Как же ты можешь делать это?» «Кроме страха для этого ничего не нужно», — ответил ходжа.

Всё, что вас окружает, — это вы

— Когда мы делаем что-то для других людей, то для кого мы это делаем?

— *Наверное, для себя. Если я что-то делаю, то мне в ответ хочется получить благодарность. Значит, я делаю всё-таки для себя.*

— Если вы всё делаете для себя, то чего вам требовать от других?

— *Чтобы они не забывали и подтверждали это своей благодарностью.*

— Да. Но вы-то делаете для себя. Если делаете и понимаете, что это для себя, но что-то не так, как хотелось бы, и вы получаете не совсем то, чего ожидали, то опять же это вы сделали. Это важный момент.

Если вы считаете, что делаете для кого-то, то будете всегда не удовлетворены. Если понимаете, что делаете для себя, то ожидание благодарности за свои действия становится бессмысленным.

Можно винить себя за ошибки, но тогда встречаешься с тем, что такое вина, и видишь, что это нечто разъедающее и неприятное. В конечном счете, вы почувствуете, что от этого надо избавляться, и начнете отслеживать механизмы того, как рождается вина. Но здесь первый и самый главный момент —

ответственность за то, что вы делаете, то есть всё, что создаете в своей жизни, вы создаете сами.

Если вы понимаете, что всё делаете для себя, то полностью берете ответственность за то, что делаете. Если вы испытываете какую-то определенную реакцию людей на себя и свои действия, то это вы создали. Если они обижаются, то это вы создали обвинения по отношению к себе, если оскорбляют, значит, вы создали эти оскорбления. Они как экраны отражают состояние, в котором вы находитесь, но вы можете этого не осознавать. Весь внешний мир является зеркалом внутреннего состояния. Если вы начинаете понимать это и действовать соответственно, то можете корректировать свои состояния. Во-первых, их можно видеть. Если рассматривать все ситуации и каждого человека как зеркала, они покажут и отразят ваше состояние. Тогда вы сможете увидеть в повторяющихся ситуациях и типичных реакциях со стороны других людей, какое внутреннее состояние является для вас наиболее характерным. Иными словами, можно сказать, что вы провоцируете реакции других людей, которыми потом сами бываете недовольны. Это очень важный момент: вы полностью отвечаете за то, что создаете в своей жизни. А вы создаете всё. Всё, что с вами происходит, создаете вы сами.

— *Теоретически все понятно. Но что с этим делать?*

— Это возвращает вас к своему состоянию. Вы начинаете осознавать свое внутреннее состояние через других людей и ситуации. Вы видите свое внутреннее состояние, начинаете его осознавать в самом себе, видите механизмы тех состояний, которые вам не нравятся.

Когда узнаешь эти механизмы, они перестают на вас действовать, и внешние ситуации тоже меняются. Внешний мир — это критерий, показатель вашего внутреннего состояния.

— *Как можно корректировать свои состояния? Если я поймал себя на чем-то негативном, отстранился и понаблюдаю за ним, то это уйдет. Я могу потом проанализировать, какая была зависимость, чего я ждал от этой ситуации и возможно ли возникновение зависимости от этого ожидания. Могу увидеть, как это происходило и что меня вводит в это состояние.*

— Чего мы хотим по большому счету?

— *Быть свободными, спокойными, испытывать комфорт. Мне не хочется переживать свои неприятные состояния, я пытаюсь избегать их. Думаю, что это нормально, когда человек не хочет испытывать боль. От нее можно убежать, а можно ведь и что-то сделать. Что можно сделать?*

— Если вы пытаетесь от чего-то сбежать, то, что будет с тем, от чего бежишь? Оно будет вас преследовать. Невозможно сбежать от самого себя. Если

вы искаженно видите окружающую реальность как будто она — одно, а ваше внутреннее состояние — совсем другое, то вы будете всё время пытаться сбежать от внешнего мира как от чего-то, не относящегося к вам. По крайней мере, от каких-то ситуаций.

Но если вы хорошо понимаете, что внешний мир и то, что с вами происходит, является отражением вашего внутреннего состояния, то никуда не сможете сбежать. Таким образом, остается только одно: не бежать от этого, а идти к нему, входить в него и трансформировать.

Первый момент — не бежать. Типичная реакция на то, что вам не нравится, — попытка убежать от этого. Но то, что не нравится, всё равно будет вас преследовать, убежать от него невозможно. Однако это же надо еще понять.

Большинство людей всё время пытаются убежать от самого себя. Удастся избежать одного, приходит другое, более сложное, и каждый раз ситуация усложняется. Люди продолжают бегать, но их преследуют.

Вы боитесь потерять то, что уже потеряли

— Можно поставить вопрос таким образом: от чего вы пытаетесь сбежать?

— *От неприятных состояний, ощущений, чувств. Например, от чувства вины и от тех ощущений, которые сопровождают его.*

— *От страха перед смертью.*

— Когда вы последний раз умирали? Умирать, и весьма часто, может только одно — иллюзии.

— *А надежда?*

— Это тоже иллюзия, что какой-то человек вас любит, что вас уважают, что дадут работу и так далее. Надежда может рассматриваться вами как нечто очень хорошее, от чего не надо избавляться. Становится тяжело, когда она умирает.

Я же говорю, что умирает только иллюзия. Как вы ее назовете, это другой вопрос. А ум у нас хитрый, он что-то называет хорошими словами так, чтобы от этого не хотелось избавляться. Умереть может только преходящее.

Вы поменяли позу. Сколько раз умирает ваша поза за один час? Постоянно. Вы что-то меняете, и старое умирает. Состояние всё время меняется: старое уходит, новое приходит. Мысль пришла и ушла, она умерла.

И мы, как совокупность мыслей, чувств и ощущений, постоянно меняемся, только не замечаем этого. Так смерти чего вы боитесь?

— *Когда свою будущую жизнь распределяешь и предполагаешь, что она пройдет именно так, я боюсь, что эти планы могут не осуществиться, например, в связи с болезнью, с обездвиженностью.*

— А что значит перестать двигаться?

— *Парализация, например. Страшно остаться на руках у детей. Существует представление о том, что родители не должны быть обузой детям.*

— Когда вы боитесь чего-то, что происходит с тем, чего боишься? Оно исчезает?

— *Оно усиливается.*

— Чем больше чего-то боишься, тем больше оно присутствует. Вы думаете, что если боитесь чего-то, то это не произойдет, а оно уже происходит. То есть на самом деле, боясь чего-то, сразу же это и получаешь. Это надо увидеть.

Говорят, храбрый умирает один раз, а трус — тысячу раз. Можно до бесконечности умирать в страхе.

— *Я боюсь чувства ответственности за всё подряд, за всё, что в какой-то степени напрягает. Есть какая-то внутренняя установка, что должно быть вот так, а ни сил, ни желания делать именно так — нет.*

— А куда уходят все силы? Ведь у вас есть и сила, и энергия.

— *На отбрыкивание от этого.*

— Вся энергия уходит на сопротивление. На само дело уже не хватает энергии. Видите, как хитро придумано: вы боитесь ответственности, и вся энергия уходит на боязнь. Вы всё время боитесь. В конечном счете, вы боитесь ответственности за это, за это и за что-то еще.

На что же вы тратите свою энергию: на страх сделать что-то, на старание во что бы то ни стало отказаться от этого или на само дело? Количество энергии одинаково расходуется и на то, и на другое. Но в первом случае вы всё время находитесь в страхе того, что придется нечто делать, и при этом вас будут заставлять делать.

Во втором случае вы просто это делаете, осознавая своё сопротивление, но не потворствуя ему. Так работает осознание дуальностей своей личности.

У каждого из нас есть энергия и, используя ее правильно, мы можем жить в радости, творчестве и любви. Это то, что нам принадлежит по праву. Но вы видите,

что происходит совершенно другое. То есть энергия расходуется людьми на то, чтобы жить в страхе, боли, страдании. Почему?

Потому что она используется как-то не так, потому что работают привычные механизмы, направляющие энергию по каналам боли, вины и так далее. Если вы сможете увидеть эти механизмы, то, как неправильно направляется энергия, и исправить это, то окажетесь в естественном для вас состоянии любви и творчества. Искажения необходимо устранить.

Если это сделать, то вы будете пребывать в счастье. Моя работа заключается в том, чтобы направить осознание на видение механизмов, не дающих человеку быть тем, кто он есть на самом деле, то есть любящим и творческим существом. Весь вопрос в том, что мешает вам быть тем, кто вы есть на самом деле.

— *Мне очень не нравится чувствовать себя виноватой.*

— А в чём вас обвиняют чаще всего?

— *Мои поступки идут вразрез с чьими-то представлениями. Теперь я понимаю, что должна делать только то, что хочу делать. Но не каждый понимает это.*

— Внешний мир отражает ваше внутреннее состояние. Вы сейчас сказали, что вынуждены делать что-то, что вам не нравится, то есть вы сами себя обвиняете. В чём же?

— *Я вижу отражение моего состояния вовне, в том числе мой страх, который притягивает это. У меня есть свои представления о том, как вести себя в определенных ситуациях. Иногда меня не трогают чьи-то замечания, потому что знаю: в данный момент я поступила так, как сама того хотела. А на самом деле вижу, что задевает, происходит отзеркаливание, и я сразу вспоминаю, что сначала я почувствовала себя виноватой, а уже потом последовало замечание со стороны кого-то. Бывает, что вижу это, но не всегда. Иногда вспоминаю, что говорила сама, и мне отвечают моими же словами. В таких случаях я себе говорю, что считали и выдали мою же информацию, чего же обижаться. Но, несмотря на редкие прозрения, я всё ещё глубоко испытываю чувство вины. Я не бегу от него, но для меня эти ощущения очень тяжелы. Понимаю, что они тоже имеет право на существование, разрешаю им через меня проходить, но если дана оценка «плохо», то ощущаю тяжесть.*

— Если вы считаете себя исследователем, то вошли в эту реальность, где присутствует двойственность и разделенность, с целью исследовать ее. Вы пришли сюда по собственному желанию, для того чтобы изучить все механизмы разделенности.

Исследователь проводит исследование, а потом пишет отчеты. Скажем, мои книги — это отчеты по результатам исследований, которые я провожу. Это интересно. Одно дело — просто жить в состоянии «как бы покомфортнее устроиться», но тебе при этом всё время будут мешать, потому что этот мир разделенный: ты хочешь любви — тебе подсовывают ненависть, хочешь добропорядочности — тебя обманут.

Другое дело — занять позицию самоисследователя. Да, я просто изучаю все эти механизмы. Смотрите, в этом случае есть дополнительный и весьма мощный стимул, для того чтобы встречаться со своими страхами. В ином случае встречаться с ними не хочется.

Обычного человека, которому непонятно то, о чем мы здесь говорим, может сказать, что всё это ерунда, что можно прекрасно устроиться в жизни и без этого. Он не понимает, что это двойственный мир и никуда от него не денешься. Он не считает себя самоисследователем, и его всё время будет преследовать двойственность: то, что он хочет убрать из своей жизни, будет к нему липнуть, а то, что он хочет притянуть, будет от него убегать. И так, живя и маясь не одну жизнь, он вдруг задумается о том, о чем мы сейчас говорим, и встанет в позицию самоисследователя, который готов рискнуть и пойти на эксперимент с очень сложными и опасными вещами. Ему присуща сильная страсть, и он пойдет на всё, для того чтобы получить некий результат.

Я предлагаю позицию самоисследователя, потому что она дает возможность пройти через двойственности и выйти в единство. Она содержит очень мощный мотив, чтобы не убегать оттого, что не нравится, а встречаться с ним лицом к лицу и исследовать его. А потом рассказывать о полученных результатах.

Например, если вы пытались все время избегать вины, то можете стать специалистом по механизмам, порождающим вину. Вы можете сейчас рассказать о механизме того, как возникает вина?

— У меня есть представление о том, как я должна что-то делать. И если я делаю что-то не так, то тут же обвиняю себя. Это уже автоматизм, который идет с детства. Если я что-то сказала, то уже знаю, что очень скоро оно ко мне вернется. Но когда я это отслеживаю, то понимаю, что сама себя запрограммировала. Иногда я как бы остаюсь «у разбитого корыта», то есть испытываю эту эмоцию. В таком случае я не чувствую вины, а просто наблюдаю за тем, что происходит.

«Если я вам скажу, что вы дура и проститутка?»

— Какие обвинения в ваш адрес кажутся вам самыми страшными? Если я скажу вам, что вы проститутка?

— *Сейчас я могу спокойно к этому отнестись. Просто понимаю, что должна всё в себе принимать, наверняка и такая личность во мне живет. У меня бывают фантазии на тему «Я — проститутка».*

— Но если вы не разрешите себе в этом признаться, то они вас будут преследовать и пугать.

— *Я стала замечать, что именно отрицаю в себе. Сейчас я стараюсь наблюдать за этим и понять, почему меня это так задевает.*

— Увидеть, что это есть, — самое важное. Мы считаем, что нас обвиняют несправедливо. Но когда захотим встретиться с тем, что у нас внутри, то обнаружим, что это есть. Что ни назови, всё есть.

Побудьте душой, например. Дура жить очень хорошо, ее трудно обидеть. Все очень сильно напрягаются, доказывают, кто кого умнее, а вам не надо вступать в эту схватку, вы расслаблены и спокойны. Что-то будет преследовать вас до тех пор, пока вы с ним не согласитесь и не примете в себе. Механизм очень простой.

— *Аффирмация: «Здесь и сейчас я принимаю себя такой, какая есть» мне очень часто помогает в том, чтобы увидеть себя в данный момент. Почему я чувствую себя дискомфортно? Ага, что-то я в себе не принимаю, и тут же: «Здесь и сейчас я принимаю себя такой, какая есть».*

— Мы пришли в эту реальность, для того чтобы получить опыт, касающийся обеих сторон всех двойственностей нашей личностной программы. А глупость и ум — это две стороны одной медали.

Вы никогда не выйдете из этой двойственности, если не примете ум и глупость как две стороны самой себя. Не просто на уровне аффирмации, а внутренне прочувствовав и увидев две стороны этой двойственности в себе.

Вам надо побыть душой. Каждый на что-то «западает»: кто-то хочет быть очень умным, кто-то — поглупеть. Надо побыть на той и на другой стороне. Как правило, мы сами себе через других людей указываем на то, какую сторону нам надо прожить сейчас. Если вы чувствуете себя оскорбленной, когда вас называют душой, это указатель на то, что надо прожить именно такое состояние.

То, что вас так сильно раздражает, на самом деле является совершенно потрясающей вещью — указкой. Вам что-то показывают, совершенно не понимая

того, но если вы понимаете, то увидите, что именно вам надо сейчас прожить. А когда вы проживаете это состояние, вам перестают указывать на него: больше такой урок не нужен.

Существует распространенная ошибка, когда человек объявляет себя просветленным и утверждает, что его уже ничего не должно задевать. Нужно разрешить себе испытывать разные чувства, в том числе, и быть задетым. Тогда обучение пройдет ускоренно, иначе оно может стать хроническим.

Разрешить себе чувствовать всё. Если вы чувствуете вину, то неизвестно, сколько это будет продолжаться, но вы всё время осознаёте ее механизм и в итоге сможете избавиться от нее. Надо разрешать себе обижаться и чувствовать вину, страх, осуждение, при этом осознавая механизм их возникновения.

— *Если начинаешь анализировать, то идет подавление.*

— Нужен не анализ, а осознанное переживание. Анализ мало что стоит, потому что видение механизмов борьбы ваших внутренних дуальностей возникает как результат полученного вами опыта.

Если вы его прожили осознанно, то можете ясно увидеть механизмы такой борьбы. Когда вы смотрите при ярком солнечном свете на окружающую вас обстановку, то можете ее не описывать, вы просто четко всё видите. То же самое и здесь, поэтому основным является разрешение себе чувствовать и осознавать все ваши состояния, мысли и поступки.

Такое ясное видение будет результатом вашего осознанного опыта, а опыт — это проживание, а проживание — это чувство. Если вы разрешаете себе чувствовать всё, то ваше видение своей личности будет приходить значительно быстрее.

Анализ — это ментальные схемы, чаще всего порожденные обусловленным умом. И если, допустим, что-то прочитано, то возникает большое искушение рассказывать об этом так, как будто вы сами это прожили. Но это ментальная конструкция, за ней нет опыта вашего собственного проживания. Важен собственный опыт проживания, а не просто знание механизмов, почерпнутое откуда-то.

Когда вы проживаете сами обе стороны дуального опыта, то видите механизм их взаимодействия и можете его описать. Тогда вы не будете путаться, а иначе вас очень просто запутать. Если вы будете кого-то пытаться вывести из ловушки, не имея собственного опыта её проживания и осознания, то вас очень быстро запутают.

Почему так полезна работа с другими людьми? Потому что вы их выводите из их ловушек дуальностей. Если не можете вывести кого-то из ловушки, значит, вы сами не вышли из нее. Это очень хороший показатель.

Но если вы заявляете о себе как об авторитете, то всегда будете избегать ситуации, в которой не сможете увидеть выхода из ловушки. Вы будете обвинять другого человека, говорить, что он не осознающий и глупый или что-то еще. Здесь нельзя попасться на то, что уже всё знаешь.

Никто здесь не может знать всего. Поэтому лучше всего исходить из незнания всего, тем более при столкновении с чем-то неизвестным. Поступая так, вы легко войдете в ловушку дуальности и выйдете из нее вместе с другим человеком, если он этого хочет.

Но тогда и не требуется никакого подтверждения, вы уверены в том, что это вам известно. В ином случае подтверждение будет нужно. Вы будете ждать уверений в том, что всё правильно делаете, проявлений уважения, благодарности. А так всего этого не надо, вы просто знаете, что можете войти и выйти, и всё.

— *Я хочу... в семье состояние...*

— Смотрите, как блокируется ваш горловой центр, когда вы хотите сказать что-то очень для вас важное. У женщин это проявляется особенно сильно. Нужно разрешить себе плакать. Разблокировать его можно, разрешив себе рассказывать о том, что вам больно, и проявляться эмоционально.

Вы умеете сдерживать слезы, теперь вам надо научиться плакать, осваивать противоположные вещи.

— *Я не могу себе позволить плакать при ком-то.*

— Как долго вы будете себе это запрещать? Сильные переживания, видение и озарение происходят через яркие эмоциональные проявления и, как правило, слезы.

Это не слезы жалости. Слезы бывают разные. Это — слезы экстаза. Если в такой момент вы будете стараться подавить своё состояние, оно скроется и станет невидимым для вас. Но это не значит, что оно вас покинуло. Наоборот оно только усиливается от этого.

Предательство — это иллюзия

— Я бы хотела вернуть состояние счастья, радости и творчества. Пытаюсь объяснить себе это как кризис среднего возраста. Я работаю в школе в старших классах. В какой-то момент поймала себя на том, что мне нечего сказать детям помимо заданной программы. Я сочла, что у меня низкая квалификация, начала штурмовать и пришла в состояние надрыва. Потом поняла, что пытаюсь закрыться от старших детей массивным языковым заслоном (я преподаю английский язык), потому что мне нечего сказать им. Я всегда была очень близка с детьми, разделяла с ними игры. Сейчас у меня идет неприятие своей мужской части. У меня проблемы с подростками: я чувствую, что перешагнула какой-то барьер, не понимаю их или не разрешаю себе понимать. Кажется, они смотрят на меня и думают: мы знаем, что ты внутри такая же, но предала нас, строишь из себя учителя. И когда прихожу домой, то чувствую, что все силы ушли на внутреннюю борьбу.

— Какое у вас отношение к мальчикам?

— У меня в их возрасте была трагическая любовь.

— Отсюда ваши сложности с мальчиками этого возраста. То, что произошло тогда с вами, находит отражение сейчас. Всё это осталось в вас и требует выхода. И сейчас вы можете дать той пятнадцати-шестнадцатилетней себе то, чего она так хотела получить в своё время.

Мы можем возвращаться в прошлое и менять его, тем самым, меняя свое будущее. Надо вернуться в тот возраст, когда это происходило. Заново прожить и дать себе то, что тогда хотелось получить. Надо прожить это по-настоящему, а не просто ментально. Вам надо стать вами в том возрасте и заново перепрожить все свои состояния, но уже с новым их пониманием.

— Тяжело.

— Это радостно, это освобождение. Тяжело вам все время. Я сейчас предлагаю почувствовать всю степень этой тяжести, не добавлять к ней того, чего нет, а увидеть то, что есть. Вам всегда было тяжело, просто вы с этим свыклись и стали говорить, что это нормально. При этом огромная энергия идет на то, чтобы не видеть своей боли.

Пятнадцатилетняя девочка плачет, но взрослая женщина не позволяет себе почувствовать ее состояние. Ваша энергия идет на то, чтобы не видеть ситуаций, возникших в вашем детстве и юности.

Разрешите себе войти и перепрожить их. Такое проживание высвободит большое количество энергии. Освободите свою девочку, она сейчас находится в ненависти, боли и непонимании: почему и за что ее бросили. Надо вернуться туда и возродить ее к жизни, потому что она сейчас не живет. Она не живая и не мертвая, она замороженная. Проживите то, что было у вас тогда.

— *У меня такое ощущение, что я постоянно проживаю это во сне. Каждый раз предательство, только на разных возрастных ступеньках.*

— Вы обрекаете себя на постоянное проживание такого состояния. Пережив предательство в шестнадцать лет, вы будете проживать его все оставшиеся годы, если не вернетесь и не увидите, почему и что было тогда.

Я утверждаю, что всякая ситуация очень важна с точки зрения определенного опыта. Например, для понимания того, что такое предательство, и вообще существует ли оно. У той девушки есть своё представление о том, что такое предательство. И это представление возникает практически у всех девушек и юношей, и как следствие сохраняется у взрослых людей, которыми они стали.

Я смею утверждать, что нет никакого предательства и быть не может. Но это надо увидеть. Какой-то человек сыграл определенную роль, для того чтобы вы что-то поняли, но вы не поняли и поэтому остались в состоянии обвинения его.

Придет очень большая благодарность к нему, когда вы получите подарок, осознав эту ситуацию. Ведь вы сами себе создали ее для того, чтобы что-то понять. Мы все создавали на протяжении жизни необходимые нам ситуации для понимания себя.

Но так как мы этого не поняли, то остались вина, боль и ненависть, которые накапливались. Теперь нужно вернуться и получить все подарки осознания и понимания себя из тех ситуаций. Давайте посмотрим, что за подарок кроется в вашей ситуации.

— *Наверное, я пришла к мысли, что я плохая, но не хочу, чтобы меня опять бросали, значит, мне надо быть хорошей.*

— Получается, что вас любят за что-то, в том числе за то, что вы хорошая. Смотрите, создалась иллюзия, что любовь можно заслужить, будучи хорошей. У каждого свое представление о том, что такое быть хорошей. Например, для вас быть хорошей значит быть квалифицированным специалистом. Как вы считаете, можно ли действительно любить за это? Вы можете получить уважение, деньги, но не любовь.

— *От детей в школе я хотела бы получать любовь.*

— И они от вас больше всего хотят того же. А не просто поощрения за то, что он сегодня лучше подготовился к уроку или вёл себя правильно. Все люди хотят одного — любви. Но они не знают, что это такое, потому что здесь любовь по карточкам, здесь любовь за что-то. Это сделка.

Единицы тех, кто может любить просто так. Это люди, которые узнали себя как безусловную любовь. Вот к чему мы все идём на самом деле, каждый своей дорогой, решая свои необходимые уроки, но все — к одному, к такой любви. Но не выучив своих уроков, не получив всех подарков понимания себя, мы не сможем подойти к этому самому главному подарку.

«Плохая — хорошая» девочка

— Мой отец был трудоголиком, всю жизнь он посвятил работе. Мама пила и упрекала в своей болезни его, потому что он мало уделял ей внимания.

— Она заняла другую крайность. В любой системе, — а семья является системой, — если кто-то занимает одну крайность, то другой просто вынужден занять противоположную. Иначе система развалится. И сколько вы ему ни говорите, он будет еще больше упорствовать в этом, потому что вы сами упорствуете.

Единственный способ сгармонизировать ситуацию — сделать то, что разрешает себе делать другой человек. Если один безалаберный, то другой обязательно будет ответственным. Так вот, безалаберному надо стать ответственным, а ответственному — безалаберным.

Кто-то должен сделать первый шаг. Вам надо это осознать. Иначе систему не выправить. Вы можете быть безалаберной девочкой, разрешающей себе всё, что угодно?

— Я нашла себе лазейку: уходила с подругой в бар, там мы курили, разговаривали и, как нам казалось, прекрасно понимали друг друга. А муж у меня положительный человек. Получается, что я воспроизвожу систему своей семьи: муж — позитив, я — негатив.

— Это технические термины. Вы всё время боретесь за звание «хорошей девочки», потом — «хорошей женщины». Вы можете быть плохой женщиной?

— Это очень тяжело.

— Нет ничего проще. Я вам показываю, что надо изучить другую сторону. Вы застряли в «хорошей девочке». И к чему это приводит? «Хорошая девочка» будет с «плохим мальчиком». По-другому не может быть, иначе система развалится.

Если «хорошая девочка» становится плохой, то «плохой мальчик» начнет становиться хорошим. Здесь надо научиться балансировать между противоположными сторонами личностных дуальностей.

Эта реальность так устроена, что вы можете пройти только посередине парадокса или дуальности. Этот мир основан на двойственностях, вы никуда от этого не денетесь. Пока вы здесь находитесь, вы — в двойственностях, и получается, что вы всё время притягиваете один из полюсов этой двойственности.

Вам внушили, что вы должны быть хорошей девочкой. Вы всё ближе и ближе продвигаетесь к этому полюсу, хотите стать совершенной «хорошей девочкой». Но потенциально в каждом из нас содержатся две стороны любой двойственности, в частности этой.

Чем больше вы актуализируете «хорошую девочку», тем больше в потенциале вы становитесь «плохой девочкой». Это будет в мыслях, снах, неосознанных поступках и так далее. Вы с этим постоянно боретесь, показывая, что вы хорошая, но находиться будете всё время в напряжении.

Если сможете на равных принимать то, что называете «хорошей девочкой» и «плохой девочкой», то попадете в середину, и эта двойственность не будет уже на вас влиять.

В противном случае вы будете раздавать обвинения, станете непринимающей и агрессивной в этом отношении. Например, проституция. Если вы говорите, что это ужасно, страшно, то ваша дочь может оказаться на панели. Вы вынуждаете своего ребенка затыкать эту дыру.

Это законы, и никто не может их обойти. Другой вопрос, что их никто не хочет видеть, но обойти никому не удастся. Это и есть те самые механизмы, которые управляют нами здесь. Выйти из них можно только посередине, то есть, попав в середину двойственности. Но для этого вам надо прожить и принять в себе как одну, так и противоположную части самого себя.

— *То есть самому ее прожить?*

— Да. Это не значит, что оставшуюся жизнь вы должны прожить проституткой. Но вы это сделаете, если не захотите осознать. Я не знаю, как это может произойти, не хочу прогнозировать. Может быть, для этого достаточно

тренинговой ситуации, то есть разрешить этому быть, сказав: «Да, это во мне есть, и я это полностью принимаю». Не повторять как аффирмацию, а быть этим.

Тогда исчезнут ваши обвинения этого в других людях. Кого и за что мы обвиняем всё время? Того, кто выражает противоположность, которую мы в себе подавляем.

— *У меня часто бывали сны на эту тему, и я всегда удивлялась тому, что вытворяла там. Здесь-то я себе не могу этого позволить.*

— Именно потому, что не позволяете. Так куда уходят мысли, которые вы в себе блокируете? Всё это проживается вами, но в параллельных реальностях.

Ни одна мысль не пропадает, ведь мы хотим получить полностью весь опыт. Если бы мы присутствовали только в одной реальности, то не смогли бы этого сделать.

Мы присутствуем во множестве реальностей, где получаем различный опыт, и эти ситуации реализуются в других местах. Но там вы обрекаете себя, например, на жизнь совершенно отчаянной проститутки.

Если же здесь вы совместите всё это, то очень поможете самой себе во всех других реальностях. Стать просветлённым вы сможете, только осознав в себе обе стороны своей личностной программы. Если вы это понимаете, то не будете ни к чему относиться с осуждением.

Откуда возникает осуждение, чувство вины? Только от неприятия. Неприятие идет только оттого, что вы не хотите переживать какой-то опыт, отрицаете его.

— *Нами здесь управляют моральные нормы.*

— Конечно. Здесь всё построено так, чтобы вы не стали осознанными. Если хотите следовать общепринятым нормам, то не будет вам осознания и просветления. Надо сделать выбор. Это не значит, что надо «пускаться во все тяжкие» и нарушать всё и вся. Это глупо, я говорю о другом.

Делайте то, что считаете нужным, исходя из того понимания, о котором мы говорим. Если вы идете на эксперимент, условно говоря, проститутки, то понимаете, зачем это делаете. Обычный человек не понимает, зачем он что-то делает, его шарахает из одной стороны в другую. Если мы идем на что-то, то понимаем на что и зачем идем.

Другой человек или часть меня?

— *А как быть с тем, что за всё надо платить? Мой муж упрекает меня за поступки, на которые я иду осознанно.*

— Муж — это воплощенная часть вас, в данном случае карающая и осуждающая. Но это опять же ваша часть. Не имеет значения, муж это или кто-то еще. Это всё ваши части.

Разбираться надо не с мужем, а со своими внутренними частями. Так как наше восприятие сильно зафиксировано на внешнем, и есть иллюзия разделенности, то вы будете говорить, что у вас есть муж, который может быть вами не доволен. Дело не в нём, дело в вашей части, которая воплощена в муже. Если вы её увидите и займётесь её трансформацией, то либо он уйдет, либо изменится.

А если вы не хотите, чтобы он изменился, то, значит, не хотите менять какую-то свою часть. Но тогда к кому вопросы? Все вопросы к себе. При таком восприятии себя, все вопросы только к себе.

Внешнее восприятие устойчиво и его очень не просто переключить внутрь себя, и мы всё время смотрим на других людей, как будто они не есть часть нас. Надо смотреть на других людей как на часть себя и быть готовым к собственным изменениям и трансформации.

— *У нас в семье большим авторитетом пользовалась старшая сестра. Меня всерьёз не принимали, да к тому же я не могла заменить нерожденного сына, что очень хорошо всегда чувствовала.*

— Видите, вам кажется, что мужчина главный. А девочка, женщина — второй сорт, поэтому у вас страх перед мужчиной, карающим законом, моралью. Но всё это внутри вас.

— *Как-то отец заговорил со мной о смысле жизни. Тогда я сказала ему, что он всегда может стоять на позиции маленького ребенка, требующего от мира любви и защиты, и обозлиться, не получив этого, а может стать на позицию дающего любовь. Он ответил, что если это искренно, то ему удивительны мои слова. Мне тогда показалось, что я вышла на эту золотую середину. Потом вдруг ситуация в школе, о которой я рассказывала. Здесь всё наоборот.*

— У вас не проработана та же двойственность. То, что вы внутренне чувствовали, — одно, и то, что выражали, — другое. Когда вы не осознаёте что-то в себе, то это начинает очень сильно проявляться вовне, но вы этого не видите. А так как вы этого не видите, то не можете этим управлять.

Недавно вы говорили, что для вас очень важно получить квалификацию как средство обретения любви. Так посмотрите, получается, что, не осознав, что такое Безусловная Любовь, вы проводите идею обусловленной любви в своём классе.

Вы сами очень хотите Безусловной Любви. Но так как у вас есть представление о том, что любовь можно получить только через высокую квалификацию, делаете всё, чтобы дети её получили.

Но что такое высокая квалификация? Она связана с низкой. Отсюда идет акцент на оценки. Чтобы кто-то мог быть на высоте, другой должен быть ниже. Как вы узнаете, что этот отличник, а тот неуспевающий? По оценкам. Отличник виден только на фоне неуспевающего.

— *Здесь происходит столкновение с системой. Я им говорю, что готова всем поставить «отлично» только за то, что они пришли. Но я не могу этого сделать, потому что зажата системой.*

— Вот и вторая ваша зацепка: мораль, система оценок. А мораль строится на такой системе. В школе она представлена системой оценок успеваемости. Тот же самый механизм, и пока он не будет осознан, вы будете неосознанно на него наткаться.

Внутренне вы хотите Безусловной Любви, как и ваши ученики. Но у вас закрепилось представление о том, что любовь надо получать через квалификацию, а она связана с оценкой, оценка — с моралью. Вот и всё.

Пока это не будет осознано, вы не сможете проявлять любовь в чистом виде. Я понимаю, что всё сильно завязано, и вы не можете просто придти и сказать, что всё — иллюзия и её надо разрушить. Надо, прежде всего, самой понять это.

И тогда вы увидите самые лучшие варианты действия в тех условиях, в которых находитесь. Потому что каждый находится там, где должен находиться. Каждый делает свою работу на своем месте.

Вы делаете её в школе, которая является очень жёсткой системой, тяжело поддающейся изменениям. Через школу проходят все, это место, где задается множество обусловленностей, от которых потом человек страдает.

Но и там можно делать эту работу, и тогда вы будете крайне благодарны им, а они вам. Даже в такой системе вы можете её делать, но для этого надо понять саму систему и то, как она работает.

— *И понять себя?*

— Да. В конечном счете, себя, потому что вы есть всё. Тогда у вас не будет такого сильного акцента на оценках. Да, вы будете их ставить, потому что так

принято, но понимая их относительность. И главный ваш акцент будет идти на другое — на Безусловную Любовь.

И тогда не так важно, что кто-то получил пятерку или двойку, дети будут вам благодарны и за то, и за другое. Образование необходимо, но когда в школе есть только одно образование, чисто интеллектуальное, а любви нет, все становится ужасным, само по себе не являясь таковым.

Ребенок ждет любви, а ему дают английский язык или задачу по математике. Если у него будет удовлетворена самая главная его потребность, то есть любовь, он всё примет совершенно по-другому и преуспеет в этом.

Люди учатся не очень хорошо ни потому, что они глупые, а потому что входят из-за этого в стресс, который не дает им соображать. Все способности тормозятся. Если их обучать в любви, то всё будет совершенно иначе.

— Я сейчас вспомнила, что делала в детстве в школе: пыталась найти ключик к каждому преподавателю, и тогда весь поток информации от них шёл ко мне напрямую. Но я это делала инстинктивно.

— Это всегда так и происходит. Нет никаких технологий, и никто вам ничего не расскажет, и уж тем более Министерство образования, которое вообще не знает, что такое Безусловная Любовь. Но именно через любовь вы можете передать другому человеку всё, что угодно, и он это воспримет с большой радостью.

— У меня не хватает на всё сил.

— Потому что вы делаете это без любви. Любовь — это бесконечный и безграничный источник энергии, к которому надо подключиться. И чем больше вы будете отдавать любви, тем больше ее к вам будет приходить. Это мудрая сила, четко и ясно видящая, кому и что надо отдать. Словами это трудно объяснить, её надо почувствовать.

— Вы всегда это чувствуете?

— Иначе я бы не делал того, что делаю. Для меня это вопрос жизни. В моей работе очень много всего, сложностей и всяких ситуаций, когда меня могут обвинить во всем, в чём только можно, когда не хотят брать ответственность на себя и так далее. Если бы не было любви, то я бы этой работой не занимался.

Осознание — высший уровень развития интеллектуального центра, а Безусловная Любовь — высший уровень развития эмоционального центра. Соединение ума и сердца — вот что очень важно для всех людей.

Бывают очень сложные ситуации, через которые мне помогает проходить любовь, интуиция. Я точно знаю, что нужно делать, и спокоен. Это не значит, что нет переживания различных чувств, когдаходишь в ловушки.

Я — играющий тренер и вхожу во всё их многообразие. Идет проживание всевозможных чувств, но при этом я совершенно спокоен, наблюдаю и люблю. Проявления бывают разными: я могу накричать, выругаться матом, выгнать, то есть делаю какие-то вещи, которые, по мнению многих, несовместимы с поведением учителя. Я могу вести себя как угодно в зависимости от того, что на данный момент нужно.

— *То есть вы искренни в своих проявлениях?*

— Совершенно искренен. Я переживаю вместе со всеми, вхожу в двойственности, в которых давно бы захлебнулся, не находясь в состоянии любви и осознания себя. Это совсем не просто — входить в ловушки других людей. Такая работа может делаться только из любви и постоянного осознания.

— *Есть просто переживания, и я могу их наблюдать. От них никуда не деться, но они не должны быть ни негативными, ни позитивными, и тогда наступит просветление.*

— Они будут и позитивными, и негативными. По мере открытия силы своего сердца вы допускаете туда всё, что угодно, более того, самое сложное — негатив. Принять в других людях негатив вы можете, только приняв его в себе. Вы разрешаете видеть его в себе и принимать.

Мы говорили, что в других людях осуждаешь то, чего не разрешаешь себе. Вы можете научиться скрывать своё осуждение и ненависть к чужим порокам, но это фикция.

Я могу быть любым, и именно по этой причине принимаю всё в других людях. По мере расширения сознания, вы начинаете охватывать им всё больший и больший диапазон. Если вы охватываете своим сознанием человечество, то в нём есть всё: самый последний негодяй и святой, и всё это вы принимаете в себе. То, что принимаешь в себе, можешь принять и в других людях.

При этом нужна полная искренность с самим собой ментально, эмоционально и физически, чтобы не принять фикцию за истинные чувства. Ваше физическое тело будет реагировать, оно никогда не сойдёт. Я ориентируюсь на ощущения тела, то есть моё видение идет именно через него. Есть безграничная уверенность и сила, которые возникают в таком состоянии.

Я не нуждаюсь в оценках других людей правильности или неправильности моих действий. Я исхожу из самого себя и знаю, что это правильно. Это компас,

который меня ведет. Только на волне чувства можно пройти к самому себе, но для этого вы должны открыть свою чувственную сферу.

— *Я всегда считала себя человеком, полным любви, понимания и способной дарить любовь. Сейчас это представление разрушилось, и я чувствую себя банкротом.*

— И это прекрасно, потому что разрушить можно только иллюзию, а не настоящее, путь к которому идёт через ясное видение иллюзий. Чем больше вы увидите иллюзий, тем ближе приблизитесь к тому, что не является иллюзорным.

Поэтому каждая ушедшая от вас иллюзия — праздник. То, о чём вы говорите сейчас, трагично для вас, для меня же это большой праздник. Я радуюсь за вас, потому что вы избавляетесь, может быть, от очень любимых, привычных, но всего лишь иллюзий.

Ничего не может происходить неправильно. Чем мучается большинство людей? Они сделали что-то так или не так, правильно или неправильно. Не может быть неправильно. Какой дорожкой не иди, всё равно придешь к себе, то есть к Безусловной Любви.

Отдайте копейку. Возьмите миллион

— У всех, кто здесь собрался, намерение увидеть свои иллюзии. Это намерение Высшего «Я». Но ложная личность очень цепляется за них, не хочет о них рассказывать. Самый большой подарок, который вы можете получить здесь, — разглядеть очередную иллюзию. Это болезненно, потому что таковой вы её пока не считаете.

Вы думаете, что любили, оказывается — нет. Но это огромный подарок, упал очередной груз, и вы взлетаете вверх подобно воздушному шару, который сбрасывает ненужный балласт. Личность может плакать по этому поводу, переживать, а я радуюсь, потому что невозможно потерять То, Что Есть, Было и Будет Всегда. Потерять можно только иллюзию, какого бы рода она ни была.

Мы держимся за малое, хотя нам дается очень многое, не хотим расстаться с копейкой, когда нам дают миллион. Но пока мы не отдадим эту копейку, не сможем получить миллион. Нас ждет значительно большее, и я радуюсь этому, потому что знаю: кто-то пройдет через страх и боль и получит нечто бесценное. Я

это знаю, потому что прохожу это сам. Но для этого необходима ваша готовность получать и принимать свой дуальный опыт.

— *Переживёт ли наша планета всё это или мы идем к полному разрушению?*

— Всё зависит от нас. Существует множество вариантов развития Земли. Весь вопрос в том, какой вариант выбираете вы. Кто-то считает, что должен быть конец света, и это значит, что они примут участие в его реализации.

Я выбрал вариант Вознесения, то есть перехода Земли в следующее качество сознания — Единство. Это грандиознейший процесс, в котором человеческая цивилизация осознает своё единство и перейдёт на качественно другой уровень сознания.

Произойдет объединение в любви, что создаст огромное устремление и прорыв в неведомое.

Борьба добра и зла, света и тьмы продолжалась очень долго и вовлекла огромное количество не только людей, но и различных существ во вселенной. Сейчас тот этап, когда всё может объединиться и создать нечто прекрасное, но пока ещё нам неизвестное. Так я вижу будущее, хочу участвовать в нём и делаю для этого всё, что могу.

— *Христос сказал: «Не все умрем, но все изменимся».*

— Да. Это будет изменение потрясающей мощи и красоты.

— *Когда?*

— Никто не укажет срок, ничего для вас и за вас не сделает и не даст никаких гарантий. Вы можете пройти мимо этой двери. Это не Октябрьская Революция. Это революция, которая происходит внутри самого человека, и в этом будут участвовать те, кто изменит и трансформирует себя.

Остальные могут просто не понять этого и не узнать. Христа обвиняли в том, что Он говорил, будто Царствие Божие близко, хотя за две последующие тысячи лет оно не проявилось. Но познавшие его, уже там. Они прошли. Знают это только они, остальные брюзжат и обвиняют, для них его не существует.

Христос говорил для тех, кто мог почувствовать это в себе. Всё происходит внутри. Если посмотреть на всё, что творится вокруг, то получается весьма плачевная картина. Перед рассветом тьма сгущается, но уже немало тех, кто готов осознать и объединить самого себя.

— *Я почувствовала это, когда смотрела вашу видеокассету и как бы подключилась к тому, о чём шел разговор.*

— Да. Это передаётся. Входя в новые вибрации сознания, вы начинаете чувствовать их, жить ими. Но потом некоторые люди опять засыпают, и для них это становится неким воспоминанием.

Поэтому ваши осознание и любовь должны стать устойчивыми. Стабильность — признак мастерства. Не один раз показать результат, а десять из десяти. Но для этого надо постоянно совершать внутреннюю работу по осознанию и гармонизации дуальностей своей личностной программы.

Нахождение в этой реальности, во всех её двойственностях, проблемах и сложностях колоссально увеличивает быстроту вашего роста и опыта. Так что здесь очень большой потенциал, который надо использовать.

Если перестанешь осуждать и жалеть себя, то можешь увидеть неограниченные возможности. Здесь сложно, много ограничений, но именно благодаря этому вы можете достичь очень больших результатов, закалить силу духа.

Прохождение ограничений дает очень большой рост. Исходя из этого, все проблемы, которые у вас существуют, являются отличными тренировочными условиями. Когда начинаешь смотреть, таким образом, то всё меняется.

— *Какое-то время назад у меня появился вопрос: «Кто я?» Как будто вошла в игру и стала видеть, что я не мать своего сына, это просто роль, которую надо хорошо сыграть. Я могу сыграть любую роль и теперь хочу узнать, какая же моя. Увидела очень ясно множество своих ролей, но всё это не я. Поняла, что могла бы выбрать любую, свою и прекрасно с ней справиться. Но какую? Когда я устаю от неизвестности, то впадаю в состояние бессмысленности существования. Я ни от чего не бегу, но ничего и не приобретаю. Что у меня есть, кроме моих ролей, и где критерии, по которым можно узнать, что мы вышли оттуда не с пустыми руками?*

— Вы можете быть кем угодно, как вы сами выяснили. Вы вошли сюда и играете определенные роли. Вошли за тем, чтобы получить что-то.

— *Теоретически знаю, но не помню этого входа.*

— Играя какую-то роль, той же мамы, вы получаете что-то для понимания себя. Она будет бессмысленна до тех пор, пока вы не поймете, что получаете от этого. Зачем вы стали мамой?

— *Это случилось подсознательно, и роль уже сыграна.*

— Вы её ещё не закончили, хотя бы потому, что у вас расплывчатость в понимании того, зачем вы её исполняли. Из каждой исполняемой вами роли можно извлечь очень много подарков осознания, но надо их искать и находить.

Или вы будете подобны ученику, который говорит, что он вдруг осознал, что на самом деле он не ученик, а всё заданное учителем — ерунда и ему это не нужно. Тем не менее, это не так, — это просто способ откреститься от заданных уроков.

Для того чтобы войти в урок, надо отождествиться с ним. Можете ли вы, например, осознанно потерять осознанность. Для того чтобы получить переживание, надо быть в определенной степени неосознанным. Я этого не боюсь, могу нырнуть, зная, что в любой момент вынырну.

Если вы осознаны, то можете выбирать переживания и опыт, которые хотите получить. В этом ваша свобода. Неосознанный человек не может уйти от какого-то урока и связанного с ним опыта, который ему задан. И хочет этого или нет, он будет их проходить.

Когда вы осознаны, то можете входить в любой из доступных здесь опытов. Я сам выбираю, в какой опыт и с кем входить. Например, в родственных отношениях мы получаем огромный опыт. Среди них мужские роли: отец, сын, муж, брат, любовник. И женские роли: мать, жена, дочь, сестра, любовница. Если какая-то из этих ролей у вас не проработана, то вы с ней обязательно встретитесь.

Человеческий опыт исчерпывается этими ролями. Если у вас есть их опыт, то считайте, что получили его весь. Женщинам, в частности, надо научиться принимать роли мужского плана, а мужчинам — женского.

— *Как это?*

— Что вам сложнее всего во мне принять?

— *Вы для меня как родной и близкий человек. Придя в группу, я сразу всем распределила роли и поняла, что я здесь для того, чтобы вспомнить своё детство.*

— Мы могли уже встречаться неоднократно и быть в очень разных ролях по отношению друг к другу в параллельных жизнях. Многие конфликты и проблемы, возникающие в этой реальности, могут быть связаны с нерешенными ситуациями в тех наших ролевых взаимодействиях.

В частности, вы не сможете относиться ко мне как к учителю, если у вас не проработаны все мужские роли, вы застрянете на том, что вам во мне сложнее всего увидеть.

— *Я подсознательно, с первого взгляда на мужчину, определяю, какую роль он может играть.*

— Именно так это всегда и делается, хотя обычно происходит неосознанно.

Почему женщина боится мужчину?

— *А может из-за этого возникнуть страх перед мужчинами? Если я, например, определяю мужчину на роль любовника, то включается мораль, и становится понятно, что не можешь себе этого позволить.*

— Страх — это реакция на то, что неизвестно. Единственный способ избавиться от страха — это исследовать то, чего боишься. Чего больше всего вы боитесь в отношениях с мужчинами?

— *Терпеть не могу ревности.*

— Прекрасный способ избавиться от чувства ревности — это никого не хотеть. Как только вы кого-нибудь захотите, сразу всё проявится. Поэтому лучше никого не хотеть, тогда у вас как бы ни будет ревности. Но она остаётся в потенциале и обязательно проявится.

Например, женщина не чувствует себя состоявшейся женщиной и поэтому избегает ситуаций, когда надо вступать в сексуальные отношения с мужчинами. Она находит себе мужа, который ее ревнует, и у нее есть оправдание своего избегания. Избегая таких ситуаций, она не даёт себе возможности познать свою теневую сторону.

— *Не знаю с чего начать.*

— Надо начать действовать. Если не начнёте проявляться необычным образом, то никогда себя не узнаете. Надо идти в теневую область, для того чтобы её исследовать и избавиться от страха.

Мы не сможем стать целостными, пока не получим весь опыт, который можно здесь получить. Мы должны «окончить школу трехмерного измерения и защитить диплом». Если я избегаю какого-то урока, значит, отдаляю время получения диплома.

— *Я хочу узнать, в чём конкретно заключается моя жизненная задача, чтобы чувствовать осмысленность своего существования.*

— Никто вам этого не скажет. А осмысленность своего существования вы будете чувствовать тогда, когда начнёте самоисследование. Никто не скажет вам — кто вы, зачем вы и не вложит смысл в то, что вы делаете, кроме вас самих. Во всё, что делаем, мы сами вкладываем смысл.

Вы можете обесмыслить любую из ваших ролей и, наоборот, вложить в неё смысл. Но какой смысл вы в нее внесете — зависит от вас. Какой смысл вы внесете в свою роль матери, такой и получите опыт.

— Я поняла, что самый главный смысл заключается в том, чтобы растить детей, и что тебе на короткий срок был дан шанс присутствовать рядом и принимать участие в этом процессе.

— Почему рядом? Говоря так, вы исключаете себя из этого спектакля.

— Я просто наблюдаю за всем этим, выполняю свою роль. Восемнадцать лет делала всё, что положено: кормила, одевала.

— Вы его любите?

— Еще бы!

— Вы всё время говорите в прошедшем времени.

— Сын уехал, и того, что было, уже не будет. Будут просьбы о деньгах, какие-то поручения.

— Обратите внимание, о чем идет речь, когда вы рассказываете о своём ребёнке. Главным образом о материальном обеспечении.

— Больше ничего не будет.

— Ничего и не было. По отношению к сыну вы заняли позицию отстраненности. Это ваша защита от чего-то, чего вы боитесь. И как противоположная сторона — ревность к мужу. Там у вас полная вовлеченность.

— Может быть, потому что сын внутренне старше меня и никогда не воспринимал меня как мать, я не была для него авторитетом. Меня это не задевало, потому что в семье, где воспитывалась я, было принято подобное отношение к матери. От сына я приняла это.

— Вам это привычно.

— Теперь я знаю, что мать для меня самый дорогой человек, и всё её величие я поняла, когда сама родила.

— Вы её любите?

— Конечно. Эта любовь пришла ко мне в зрелом возрасте, только в тридцать лет я узнала, что такое мать.

— Почему вы её любите?

— У отца было пренебрежительное отношение к ней, которое он всё время подчеркивал. Я росла, стесняясь своей матери, ее необразованности, деревенской речи. И когда родила, то вдруг поняла, что всё, за что принято уважать человека в обществе, не имеет никакого смысла, оно есть только в настоящих человеческих чувствах. Я вдруг увидела, что не кто другой, как моя мать, не обладает этими качествами.

— Мать к вам относилась так же, как вы — к сыну, делая акцент на материальном обеспечении.

— *Для нее это было естественно и для меня тоже, но я это как-то оправдывала.*

— *Когда у меня родился сын, я испытала один из моментов соприкосновения с вселенной. У меня было чувство безграничной благодарности к нему, через него я поняла, что такое любовь. Мне казалось, что весь окружающий мир чувствует то же, что и я, испытавшая сильнейшее потрясение в своей жизни.*

— Смотрите, вот два разных отношения к своим детям.

— *У меня к моим трем детям сложилось особое отношение, при котором не так важно было то: сыты они или нет. Мне всё время хотелось с ними говорить, быть рядом и знать, что и как они понимают, как воспринимают мир. Казалось, что я рядом с ними пребываю в таком же состоянии, как и они. Сейчас я думаю о том, что мы часто делаем упор на их обеспечении и очень мало общаемся с ними на уровне души.*

— Это две стороны одной медали. Каждому, кто находится на какой-то из ее сторон, необходимо почувствовать другую сторону. В этой реальности любовь дуальна и переходит в ненависть. Это важно понимать. Нам были заданы определенные условия этой любви и надо их выяснить.

Кто вызывает вашу ревность?

— В связи с чем у вас возникает ревность, какую женщину вы будете ревновать больше всего?

— *Муж до сих пор любит девочку, с которой учился в одном классе. Я её знаю как человека, достойного любви моего мужа. У меня к ней даже ревности не возникает, потому что я понимаю, что передо мной человек, заслуживающий любви, я сама готова её любить и разделить с мужем любовь к ней.*

— Вы ляжете в постель втроем?

— *Я не это имела в виду.*

— Я задел больное место. Вы готовы к осознанию?

— *Думаю, что да.*

— Вы всё время делаете упор на думание, на интеллектуальных вещах. У вас здесь сильная зацепка. Так к какой женщине вы будете ревновать?

— *К глупой. Что первый, что второй муж выбирают женщин, которых я не могу считать соперницами. Это женщины с низкими моральными качествами, позволяющие себе флиртовать с чужими мужьями. Я этого себе позволить не могу.*

— Вы не принимаете этого в себе.

— *Мой первый муж удивлялся тому, что я бешусь, и предлагал завести любовника. Это меня оскорбляло. Со вторым — то же самое. У меня зацепка за идеальные отношения.*

— Он найдет себе проститутку и не одну, а много. Чтобы уравновесить вашу крайность, ему надо найти много проституток.

— *Так оно и есть.*

— Так кто его туда толкает?

— *Я конечно.*

— *Так как же помочь вам?*

— Для того, кто хочет видеть, уже, по-моему, достаточно материала. Вам надо принять в себе дуру, которая может отдаться по первому зову. Если вы разрешите себе принять её, то пойдёт активизация другой стороны полярности. Сейчас у вас возникает большое напряжение в связи с усвоением того, о чём я говорю, потому что ваша часть «дура» считает, что не сможет этого понять. Увидьте её в себе, и тогда возникнет возможность сознательного проявления противоположной вашей части — «умной». Блокируя в себе «дуру», вы блокируете и «умную».

Вам надо учиться видеть механизмы взаимодействия противоположных сторон ваших личностных дуальностей. Если вы их ясно видите и понимаете, то сможете управлять ими. Пока они управляют вами.

Понимаете, стать душой — это расслабиться, а вы всё время в напряжении. Это напряжение не даёт вам возможности понять то, что вы хотите понять. Поэтому вам приходится записывать то, что я говорю. Вы здесь единственный человек, который ведет записи.

Быть душой очень здорово. Вот я — дурак, но дурак осознанный. Я расслаблен, поэтому слышу всё, что говорят, и у меня активизируется другая — умная часть. Они всегда вместе, это близнецы — дурак и умник.

Я разрешаю дураку проявлять себя, и он дает мне полное расслабление. Именно поэтому я могу легко усваивать всё, что говорится, обрабатывать это и выдавать.

У вас очень сильное напряжение в интеллектуальной и сексуальной сферах, которые связаны между собой. На сексуальную сферу наложено вето. Очень жесткая мораль не дает ничего осознавать.

Стражи этой реальности вводят определенные вещи, с помощью которых они контролируют человека, дабы он не вышел за пределы дозволенного диапазона сознания.

Почему все так драматизируют происходящее? Потому что стражи стоят и смотрят за тем, чтобы не вылез очередной просветленный.

— *У меня обратная ситуация. Я так устаю от давления на себя своего мужа, что иногда хочется сказать ему, чтобы он завел себе любовницу. Естественно, я не выступаю за открытый секс и свободные чувства.*

— Что в этом естественного? Ваша внутренняя женщина боится и поэтому находит себе такого, который не будет давать ей делать то, чего она боится. Теперь вопрос к вашей внутренней женщине: чего она боится?

— *Показать, что это и есть то, чем я на самом деле являюсь. Я вижу проявления этого и в школе с подростками, которых воспринимаю как потенциальных мужчин. Я понимаю, что не должна выступать с этой позиции, я же учительница. Поэтому боюсь дать выход этой энергии.*

— Самое интересное, что и они чувствуют это. Пока что-то остается не проработанным, происходит его усиление, но все будут делать вид, что этого нет. Но оно есть. Пока не увидишь то, что есть, сделать с ним ничего невозможно.

— *Я внутренне понимаю, что это самая сильная энергия, и она заставит моего ученика стать отличником. Но знаю, что нельзя использовать ее по прямому назначению.*

— Почему нельзя? Можно, если допустить ее и разрешить её существование. Иначе это — способ скрыться от нее, бояться ее, и тогда она будет использована для чего-то другого.

Каждую энергию надо использовать по своему назначению. Но посмотрите, какие идут подмены, и ситуация полностью запутывается: я хочу его как мужчину, а требую от него, чтобы он был отличником. Всё. Мы полностью запутались.

Он тоже это интуитивно чувствует, но сказать ничего не может, так как не сознаёт то, что происходит между вами.

И всё это приобретает совершенно извращенные формы. Надо распутать этот клубок. Тогда каждый центр будет работать по назначению, а не подменять работу других центров.

Ваша задача решается не той энергией. Это всё равно, что я буду пытаться сексуальной энергией решать интеллектуальную задачу. Из этого ничего не получится.

— *Когда возникают внутренние симпатии, то вопрос возраста отходит на задний план. В моем выпускном классе был мальчик, который напоминал мне мою первую школьную любовь. И в последние дни перед выпуском я призналась в своих чувствах к нему. Мне кажется, что он тоже чувствовал связь, возникшую между нами, и установившиеся отношения пошли нам на пользу. Этот контакт помогал ему учиться, мы понимали друг друга с полуслова.*

— Потому что страха не было. Вы были с ним искренни, а на искренность человек отвечает тем же. Вот основной момент. А если есть страх, то нет искренности: я чувствую, но боюсь это чувствовать. И тогда возникает сильное искажение.

— *Да. У меня идет отрицание женского начала. Моя мать страдала алкоголизмом, и её окружали мужчины такого же сорта. Теперь я понимаю, что так получилось в пику отцу. Романтический, неравный брак. У меня возникла ассоциация с матерью: нелюбовь, отторжение, неприятие себя как женичины.*

— Нам надо исцелить своих внутренних мальчиков и девочек, потому что они никуда не исчезли, они находятся в нас и хотят получить своё. А мы продолжаем их подавлять, то есть проигрывать сценарии своих же родителей, когда мы были детьми, а они на нас давили. И мы теперь стали тем и другим одновременно. Если исцелить части самих себя, то всё примет совершенно другой оборот.

— *Я бы хотела убежать от множества своих страхов за завтрашний день, за своих детей. С младшим сыном отношения не складываются, мы с ним постоянно в состоянии войны. Плюс материальные затруднения.*

— Что вам кажется самым сложным в младшем сыне?

«Я не могу принять его ложь...»

— *Я не могу принять его ложь.*

— А что еще, кроме лжи, есть в этом мире? Здесь нет ничего, кроме лжи или полуправды. Человек уверяет вас, что говорит правду, но это полуправда. Это правда только одной его стороны личности, но есть правда другой стороны его личности, которая противоположна.

— *Но меня учили, что «лучше горькая правда, чем сладкая ложь».*

— Назовите мне какую-нибудь, хотя бы одну «горькую правду», которая лучше, чем «сладкая ложь».

— *Если я совершала какие-то поступки, то признавалась в них.*

— Думаю, что проблемы с сыном у вас не по этому поводу. То, что вы называете правдой, это ваше одностороннее убеждение. Скажите мне хоть одну правду по поводу того, как жить.

— *Я не знаю, как жить. Меня последние полгода сковывает такой страх, что кажется, что он пронизывает каждую клеточку тела даже во сне. Я сплю, зажав кулаки.*

— Чего вы боитесь в жизни? Что самое страшное может случиться с вашим ребёнком?

— *Что пойдет по папиной дорожке, алкоголиком может стать.*

— Если ему должно стать алкоголиком, то есть получить этот опыт, он его получит. Понимаете, каждый человек, вошедший сюда, будь то сын или дочь, это некое существо, которое пришло для прохождения определенного опыта. Я не рассматриваю сейчас это с позиции морали.

Если кто-то получает опыт алкоголика, наркомана, предателя, убийцы, значит, он ему нужен. Во всём множестве своих жизней каждый из нас получал различные опыты и, в том числе, такие. А если ещё не получил, то получит.

— *Но тогда получается, что идет еще и жалость к себе?*

— Это прежде всего. Вы боитесь не за сына, а за себя, потому что мы вообще боимся только за себя, мы не можем бояться за кого-либо. Это очень важный момент.

— *Я про себя вообще забыла. Для меня существуют только дети и больше ничего.*

— Вы видите, какая степень отчужденности от самой себя.

— *Я не люблю себя. Научиться бы хоть принимать себя. Мне кажется, что во мне вообще нечего любить: я жесткая, постоянно нахожусь в негативных эмоциях и ни на что не гожусь.*

— Согласитесь с тем, что переживание негативных эмоций — это опыт, который не является плохим или хорошим, он является просто опытом. Поэтому любить человека можно не за что-то, не за опыт.

Любовь — это просто свойство человека, потому что он сам есть любовь. Я вас люблю, не потому что вы слишком умна или глупа или ещё за что-то, а потому что это моё свойство — любить.

— *Я недавно призналась своему старшему сыну в том, что несчастна как женщина. Я не любила ни его отца, ни второго мужа, не люблю себя. Всё время осуждаю себя за это. У меня часто спрашивают, в чём моя цель. Цель одна: быть хорошей матерью, помогать детям в трудной ситуации, хотя бы советом.*

— Если вы не любите, то никакого полезного совета дать не сможете. Давайте разберемся, почему вы себя не любите. Вы считаете, что у вас нет того, за что можно себя любить?

Я вам говорю, что на самом деле вы пришли сюда для того, чтобы получить этот опыт, и вы его получаете. Я не рассматриваю это с моральной точки зрения, потому что мы все как сущности приходим сюда для получения определённого опыта.

Есть опыт хорошей матери и есть опыт плохой матери. С точки зрения сущности необходим и тот, и другой. Вы получили свой. Понимаете, о чем я говорю?

— *Не совсем.*

— Например, есть опыт человека, который пьёт. Вы сможете понять его, если сами не пили? Нет.

Существует общество анонимных алкоголиков, и это очень правильно. Потому что занятия в нём ведут те, кто выздоровел, и относятся к другим, исходя из своего опыта. Они прошли через него, знают его.

Я хочу этим подчеркнуть, что самое важное — ваш опыт, который не является плохим или хорошим. У вас он есть, вы приобретали его в течение своей жизни.

— *Я ничего не приобрела, кроме страхов.*

— Это тоже опыт. Посмотрите, он есть у всех. Здесь мы получаем опыт страха, разделенности, боли и страдания. Если бы было что-то другое, мы не собирались бы и не говорили о том, о чём говорим.

Исчерпав этот опыт, можно перейти к другому. Но, не имея его, мы не придём к Вознесению, Просветлению или ещё к чему-то, о чём некоторые говорят как о желанной цели.

Ваш опыт очень ценен для вас, именно за ним вы и пришли. Теперь вы, может быть, уже готовы перейти к другому. В нём всё было нужно, не было потерянных лет, ничего не напрасно. Если вы это поймёте, то сможете принять себя и весь свой опыт. Это и есть то необходимое, что надо сделать, чтобы перейти к следующему.

— *От сплошного негатива, превратившего меня в труп?*

— Да. Вы думаете, что я не проходил через это и не знаю, что такое ад? Но именно то, что я проходил и дошёл до самого предела, вывело меня к тому, о чём я сейчас говорю. Я благодарен ему и всем людям, которые участвовали в приобретении мной такого опыта.

— *Всё равно не понимаю. Не могу я этого принять, я устала от негатива. У меня очень большая агрессия, которая в любую минуту готова выплеснуться на ребёнка. Он иногда смотрит на меня и спрашивает, почему я такая злая, почему не замечаю его радостного настроения. При этом я думаю о том, какая же я сволочь.*

— Вы всё время поддерживаете себя в негативном состоянии. А я вам сейчас рассказывал о том, как выйти из него.

Полюбите свой негативный опыт

— *Я ничего не понимаю. Получается, что мне должны нравиться мои страдания, я не могу с ними расстаться?*

— Да. Вы к ним привыкли.

— *Я поймала себя на том, что стала смеяться, когда мне плохо. Ни когда все смеются от радости, а когда мне плохо.*

— Вы делаете всё время одну и ту же вещь — воспроизводите опыт страдания и боли.

— *Да, я хожу по кругу.*

— Я вам сейчас показал, как можно выйти из такого круга: надо просто принять свой опыт и полюбить себя за то, что приобретали его. Он уже накоплен в достаточном количестве, и больше получать его вам не нужно. Полюбите себя за свой негативный опыт.

— *За что-то хорошее полюбить — я еще могу понять. Но за это...*

— Смотрите, как вы держитесь за него. Я сейчас говорю о средстве, которое сработает на сто процентов. Но вы осуждаете себя и получаете от этого извращенное удовольствие.

Вы пренебрегаете средством, которое я предложил. Отсюда я могу сделать только один вывод: вы хотите его продолжать. Так продолжайте.

Ваше «я» в данном случае раздвоилось: одно хочет продолжать, другое — нет. Я сейчас обращаюсь к той части вас, которая не хочет больше старого опыта. Для того чтобы вам прекратить получать его, вы должны принять ту часть себя, которая хочет его продолжения, и поблагодарить ее.

— *Александр Александрович, мне хочется еще добавить, что ее сын пришел сюда для того, чтобы узнать именно такую мать. Если она поймет это, то получится целостная картина. Я сейчас поняла, что мой детский опыт был большой благодатью, и, может быть, именно поэтому я сейчас подхожу к осознанию себя.*

— Совершенно верно. Без этого опыта вы не смогли бы понять то, о чем я сейчас говорю, и вам пришлось бы его всё равно проживать и накапливать.

Что негативный, что позитивный опыт — это две стороны одной медали. Вы никогда эту медаль не получите, если не проживёте опыт одной и другой стороны.

— *Она не всё рассказала. Из наших прошлых встреч и разговоров можно сделать вывод о том, что у неё идет бешеное неприятие мужчин, просто ненависть, которая проецируется на детей, особенно на младшего сына. Она и мужей своих не принимала. Сейчас мужа нет, и она проецирует всё это на младшего сына.*

— Отлично. Смотрите, уже вырисовывается основная линия. Каждый последующий подкрепляет её.

— *У меня то же самое. Чем больше живу, тем больше не понимаю ничего из того, что происходит. Всё, что я здесь услышала, имеет отношение ко мне. Отца нет, он погиб в войну, муж — алкоголик, наверное, потому, что я очень правильная. Есть сын и дочь, которых я воспитывала одна. Вот вся моя жизнь.*

— Теперь вы понимаете, что это было необходимо?

— *Сейчас, попав в эту группу, начинаю понимать, но не до конца. И себя я не люблю.*

— Надо заключить мир с собой. У вас нет оснований не любить себя. Любите себя хотя бы за то, что проходите такие тяжелые испытания.

Вы пошли на них, мы все пошли на это, войдя в реальность страдания и боли. И в этом огромное величие нашего подвига. С точки зрения сущности это

подвиг, потому что далеко не всякая сущность входит в такие измерения. Это ад, но мы вошли сюда, и в этом наш большой подвиг.

— *Видимо за этим я сюда и попала. Как говорится: не мы выбираем путь, а он нас.*

— Но этот путь вы наметили еще там.

— *Там-то мы наметили, но здесь не понимаем этого.*

— И это тоже часть намеченного нами пути. Мы уже подходим к пониманию. Получив и осознав свой опыт, мы можем выйти из него. Это может быть самое главное, ради чего мы все здесь собрались. Но, прежде всего, мы должны увидеть его и принять.

Мы так отождествились с нашим опытом, что стали считать себя им. Но мы не есть этот опыт, мы вне него. Мы ни тело, ни мысли, ни чувства, мы — Душа, Дух. Но на самом деле мы и тело, и чувства, и мысли. Будучи здесь, мы таковы. Такие полярности надо гармонизировать. Опыт каждого необходим. Для этого и благодаря ему мы можем вести сейчас этот разговор.

— *Становится понятным, что человек и поступок не одно и то же. Бывает, что какой-то конкретный поступок совершается именно для тебя. Это твоё зеркало.*

— Человек является тем, что вне этой реальности, и тем, что в ней, одновременно. Но, отождествляя себя только со своей личностью и её опытом, вы мало, что поймёте. Понимание себя возможно только через наблюдение за своей личностью и разотождествление с полученным ею опытом.

— *Очень часто звучит, что жизнь прекрасна и удивительна. Но приходишь к выводу, что Земля — юдоль страдания и печали. Я пыталась доказать обратное, но мы опять приходим к тому же самому.*

— Но, только придя к этому, мы можем почувствовать жизнь здесь как величайшее чудо. Это тоже двойственность. Пока не будут до конца пройдены и приняты страдания, мы не выйдем к радости. Здесь есть и то, и другое.

Глава 2. Вы всё уже знаете

У Муллы Насреддина была скрипка, и он постоянно брал на ней одну ноту.

Вся семья волновалась, соседи сердились и говорили ему: «Что это за музыка? Если ты учишься, то учись правильно. Ты постоянно берешь одну и ту же ноту, и это так утомительно, что даже днём все засыпают».

И жена говорила: «Ну, хватит! Мы слушаем это месяцами, таких музыкантов не бывает! Что ты делаешь?»

Насреддин ответил: «Другие пытаются найти свою ноту, я её уже нашел. Вот почему они меняют ноты: они ещё на пути, они ищут нужную ноту. А я уже нашёл её, так что я достиг цели».

Чувство и его осознание

— Ваше главное состояние?

— *Главное мое переживание в том, что можно наблюдать опыт, за которым пришли. Есть переживание и тот, кто наблюдает за ним. Мы говорили об этом теоретически, но это вдруг вошло в меня, стало моим.*

— Основное, что вы сейчас будете проходить, связано с тем, что теоретическое знание станет вашим переживанием. За этим я, собственно, сюда и приехал. Вы много чего знаете и готовы к тому, чтобы это стало вашим переживанием. Просто знание может придти и уйти, его можно забыть, но если оно стало вашим переживанием, то вы его не забудете.

— *Мы часто сравнивали свои состояния, и у нас, во всяком случае, у меня, была мысль, что я должен перестать всё чувствовать, что надо быть спокойным. А тут я пережил, что должен всё чувствовать.*

— Да. Чувствительность в нашем процессе усиливается, становится просто колоссальной, вы начинаете чувствовать такие вещи, которые обычный человек вообще не чувствует.

— *Я боялся позволить себе гнев и ненависть. Но здесь разрешил происходить всему, что происходит.*

— На самом деле это как раз и нужно. Гнев — это энергия. Если вы не даёте себе её чувствовать, то выхолащиваете себя, становитесь мертвецами. Такие

чувства, если разрешать себе их выражать, выводят вас на новый уровень и трансформируются.

Чувство плюс осознание дают возможность расширения сознания. Не просто осознание, а чувства плюс осознание. Можно стать осознающим, но не чувствующим, холодным, и тогда вы не будете нести радость.

Да, вы можете что-то говорить людям, и это будет правильно, но ни вам, ни им не станет от этого лучше. Как в ясный зимний день, когда всё отчетливо видно, но холодно. Чувства необходимы, чтобы было светло и тепло.

— *Когда играла музыка, я позволил себе почувствовать то, что у меня было с родителями. Наблюдал за тем, что происходит. Получил совсем другой результат по сравнению с тем, когда пытался мысленно, наедине с собой, вернуться в детство. Страшно туда входить, всё время крутишься вокруг да около, полностью не входишь.*

— Мы здесь создаём такую атмосферу, при которой можно войти в свои закрытые зоны. Здесь есть страховка. Вот почему каждый может это сделать. Куда бы вы ни вошли, с чем бы ни встретились, мы все вместе, и я, в частности, поможем вам выйти из любой ситуации.

Поэтому можете входить во что угодно, в самые тайные свои уголки. Никто из вас не застрянет там, это я вам обещаю.

— *Как можно застрять там, где уже сидишь?*

— Часть вас заперта в ваших внутренних подвалах. Значит, надо своей осознанной частью открыть замки этих подвалов, войти и выпустить ту часть, которая заперта. Речь идёт о том, чтобы своей осознающей, любящей частью открыть дверь для той, которая там застряла. А их много.

Мы сейчас совершаем путешествия в свой внутренний дом, в его тайные комнаты, в которые давно не заглядывали. Открываем запертые двери и выпускаем наружу всё, что там есть.

Это как амнистия в тюрьме, где много заключённых, которых мы выпускаем на свободу. Одновременно с их освобождением приходит энергия, понимание, происходит соединение самого себя в целое.

— *У меня произошло оправдание своей жизни, как будто мне разрешили жить дальше. Ведь я себе вообще ничего не разрешала.*

— Набирая опыт, вы стали считать себя этим опытом. А так как он очень болезненный и фактически ведущий к самоуничтожению, то это привело вас к тому, что вы называете запретом жить.

— *Выходит, что всю жизнь я работала на самоуничтожение.*

— Да. Вы получали такой опыт и теперь знаете, что это такое. Сейчас вы понимаете, что вы и этот опыт не одно и то же.

Можно пойти мыть туалеты и не отождествлять себя с грязью, которую убираете. Но можно отождествиться и считать себя частью туалета, что и происходит часто с людьми.

Вы просто пришли туда вымыть его, но забыли об этом. Я вам напоминаю. Сделав свою работу, вы можете выйти оттуда. Вот и всё.

— *Именно это вчера я и почувствовала.*

— *Я сегодня накрасила помаду губы, пошла на улицу и стала за собой наблюдать. Попадались мне почему-то одни мужчины. Я вспомнила, что никогда не смотрела им в глаза и стала смотреть. Заметила, что на меня обращают внимание. Представила себя проституткой, способной переспать с любым алкоголиком, и поняла, что это возможно, что он такой же человек, как и все остальные. Незадолго до этого мне стало ясно, что своим поведением, запретами на многие вещи я наказываю мужа. Оказалось, что это моя месть. Я зашла в магазин и увидела вещь, которую захотелось купить. И тут мне пришла в голову мысль: «Возьму деньги на эту покупку у мужа за постель». На фоне всех этих переживаний я отметила, что болит низ живота, стала наблюдать и пришла к выводу, что у меня действительно подавлена сексуальность, что моя женщина просится существовать, ведь кое-что в жизни она себе позволяла. У меня были мужчины, но видимо искала я в них не любовников (они все оказывались импотентами), а собеседников. Мы общались, они мне показывали, кто есть я, но силы сексуальной там не было. Наверное, я не вижу в своем муже очень многого, потому что не позволяю себе этого.*

— Не позволяете себе, потому что используете это для манипуляции. Это плата за манипулирование: я такая хорошая, а ты такой плохой, и за это ты мне сделаешь то-то и то-то.

Но тогда вы заставляете себя быть такой «хорошей», то есть запрещаете себе многие вещи. Это ваша плата и очень большая.

— *Когда пришла мысль о деньгах за секс, я вдруг поняла, что секс — это обмен энергиями, а деньги — это то же обмен энергиями. Всё взаимосвязано. Теперь мне понятно, из каких соображений я делала многие вещи в своей жизни. И сегодня в своей записке мужу я написала, что люблю его, и на самом деле почувствовала это. Вышла из дома со спокойной совестью. До этого, наверное, было присутствие чувства вины. Идя сюда, я волновалась, но самым главным было то, что мне как будто действительно дали разрешение на многие вещи. Я думала о том, нужно ли это проявлять в жизни для того, чтобы познать что-то.*

— Я испытывала тревогу, волнение, агрессию по отношению к вам и почему-то смеялась над собой. Я всегда знала, что люблю своих детей, но никогда не говорила об этом вслух. Сегодня впервые сказала младшему сыну, что очень его люблю. Я никогда не задумывалась над тем, что такое любовь, просто принимала и бабушку, и маму, и папу. Они мне тоже не говорили о любви, но любили, я это знала. Первое, что почувствовала сегодня утром, когда проснулась, расслабление. За последний месяц первый раз выспалась, мне было так легко, хорошо, я ощущала отдохнувшее тело.

— Мне снилось, что я нахожусь под водой и оттуда наблюдаю пожар дома. Самое удивительное, что было очень хорошо и легко под водой, как будто это моя родная стихия. Состояние полного комфорта, осознанности, никакого страха. И ещё удивление своему спокойствию, потому что в этом горящем доме находились мои дети, а я очень заботливая мать в жизни, что меня иногда тяготит. Вспомнила, что в детстве не была ничем обделена, но мне никто не говорил, что любит меня. Я считаю себя очень хорошей матерью, буквально обволакиваю своих детей любовью, говорю о ней им, могу перенести это чувство и на взрослых.

— Вчера, слушая музыку, я поняла, что должна научиться быть самой себе матерью. То, что не получила, дать тому обиженному ребенку, чтобы перестать им быть, потому что это очень гнетет, отнимает силы. Хочу научиться из состояния этого обиженного ребенка, которому не добавили любви, стать взрослой осознанной женщиной и дарить любовь другим. Сегодня я поняла, что всё только начинается, и еще, что мне от природы или от Бога с рождения дан очень сильный энергетический заряд любви, радости. Я всегда ощущала себя тонким, нежным, незащищенным цветком, и сейчас мне хочется остаться им, но сильным, защищенным и дарить другим радость и красоту.

— Вчера я увидела в полной мере разделенность. Было ощущение просыпания души, потом опять закрытие. Я была в угнетенном состоянии, казалось, что нахожусь среди мужчин, которые бросают меня по кругу. Было тяжело, я наблюдала за тем, что происходит со мной в этом кругу, ощущала себя в двух экземплярах и поняла, что вижу двойственность. Самым главным для меня было почувствовать двойственность. Где-то в глубине души есть уверенность в том, что всё могу, но потом появилась мысль, что это не для меня.

— Это мысль маленького умишки в коробочке. Сердце знает всю широту и глубину. Не надо отождествляться с коробочкой, войдите в сердце, в котором есть всё, и вы это прекрасно почувствуете.

Высокое основывается на низком

— *Мое сердце закрывается от негатива. Я всегда прекрасно чувствовала только хорошее.*

— Негатив и позитив — две стороны одной медали. Как рука моет руку. Скажите, пожалуйста, какая из этих рук моет другую руку? Из одного рождается другое.

Как вы узнаете, что такое свет, если вы не знаете, что есть тьма? Само представление о свете исходит из представления о тьме и наоборот. Они вместе, они связаны. Так что не надо гнуть только одну сторону, иначе вы не поймете целое.

— *Поутихло желание грандиозной задачи.*

— Грандиозность не в уме, а в сердце.

— *Вся жизнь прошла на устремлении, на взлете, на цыпочках, на вытягивании шеи.*

— В таком состоянии нельзя жить всё время. Нельзя простоять всю жизнь на цыпочках, всё равно придется встать на ступни полностью.

— *Это состояние идет на спад, но ты привык к его ощущениям и хочешь его всё время, без него не хватает топлива для каких-то достижений. Всё, чего я достигла в жизни, произошло только благодаря тому, что хотелось стать достойной. Через восемь лет после замужества это стало затухать, оставляя желание выдумывать для себя что-то грандиозное. Но выдумывать не получается.*

— Грандиознее того, чем мы занимаемся, представить себе невозможно. Возьмите пример со спортсменом. Если он всё время будет увеличивать усилия, то сломается.

Он вышел, поднял штангу и опустил ее, нельзя стоять весь день с поднятой штангой. Есть моменты напряжения и расслабления, то есть определенные периоды. Они могут меняться в течение дня, месяца, года.

Для того чтобы взлететь, надо опуститься. Вы сейчас готовите почву для следующего взлета. Именно сейчас идет самая мощная работа. Она, как правило, совершается в периоды, когда кажется, что ничего не происходит.

Разрешить себе расслабиться — в этом и есть мудрость жизни. Смена напряжения и расслабления очень важна. Достижение цели и бесцельность. Вы можете поставить цель и достигать её, а потом разрешить себе побыть без цели.

Это противоположность, так вы накапливаете силу для следующего рывка. Прекрасный период, в нём зарождается что-то новое. Иначе вы будете повторять одно и то же всё время. А так у вас есть возможность получения чего-то замечательного, чем то, что было. Вы стоите на пороге этого.

— Но тогда затягивается ожидание: всё время на пороге, а хочется переступить.

— Не спешите, всему своё время и место. Научиться ждать — очень важно, и увидеть это можно только в тишине и спокойствии. Умение действовать тоже очень важно. Ожидание может стать таким долгим, что будет потеряно умение действовать.

Есть расслабление не только тела, но и чувств, и мыслей. Обусловленный ум не дает расслабиться телу. Тело очень мудрое. Если его не насиловать, оно будет жить совершенно потрясающей жизнью.

Понаблюдайте за кошками. У них прекрасно получается мгновенно расслабляться и активизироваться.

— В области сердца было ощущение как бы второго дыхания. У меня появилось чувство, что я есть всё и всё есть я, причастности ко всему. А потом усталость и желание спать.

— Эти слова звучат как молитва. Христиане говорят: «Твори молитву сердцем». Будь в сердце всё время. Молитва не нужна на уровне проговаривания, если вы переместились в сердце. Нахождение в сердце значит, что вы пришли домой. Будьте дома, наслаждайтесь этим.

Сейчас идет очень много информации, которая усваивается во время сна. Поэтому надо высыпаться. Проявляйте большое внимание и любовь к себе, к телу. Для нашей работы это очень важно, потому что тело как аппарат приема информации должно быть всегда в хорошем состоянии. К нему надо относиться с любовью.

Наш процесс связан с раскрытием всех энергетических центров. Их тринадцать. Начиная с седьмой чакры, идет связь с галактической, солнечной, вселенской и так далее системами. Наша жизненная сила находится в первой чакре. Ее называют Кундалини.

Когда идет раскрытие этих чакр, Кундалини начинает движение, то оно происходит по всем чакрам. Это может сопровождаться различными, порой необычными, ощущениями тела и усилением ментальной деятельности, то есть обусловленного ума. Он может активизироваться и начать всё время трещать. Это

нормально и может быть связано с движением Кундалини. Просто наблюдайте за этим как за помехами.

— *Я очень ясно увидел, как притягиваю что-то хорошее и пытаюсь оттолкнуть неприятное. Это никогда не воспринималось как пройденный урок, из которого получен опыт. А здесь такое ощущение, что не хочешь его получать, для тебя он не хороший.*

— Погружаясь во тьму, вы усиливаете свет, и чем глубже такое погружение, тем сильнее свет. Именно прохождение через тьму усиливает свет. Это не наказание, а огромная возможность. Я могу понять свет настолько, насколько понимаю тьму. И так до бесконечности. Поэтому надо приветствовать сложности.

— *Мне после занятий очень хочется мясной пищи. И уши закладывает как при взлете самолета.*

— Регулируйте питание. Если выходите в очень высокие сферы сознания, то вообще можете уйти из этой реальности. Вот почему надо поесть мяса для заземления.

— *Я это чувствую. Я занималась одной из духовных практик, и нам не разрешали есть мясо. Мне очень хотелось, и я нарушала правила. И еще заметила, что те, кто не ел мясо, всё равно были очень агрессивными, хотя говорили при этом, что всех любят. Я в это время читала ваши книги и стала открыто выражать то, что чувствую, говорила, что на самом деле мы никого не любим, потому что видим друг в друге себя, а это не всегда приятные встречи. Я ушла из той группы. Когда идешь внутрь себя, то начинаешь гармонизировать свою жизнь и отношения.*

— Очень часто людям кажется, что они снимают агрессивность тем, что не едят мяса, но на самом деле становятся еще более агрессивными и оказывают давление на всех остальных, твердя о вегетарианстве и своей праведности, но агрессия из них просто прёт.

— *Чем серьезнее я начинаю относиться к чему-то, как тут же вылезает то, что я называю «скоморох», и начинает ерничать. Не хочу относиться к жизни серьезно. В детстве я была очень естественна, и это не нравилось людям, поэтому всё время шла борьба сначала с другими, а потом оказалось, что с самой собой.*

— Всю эту жизнь можно представить как колоду карт. Мы сбрасываем карты, и, в конечном счете, остается последняя — джокер, скоморох. Когда ты сбрасываешь и его, то становишься свободным в своём выборе жизненного пути.

— *Очень смешно теперь наблюдать, насколько серьезно относился к тому, что на самом деле является иллюзией.*

— Именно неумение посмеяться над собой позволяет сохранять иллюзии как реальность. С очень серьезными людьми сложно, потому что они не могут отстраниться. Они настолько серьезны, что полностью отождествлены со своими убеждениями.

А смех — это всегда выход за пределы. Анекдот — это парадокс, он вызывает смех, а это выход за пределы конфликта противоположностей.

Многомерное видение

— Мы уже говорили с вами о том, что находимся во множестве реальностей одновременно. Линейное время, существующее здесь, это всего лишь один из вариантов существования. Время на самом деле многомерно. Мы как душа находимся одновременно во множестве сценариев и реальностей. Причем эти сценарии пересекаются. Поэтому картинка нашего существования объемна. Я предлагаю вам увидеть некие важные моменты, которые происходят с нами в других реальностях, и оказывают влияние на то, что происходит с вами здесь. Это объемное мышление.

Предлагаю вам сейчас посмотреть и рассказать о вас в других реальностях.

— *Я видела вас в шлеме и кольчуге, в одежде русского воина среди одетых так же людей. Вы были во главе войска. Видела, как меня убивают булавой и не один раз, а несколько. Потом — средневековое, поле, вдали старинный замок. Я гуляю по этому полю. Выходит паж с факелом, и я беру его за руку. Это существо, которое освещает мой путь. В третьем видении я забеременела от своего возлюбленного и родила вас. Мне показалась интересной поэтапность увиденного: сначала смерть, потом что-то горит и освещает, рождение и конец — свадьба с вами. Началось в средневековье, а закончилось в наше время объединением сил или энергий. То, что я увидела, когда мы стояли, держась за руки, в свадебной церемонии.*

— Мы могли встречаться множество раз и в самых разных ролях. Сценарии, которые мы там играли, сейчас отражаются на том, что происходит здесь. Когда вы можете это видеть, то лучше понимаете, что происходит сейчас. Проговаривая своё видение происходящего в других реальностях, вы вводите это в данную реальность.

— Самым важным мне показалось то, что меня убивают четырежды. Я подумала, что часть меня вчера умерла. Человек с факелом — это тот, кто всегда со мной рядом, хранит меня и освещает факелом путь. Я пережила рождение не просто вас, а чего-то большого, нового и объединенного. Мы всегда ищем свою вторую половину, но не осознаём, что это должно произойти внутри нас самих. И очевидно, что эта свадьба была объединением чего-то внутри меня.

— То, что вы рассказываете, происходит и будет происходить. Это не что-то отвлеченное, а некие картины, которые показывают, что на самом деле будет происходить здесь с вами на внутреннем плане. Это говорит о процессе внутреннего изменения, о сценарии того, что совершается. Поэтому это очень важно.

— Средневековье. Свершилось какое-то событие, и люди идут радостные, с факелами в руках. Я стою на верху башни, на краю, ощущая легкий ветер, внизу колышется море факельного огня, испытываю состояние радости. Самым важным было чувство своего нового возрождения.

— Я плыву на корабле, а вы ждете на берегу. Я — посланник, везу с собой какую-то очень важную весть и передаю её вам телепатически при нашей встрече. Я запомнила вас: очень высокого роста, в белых одеждах, седого. Вы спокойны, даже благоговейны. У меня было чувство исполненного долга без малейшей примеси гордости за то, что я сделала очень важное дело. Потом я видела бесконечное море, вы плывете впереди в образе Нептуна, я за вами, и мы скрываемся за горизонтом. Всё это сопровождалось огромным чувством радости жизни.

— Я спускалась сверху и видела огромный столб света. Оказалось, что свет исходит из людей, которые всё время прибывают, тем самым, увеличивая этот столб света. Сначала они идут в темноте, но потом проходят по осколкам, разбросанным внизу, сильно ранят себе ноги, и при этом свет исходит из их ран. Они вместе создают общий поток, сияние. Самым главным переживанием было то, что свет появился через боль.

— Я вдруг почувствовала, что я — сама любовь. Нахлынули слезы, но я их сдержала. Это такое грандиозное чувство, что не передать словами. Я увидела свет, исходящий из меня, как я вбираю всю Землю и всех людей в себя. Я — Мать Земля. Я почувствовала в себе огромную любовь, которая заключена во мне и которую готова уже излить, но, оказалось, что не доверяю себе в этом.

Моё сознание и сердце открыты для вас

— Есть определённые этапы, которые надо пройти. Ничего в жизни просто так не происходит. Когда это осознаёшь, то с благодарностью отпускаешь то, что было, понимая, насколько оно было необходимо. Всё последующее есть результат предыдущего.

— *На мою долю выпали глубочайшие переживания. Я смотрела на себя и думала, что, с одной стороны, это боль, а с другой — просветление, и о том, что моя душа может дать другим. Прочувствовав такую боль, я могу, наверное, нести свет.*

— *Вы уже это делаете. Когда я только пришла в группу, то увидела в вас этот свет, почувствовала тепло и добро.*

— *Меня всё время мучила бесцельность моего существования. Я чувствовала эту боль и в то же время понимала, что она дана мне как подарок.*

— Это ваш подвиг, так же как подвиг каждого из нас, кто находится в двойственном мире и через страдание трансформирует его. Заканчивается самый тяжелый период, когда вы делали что-то, не понимая и не осознавая этого. Пришло время полного осознания того, что вы делали и делаете сейчас. Всё было не напрасно и очень важно. В этом ваша сила и любовь.

— *Расскажите нам, пожалуйста, как работают другие группы. Занимаясь самостоятельно по вашим книгам и кассетам, мы очень увлеклись разбором ситуаций. Мне кажется, получив возможность разобрать что-то другое, мы могли бы почувствовать себя иначе. Я вспоминаю, насколько тяжело и непросто было входить в те ситуации, особенно для меня. Сегодня, слушая вас, я понимаю, что теперь всё будет по-другому. Наверное, мы приходим в группу не только для того, чтобы нас разбирали по косточкам, а еще и для того, чтобы собрать себя, все свои части. Такое выворачивание наизнанку очень тяжело переносится, так, что жить не хочется. Мне хотелось бы с вашей помощью разобраться в том, как вы это делаете, потому что мы, может быть, делали что-то не так, не помогали человеку, а, наоборот, уничтожали его.*

— Наша работа проводится для того, чтобы вы встретились с самим собой. Как видите, это непросто. Тогда вы были одними, и поэтому ваша работа была такой, какой она была. Сейчас вы уже изменились, поэтому и наша работа стала иной.

Каждая группа различна, но у меня есть осознание и любовь, которыми я всегда руководствуюсь и помогаю вам очень хорошо чувствовать связь с людьми, которые находятся в процессе.

Это не значит, что вы станете ими. В теле каждого из нас есть две ноги, две руки, голова, и каждый из этих органов выполняет свою функцию, но принадлежат они единому организму. Я не создаю множество рук, я создаю единый организм, в который другие входят как органы. Поэтому каждая наша группа своеобразна и индивидуальна.

Она такая, какой должна быть, и это замечательно. Мы вместе создаём мощный организм, имеющий огромные возможности. Вы создали свою группу, проходя через сложности, о которых говорили. Вы не могли не пройти через них. Всё было правильно: так, как должно быть, и результатом этого явилась наша сегодняшняя встреча.

— *У меня такое ощущение, что группы складываются как семьи, и корни этого лежат где-то глубоко в прошлых жизнях.*

— Мы много раз входили в реальности в таком составе. Я не случайно приезжаю туда и к тем, с кем мы уже работали раньше, где есть большой опыт совместных переживаний, накопленный в так называемых «прошлых жизнях». Каждый из нас много чего знает и умеет, надо только сбросить сон, иллюзию и вспомнить. Вспоминание пойдет у всех.

— *Как отличить самовоспоминание от фантазии?*

— Не волнуйтесь об этом, считайте, что это фантазии. Только поймите, что они не менее реальны, чем то, что происходит здесь. Мы с вами провели весь день, находясь, как вы можете считать, в фантазии, и ваш ум крайне неудовлетворен этим.

В физической реальности вы не выберетесь из коробка или замкнутого круга восприятия, в котором вас держит обусловленный ум. Надо начать чувствовать всё.

Смысл мироздания заключается в любви, которая ничего не требует: ни смысла, ни цели, потому что в ней есть всё. Она ни от чего и ни от кого не зависит, у неё есть всё, что нужно. Она и есть всё.

Ваш ум всё время волнуется по поводу смысла, перебирая, словно карты, разные его варианты. Откройте сердце, дайте выход чувствам, и вас перестанет волновать это. Я могу вложить во что угодно, какой угодно смысл, если мой ум свободен и не ограничен.

— *Но мне не легче оттого, что вы это можете. У меня такой возможности нет.*

— Она у вас может появиться, если вы почувствуете меня. Вы предпочитаете крайне примитивный и длительный способ передачи информации. Я за это время передал её очень много, но на взгляд какого-нибудь традиционного психолога может показаться, что ничего не было, просто сидели за столом, музыку слушали. А на самом деле происходило очень многое.

Я это очень хорошо понимаю, потому что делаю всё осознанно. Это можно делать только в состоянии удовольствия, расслабленности, но вы предпочитаете получать информацию с трудом, как в традиционных учебных заведениях, когда учитель говорит, а ученики за ним быстро записывают, чтобы не пропустить чего-нибудь.

Если вы хоть на мгновение окажитесь в сердце, то сможете меня почувствовать, и через это чувство получите всё, что хотите на самом деле. Моё сознание и сердце открыты всегда, но доступ к ним есть только через любовь. Войдя туда с любовью, вы узнаете без всяких усилий то, что пока предпочитаете тянуть из меня клещами.

А зачем? Откройте дверь, войдите и возьмите то, что вам нужно. Чувствуйте, любите и будете иметь то, что хотите, и в миллионы раз больше. Не настаивайте на старом, войдите в состояние Безусловной Любви, из которой исходит всё, о чем мы с вами говорим.

— *С начала наших занятий у меня очень хорошее состояние.*

— Не держитесь за состояние, пусть будет такое, какое будет. Это очень важно, потому что как только вы делаете попытку удержать то, что называете хорошим, обязательно придет плохое. Вы расстроитесь, можете войти в депрессию и всё забыть.

«Когда читаешь книги, то понимаешь, что всё это ты знаешь...»

— *Мне бы очень хотелось оставить состояние понимания. Когда читаешь книги, то понимаешь, что всё это ты знаешь, но почему-то знание не задерживается надолго. Когда попадаешь в сложную ситуацию, оно уходит.*

— У вас есть торопливость, которая сейчас проявляется в быстром говорении. Просто слушайте. Я сейчас говорю, и вам хочется что-то сказать в ответ. Возник импульс, и вам его трудно не выразить.

Попробуйте состояние, которое похоже на нейтральную скорость в автомобиле. Когда вы в нём находитесь, то можете включать любую передачу, то есть любое состояние.

Состояние внутренней нейтральности и есть наблюдение. Из него можно войти в любое состояние, и это может получаться очень легко. Обычный человек, гневаясь, испытывает смену состояний: агрессия, депрессия, всё затягивается, и он проходит этот цикл полностью. Совершенно не обязательно его проходить, если вы умеете быть в «нейтралке». Это состояние наблюдения.

Для наблюдателя нет плохого или хорошего состояния, что бы ни было — он просто наблюдает за этим. Обусловленный ум будет оценивать, наблюдатель будет наблюдать за умом, который оценивает.

— *Наверное, у меня есть то, что вы называете торопливостью. Мне хочется всего и сразу. Если появляется желание, то я хочу его побыстрее осуществить. Даже проводя урок, я очень спешу.*

— Спешите передать как можно больше информации. Это характерное качество многих людей, в том числе, преподавателей. Они говорят: «Сегодня мы сделаем урок интересным. Вы узнаете много информации». Очень часто так проводятся семинары и тренинги.

Если посмотреть, как это происходит у нас, то можно увидеть, что я дозирую то, что передаю, понимая, что если вы приняли пищу, то ее надо переварить. Какой смысл в том, чтобы наложить в желудок хорошей еды и не суметь переварить её. Надо взять столько, сколько надо, и того, чего надо, и усвоить это. Тогда можно принять следующее.

Надо очень хорошо чувствовать меру. Ум разгоняется как сумасшедший, ему нужно всё больше и больше, он просит: «Давай! Классно, здорово, интересно!» Но потом может случиться депрессия, потому что он переполнился и ничего больше не может переварить.

Это как лошадь, которую понесло. Вам надо научиться притормаживать, но не усилием, а через наблюдение. Вы будете наблюдать за тенденцией своего ума, например, очень много говорить и в какой-то момент перестанете это делать, осознавая, что с вами происходит. Это очень важно, потому что подобные тенденции ума есть у всех. Их надо наблюдать и знать, тогда вы ими овладеете.

— *Я даже придумала себе упражнение — подольше молчать.*

— Особенно это полезно, когда хочется говорить. Вы задаете бесконечные вопросы, но не слышите ответов. Вам надо остаться в молчаливом состоянии и просто понаблюдать за деятельностью своего ума. Вы увидите, как он начнет

снижать свою активность. Самое полезное — не задавать вопросов, а наблюдать за ними. Вы увидите, что ответы будут приходить из вас, причем, только на нужные вопросы.

В состоянии наблюдения у вас не будет тысячи ненужных вопросов, будет один, но тот, который нужен. Ваш ум не переполнится лишней информацией. Вы войдете в спокойное, гармоничное состояние.

Есть психическая и физическая усталость. Физическая усталость снимается расслаблением тела или сном. Психическая усталость бывает очень сильной и может закончиться депрессией. Она связана с западением на одну из сторон двойственности. В данном случае эта сторона заключается в активности во внешнем мире и должна быть уравновешена пассивным созерцанием, то есть медитацией.

Я не говорю сейчас о том, чтобы прекратить делать привычное. Его надо уравновесить. У вас есть возможность пойти погулять в лесу. Это великолепная медитация. Вдыхайте воздух и чувствуйте его, смотрите на деревья и чувствуйте их, делайте шаг и ощущайте каждое движение мышцы.

Это состояние — быть «здесь и сейчас», это момент силы. Когда вы в таком состоянии, то можете овладеть силой, понять всё, что нужно. Надо быть в этой реальности, которая является стартовой площадкой для выхода в другие. Обычные люди вообще не находятся здесь. Кажется, что они здесь, но на самом деле они где-то в своих реальностях, галлюцинируют с помощью обусловленного ума. Это основная его деятельность: порождать массу галлюцинаций. Для того чтобы уму выйти из такого состояния, надо войти в момент «здесь и сейчас», чему он очень сопротивляется.

— *Не всегда на это хватает сил.*

— Для этого не надо никаких сил. Силы нужны для того, чтобы бросать себя из прошлого в будущее или из настоящего в прошлое. Ум привык всё делать с усилиями и спешкой. Поэтому вам и кажется, что всё должно делаться так же.

Ваш ум боится, что останется без работы, если успокоится. Но его никто не увольняет, его отправляют в отпуск, чтобы он отдохнул.

— *У меня постоянно присутствуют какие-то мысли.*

— Не бойтесь этого, просто наблюдайте за ними, не проговаривая их. Вы волнуетесь и передаете свое состояние кому-то. Это механическая передача своего волнения другому человеку, который тоже начинает волноваться. Возникает усиление, крик, ссора, ругань, в результате — конфликт.

— *Если бы так получалось...*

Я передаю чувство, вы же пытаетесь меня анализировать

— Вы говорите так, как будто это невозможно. Обратите внимание, как ваш ум отторгает то, о чем я сейчас говорил. Он привык всё время действовать, и это вызывает у него либо агрессию, либо сон — он защищается.

Просто наблюдайте. Всё можно понять, когда будете находиться в расслабленном состоянии. Если вы что-то поняли, то никто у вас этого не отнимет. Если нет, то, сколько ни напрягайтесь, всё равно ничего не поймете.

Основное общение происходит не с помощью обусловленного ума. Это обмен энергиями, их танец и очень красивый. Если вы перестанете акцентироваться на обусловленном уме и его параноидальном анализе, то сможете увидеть, как танцуют ваши энергии. Это происходит независимо от обусловленного ума.

Я передаю чувство и состояние, вы же пытаетесь меня анализировать. То, что происходит сейчас, уже никогда не повториться. Если вы не присутствуете «здесь и сейчас», то для вас оно исчезнет.

Есть ли у вас что-то важное, чем бы вы хотели поделиться со всеми?

— *Вчера я совсем по-другому разговаривала со своим мужем — открыто и искренне. Удивилась, насколько это было легко и радостно. Я говорила о том, что для меня важно, о своих чувствах. Рассказала про вещь, которую очень хотела купить, и он сказал, что сделает мне этот подарок. Я вдруг поняла, что у меня на самом деле уже столько подарков: и ваш приезд, которого мы все очень ждали, и совершенно новые ощущения. Всё остальное можно приобрести, если будет на то желание. Утром я не почувствовала боли, которая была всё время до того момента, пока у нас не произошёл этот разговор, слова лились сами собой, естественно, я ничего себе не запрещала, не анализировала. Уходя из дома, оставила записку с очень нежными словами, которые давно уже не произносила. И тут пришло понимание, что для него я бы не хотела быть проституткой.*

— Проституция — это продажная любовь. Вы можете иметь дело с разными людьми, отдавать свою любовь не за деньги, просто даря ее. Это не будет означать, что вы являетесь проституткой. Общение идет на ментальном, эмоциональном и физическом уровне, поэтому часто возникают проблемы. Если у человека превалирует физический центр, то для него близкое общение означает телесное,

поэтому ему будет трудно достичь понимания с тем, у кого развит интеллектуальный центр.

Полноценное общение включает все центры, в том числе, духовное тело, и это самое прекрасное. Для того чтобы это произошло, должны объединиться все центры, и тогда произойдет встреча с таким же целостным человеком, как ты сам. Союз двух целостных людей — это уже Царство Божие. Обычное общение фрагментарно, и отсюда все мучения.

— Я вчера открыла для себя, что такое настоящее наблюдение. Это так чудесно! Я очень много курю, но только вчера поняла, что такое курить с удовольствием. Прочувствовала механизм того, что меня заставляет курить, и оказалось, что мой ум работает, когда я курю. Иногда становилось плохо от количества выкуренных сигарет, но что-то всё равно говорило: кури ещё. Это ум не окончил свою работу. Я сделала открытие, увидев этот механизм.

— Что происходит, когда вы начинаете наблюдать за своими реакциями? Вы теряете эмоциональность. Для женщин это особенно непривычно и неприятно, им это несвойственно.

Существует другой вариант. Вы разрешаете себе чувствовать всё, входите в переживание, и осознание возникает как результат такого переживания. То есть вы не тужитесь, чтобы наблюдать, осознавать, а просто входите в поток чувств, и в результате их проживания получаете осознание. Это очень важный момент.

Зачем нужно осознание? Осознание, наблюдение и отстранение нужны только для того, чтобы увидеть и разотождествиться с обусловленным умом, который является просто набором привычек и убеждений. Делать это надо одновременно с чувствованием, то есть разрешать себе чувствовать. Тогда вы выходите за пределы того, что диктует вам обусловленный ум в чувствах.

Вы разрешаете себе чувствовать всё и получаете очень интересные подарки осознания, не заикливайтесь на наблюдении и поэтому не устаете от него, оно вам не надоедает. Вы можете стать роботом, сделав из осознания механическую операцию. Нельзя сделать механистичным чувство, потому что оно постоянно меняется.

Осознание как концепцию можно превратить в механистичность, что и пытается сделать ум. Чувство всё время будет вести вас в неизвестное. И если вы пойдете вслед за ним, то хотите вы или нет, вы начнёте осознавать. Но это будет не принудительно, а как результат получения опыта, то есть переживания.

Я активизирую знания, которые у вас уже есть. Вам не нужно записывать, запоминать. Это надо делать тогда, когда передаётся что-то, чего, как вы считаете,

у вас нет, и вы боитесь его забыть. Я же говорю вам о том, что вы знаете. Мы с вами открываем блоки памяти и проживаем то, что там было скрыто.

Я приглашаю вас в своё сознание

— Я приглашаю вас в своё сознание. Каждый из нас имеет сознание, которое является инструментом духа. Мы есть нечто огромное, творящее, ищущее реализации. У нас есть сознание, с помощью которого мы можем входить в любые реальности, миры, измерения и так далее. Входя в них, мы получаем определённый опыт, и таким образом всё время расширяем его.

Я готов поделиться с вами этим опытом необычным способом. Я приглашаю ваше сознание придти к моему сознанию в гости и узнать всё, что вы хотите. Вы можете войти с любым намерением. Чтобы вам легче было сделать это, представьте меня на границе моего мира: я стою и протягиваю вам руку, приглашая войти туда. Мы будем вместе совершать путешествие для получения ответа на вопросы, которые у вас есть.

— Я спросил, как можно помочь Земле. Увидел воюющих людей, которые падают в огромную яму. Оттуда поднимается крест, и они проходят через него. Поток воды из креста омывается Земля и становится цветущей.

— У меня был спуск в темную бездну и выход через нее к свету. Вы сказали, что мы должны выйти к сердцу, и это произошло через крест. Это было похоже на крестообразную полынью, в которую падаешь, и выходишь уже в другом мире. Солнце. Мы летим к нему и через него попадаем в другой мир.

— Солнце — это сознание солнечной системы. Солнечная система живое существо, так же как любая другая планета, звезда или Земля. Выход за пределы солнечной системы — это попадание в совершенно другие миры. Я вам создаю ситуации, в которых вы получаете переживания. Это значительно более эффективный способ, чем, если бы я просто говорил. Это путешествие сознания. В этот процесс обусловленный ум не включается, поэтому здесь можно получить более полную информацию.

— Я просила показать мне четвертое измерение, и тут началась борьба с умом, спор между разными моими частями. В результате я увидела очень ярко свою разделенность. Ничего не получилось.

— Чтобы попасть в четвертое измерение, нужно соединить фрагменты ума, которые у вас активизировались, в результате чего и получился филиал сумасшедшего дома. Вы увидели то, что есть. Здесь не может ничего не получиться.

Вы захотели в четвертое измерение и увидели, почему пока не можете туда попасть. Вам надо увидеть ту часть себя, которая утверждает, что у вас ничего не получилось. Как только увидели, она теряет силу.

Именно здесь необходимо наблюдение за обусловленным умом. Если вы наблюдаете, то знаете, что это всего лишь часть: и она как снег под солнцем начинает таять и, в конце концов, исчезает. Наблюдая, вы понимаете, что это ваша часть, а не вы полностью, и это даст вам возможность разотождествления. Мы обучаемся правильно пользоваться инструментами осознания, переживания и так далее. Так что здесь не может что-то не получиться. Как только вы провозгласили, что ничего не получается, то вычеркнули часть очень важного опыта.

— *Мое сердце получило то, что хотело.*

— Конечно. Весь вопрос в том, кем вы себя считаете. Если вы себя отождествляете с той частью обусловленного ума, которая говорит, что у вас никогда ничего не выйдет, это для вас привычно. Но если вы отождествитесь с сердцем, то почувствуете, что получили очень многое, увидев работу своего обусловленного ума, который не дает вам возможности летать. Я всё время апеллирую к той вашей части, которая чувствует и знает, потому что это и есть вы.

— *Моим желанием было попробовать попасть в состояние «здесь и сейчас» и задавать вопросы. Я увидела, что нахожусь в обруче, держусь за него ногами и руками, и меня крутит вместе с ним. Стоило мне задать очередной вопрос, как я тут же оказывалась опять в этом обруче. Откуда-то доносились ответы как шелест ветра, чуть слышно.*

— Надо быть очень чутким, чтобы слышать правильные ответы на неправильные вопросы. Вопрос «как» это вопрос ума, который он постоянно задаёт, даже не видя своих ограничений. Но именно такие ограничения и не позволяют ему увидеть то, что находится вне его привычного круга восприятия.

Для того чтобы встать со стула, не надо спрашивать, как это сделать. Надо просто встать, а не совершать постоянные попытки сделать это. Быть здесь и сейчас очень естественно. Обусловленности вашего ума привели к забыванию вашего естественного состояния, и вы опять задаёте вопрос «как», который в данном случае не уместен. Он не приведет к правильному ответу.

Если я начну отвечать на него, то активизирую ваш ум, который совсем уведет вас от состояния «здесь и сейчас». Очень важно задать правильный вопрос.

Вы можете спросить в процессе обучения: какой вопрос было бы правильно сейчас задать. Если спрашиваете и понимаете, что вопрос не верен, то это уже очень важно. Вы готовы к следующему и спрашиваете, каким он должен быть. Вопрос о вопросе.

— *Когда я подошла к границе вашего сознания, как вы предложили, и спросила, то услышала: «Что ты спрашиваешь, ведь сама всё знаешь». Включился ум, который сказал, что я ничего не могу знать, и началась борьба.*

— У нас идёт смешная игра, вы пытаетесь убедить меня в том, что ничего не знаете, а я вас убеждаю в обратном.

— *Мне хотелось исследовать ваше сознание. Я как будто ухнула в туман. Увидела старика, сидящего в кресле. И чем ближе подходила к нему, тем острее чувствовала присутствие невидимой стены, через которую, как я понимала, мне трудно будет пройти в том виде, в котором я была. Откуда-то пришло понимание, что надо встать на колени и опустить голову. Делаю так и вижу что-то, стоящее на коленях. Понимаю, что это стоит личность, опустив голову. Свободно прохожу через кажущуюся непроходимой преграду и вижу в кресле одновременно и старика, и ребенка, и юношу. Вокруг нас страшные и в то же время прекрасные звери. Потом был полет и чувство равновесия. На мой вопрос о том, не гармония ли это, получаю ответ: «Всё так всегда и было». Появилось ощущение, что это есть у каждого.*

— Сейчас вами очень четко было выражено то, о чем я всё время говорю. Как вы относитесь к тому, что видели и в чём участвовали? Считаете ли вы это менее реальным, чем то, в чём привыкли находиться?

— *Я так не считаю.*

— Единственное, что я делаю, это стараюсь показать вам огромную, безграничную вселенную и всё, что в ней существует, а так же то, что каждый там — полноправный творец.

Вы есмь Бог

— Каждый из нас — могущественное, творческое, любящее существо, не имеющее никаких ограничений, кроме тех, которые само себе ставит. Войдя сюда, мы создали ограничения и выбрали определенные роли для получения нужного

нам опыта. Но при этом каждый из нас был, есть и остается тем, кто он есть на самом деле — Богом.

Я разговариваю с вами, как Бог с Богом, как Творец с Творцом. Но та ограниченная часть вашего существа, пришедшая сюда за определенным опытом, никак не может этого понять. Это обусловленный ум, запрограммированный на получение двойственного опыта.

Но сейчас пришло время, чтобы выйти из двойственности и ощутить себя тем, кто вы есть на самом деле. Для этого я иду в обход обусловленного ума, потому что бороться с ним, как вы видите, бесполезно. Эта борьба может продолжаться день за днем, и будет всё время одно и то же.

Наша работа для обусловленного ума — шок. Я не говорю об уходе из этой реальности. Надо видеть её и состояния того, кто вы есть на самом деле, — тогда придет понимание. Когда вы поймете, что То — столь же реально, как и Это, процесс нашего совместного движения возрастет колоссально.

— *Это необыкновенно.*

— Да, так и есть. Это чудо, но мы и есть чудо, мы рождены для чудес и находимся в них всегда, но редко их замечаем.

— *Мы вошли в большие золотые ворота, из которых лился яркий свет. Запели птицы, и я почувствовала, что мы входим в райский сад. Но было ясно, что нам туда не надо, мы пришли увидеть что-то другое. Вдруг мы опускаемся на площадку в виде огромного солнца, вокруг нас водят хоровод какие-то фиолетовые энергетические сущности, которых очень много.*

— *Картинка сменилась, и я увидела себя волком, воющим на огромную Луну. Я — вожак, стоя поодаль, вас вижу в виде орла, который подлетает ко мне, а я бегу плавно, очень красиво, перепрыгивая с одной скалы на другую. Набираю темп, и это уже и бег, и полет одновременно. Орел всё время рядом, не отстает. Мой бег прекращается у пропасти, где я превращаюсь в женщину. Орел садится ко мне на плечо, становится энергией, которая закручивает вокруг меня круги до тех пор, пока не превращается в плотный кокон со мной внутри. Я чувствую только вибрации этой энергии. Ощущение, что прошли века.*

Я отдохнула в нём от бега, расслабилась. Вдруг он рассыпается, и я оказываюсь в виде энергетической серебряной дороги и освещаю путь волчьей стае, сначала одной, потом другой. Я оказываюсь дорогой, по которой проходят эти стаи. Потом превращаюсь в существо в виде восьмерки, познающее верх и низ, и вижу, что нет ни верха, ни низа. Я во вселенной совершенно свободна и знаю, что я и есть эта бесконечность. Я перемещаюсь меж звезд, они летят за мной в виде шлейфа, и знаю, что я — Млечный путь, который соединяет сердца

людей. Я рассыпаюсь на множество звезд, чувствую огромное волнение и знаю, что уже участвую в этом во всем.

— Да. Каждый здесь участвует в этом.

— Видимо, я знала об этом давно, но только сейчас горячо в это поверила. До сих пор по всему телу дрожь и волнение. Где-то в глубине души я знаю всё, но сталкиваюсь с тем, что не хватает доверия к себе.

— Для вас привычно пока именно недоверие к себе. Всё остальное — следствия такого состояния. Вы не можете доверять мужчине, если не доверяете своему внутреннему мужчине. Не доверяете женщине, если нет доверия своей внутренней женщине. Не верите в Бога без доверия себе. Мы есть то, с чего всё начинается и чем всё заканчивается.

Дуальность «вера — безверие» будет колебать вас от одной своей крайности до противоположной. То Доверие, о котором говорю я, не двойственно, оно основано на знании своей дуальности и её переживании. Если я доверяю себе, то доверяю всей вселенной, всему, что есть, потому что всё, что есть, это я. Внешнее и внутреннее — это всё я.

— И всё равно идет работа ума и страх: не сможешь, это только мгновение, он уедет, и всё будет по-прежнему.

— Наблюдайте за этим. Это уловки ума, с помощью которых он хочет закрепить и зафиксировать вас в этой реальности как единственной и в вере в то, что он — хозяин. Он просто слуга в одной из миллиарда комнат, которые есть в вашем доме.

Вы хозяин, но ум пытается убедить вас, что хозяин он. Вы хозяин всего этого бесконечного и безграничного дома, а он находится в одной из комнат для того, чтобы следить за тем, что там происходит. Только и всего.

Присутствуя только в этой комнате, он не может быть в какой-либо другой, и поэтому его царствование ограничивается её стенами. И он хочет вас убедить, что ничего, кроме неё, нет. Тогда он становится царём. Но это иллюзия.

— Но ведь бывают такие моменты, когда ум на самом деле является царём.

— Он будет им до тех пор, пока вы его таковым считаете. Другими словами, пока вы его не увидите со стороны.

— Экстрасенс говорил мне, что возле меня находится сущность, которую я подпитываю. Я в это не верила, и только сейчас пришло понимание, как ум надо мной издевался: работай, кури, кури. Тело разваливается, плохое самочувствие. Я

обращалась за помощью, обещала не курить, только бы мне помогли отогнать эту сущность. Но сейчас я поняла, что он взял верх надо мной.

— Он сам создал эту сущность, более того, он сам и есть эта сущность. Это его галлюцинации, с помощью которых он заставляет верить вас в то, что так и есть на самом деле.

— И бояться этого.

— Поймите, вы истинная и есть его хозяйка. Если он что-то творит, то хозяином такого творения являетесь вы. Вы можете оставить сущность, рожденную им, а можете убрать её. Она не является внешней по отношению к вам, а только тем, что создает ваш слуга.

Если он слуга и служит вам, то вы можете приказывать ему делать всё, что считаете нужным. Иначе, какой же вы хозяин, если ваш слуга делает то, что хочет, не спрашивая вас. Надо овладеть своим собственным умом.

— Ощущение своего «я» сейчас стало больше, огромное. Я думаю, что Солнце и Земля пока живешь это тоже ты.

Творец может быть кем угодно

— Совершенно верно. Представьте себе, что творец, которым является каждый из нас, хочет создать некую вселенную. Для него это обычное дело. Он создает ее, а потом хочет стать кем-либо в созданной им вселенной, например, деревом. И несколько тысячелетий живет в таком образе.

Сотворивший всю вселенную, вмещающую биллионы разных существ, становится деревом просто потому, что ему интересно побыть им. Он создал эту игровую площадку, пришел на нее и может стать чем угодно.

— Я что-то не совсем поняла, не могу этого принять.

— Не принимает маленькое «я», которое сходит с ума от этого. Но маленькое и большое «я» — это две стороны одной медали. Я вам сейчас показал, что большое «я» может стать маленьким и что маленькое является одновременно и большим «я». Проживите это, не сопротивляясь, и узнаете, что так и есть на самом деле.

— Не знаю. Что-то у меня сегодня идет сопротивление. Как это так, Бог, которого мы привыкли считать вершиной всего, и вдруг — дерево.

— Это старая сказка. Обучая маленького ребенка, вы не читаете ему сразу курс по высшей математике, а рассказываете сказки. Подрастая, он будет слушать уже другие сказки. Я вам сейчас рассказываю сказки для взрослых, а вы всё еще хотите слушать детские сказки. Пожалуйста, оставайтесь в детском возрасте.

Людям рассказывали разные сказки, и они им верили. Это были сказки о Боге, которому надо поклоняться. Он мог разозлиться, если вы что-то не так сделали. Но это Бог, созданный человеком по образу и подобию своему.

Это, по сути, модель семейных отношений здесь на Земле, которые зашли в тупик. Современное воспитание всем уже неважно, но никто не знает, что делать. Старые сказки не работают. Я вам рассказываю новые сказки. Реализуйте их, если хотите, потому что они уже для более старшего возраста. Предпочитаете жить старыми — живите, но они уже не современны.

Если я, например, хочу управлять людьми, то приду и скажу: «Я — Бог». Начну показывать чудеса, все упадут на колени, признают во мне Бога и будут ждать моих приказов. Я поиграю в это, но потом мне всё надоест, потому что не интересно иметь дело с рабами. Да, они всё делают, но это просто механизмы. С кем вам интересно иметь дело — с рабами или с сотворцами?

— *С сотворцами.*

— Так становитесь ими. Почувствуйте себя творцами, а не механизмами с рабским мышлением.

— *Страшно.*

— Рабу всегда страшно, что хозяин будет не доволен, накажет.

— *Я в своей жизни повторяю одни только страдания.*

— Вы утверждаете себя в своем собственном страдании и бессилии. Привычка. Я разговариваю с привычкой, с механизмом.

— *Ну, спасибо. Мне казалось, что я человек.*

— Я знаю, что вы человек, и разговариваю с человеком, но мне всё время выставляют механизм. Для того чтобы прыгнуть, надо оттолкнуться от опоры и полететь. То, за что вы держитесь, и есть прыжковая опора. Так оттолкнитесь и прыгните. Опора нужна для того, чтобы оттолкнуться от нее, а не раскачиваться на ней.

— *Как сделать этот прыжок?*

— Для того чтобы что-то произошло, надо иметь намерение этого. Всё. Не понадобится высшее образование, гора прочитанных книг и ещё чего-то подобного. Нужно только намерение сделать это.

Вам надо сказать: «Я готов сделать это». И всё произойдет. Вопрос «как» не уместен. Всё произойдет так, как нужно. Формируйте намерение, если вы действительно хотите этого.

Ложь не пройдет, она не имеет энергии. Нельзя творить ложью, только чистотой намерения. Здесь вы водите друг друга и себя за нос, там не получится. Главный вопрос заключается в том, хотите вы чего-то или нет. Вы привыкли врать, говорить, что хотите того-то и еще чего-то, а на самом деле хотите сохранить то, что есть.

Каково ваше истинное желание? Вы можете сейчас с ним встретиться. Если действительно хотите прыгнуть, я предоставляю вам такую возможность. Представьте себя на краю пропасти и посмотрите, что будете делать.

— *Намерение состояло в том, чтобы впустить свое истинное «я». Стоя на краю обрыва, освещенного солнцем, с поверхностью в виде пчелиных сот, из каждой ячейки которых выходил луч, я вдруг озарился этим светом и спустился с обрыва, превратившись в вас, потом — в огонь, который ничего не сжигает. И все, кто здесь находится, тоже светились. Вдруг я понял, что истинное «я» у меня уже есть. Пришла мысль, что не надо никому ничего доказывать, и если хочу, да будет так. Просить не о чём, всё исполнится мгновенно так, как мне надо.*

— У нас неограниченные возможности. Мы можем быть кем угодно и создавать что угодно.

— *Надо дать возможность себе это почувствовать.*

— Так и есть. И на самом деле мы это уже имеем и являемся им. Эта реальность очень инертна. Мысли и чувства мы переводим в физическое воплощение. Всё, что здесь есть, создано мыслями и чувствами людей. Наши условия творения связаны с сильной ограниченностью данной системы координат, линейностью времени. Там наши мысли и чувства мгновенно переходят в реальность.

— *Когда говоришь, что-то теряется.*

— Вы говорите только для того, чтобы прочувствовать, что здесь вы являетесь тем же, который там. Вы провозглашаете себя здесь как Бога. Вот что основное. Это не вопрос передачи информации, потому что каждый знает всё. Мы просто напоминаем друг другу об этом. Смысл заключается в том, чтобы самому вспомнить о том, кем являешься, и помочь вспомнить другим.

Вспомните, кто вы есть на самом деле

— Я стояла на краю обрыва и думала о том, что прыгнуть можно только вверх, внизу делать нечего. Я чуть-чуть оттолкнулась и полетела. Это был совершенно фантастический танец тела в полете с облаками и энергиями.

— Вы прыгаете в свое собственное творение. Вот что важно. Вам нечего бояться, почувствуйте себя Богом.

— Мы в детстве жили чувствами и ощущениями. Потом всю жизнь только и делали, что задавливали в себе все чувства. Я за те три дня, что мы с вами общаемся, отдохнула душой. Хотелось бы, чтобы музыка сердца всегда была с нами.

— Что хотите, то и будет. Весь вопрос в том, понимаете вы, чего хотите или нет. Как видите, большинство выбрало страдать, испытывать боль, ревность и тому подобное. Мы творцы, и если мы хотим чего-то, то это и имеем. Ваше слово — закон, ваше намерение реализуется, поэтому некого винить.

Когда в очередной раз вы впадете в депрессию, или ревность, или еще во что-нибудь подобное, то спросите себя: хотите ли вы этого. Если поймете, что уже достаточно, то мгновенно без помощи психотерапевта или гуру сможете получить совершенно другое состояние.

Воспринимайте друг друга как творцов, огромных божественных существ.

— Только сейчас приходит понимание дозволенности любых проявлений, и я обретаю радость оттого, что они возможны, что разрешаю себе слушать и видеть всё, что у меня внутри. И муж вчера очень внимательно меня слушал.

— А у меня совсем другой муж.

— Если он для вас только физик-ядерщик, который носит джинсы и сидит за компьютером, то это одно. Но если вы можете увидеть в нём Христово сознание, то это будет совершенно другое.

— Меня он воспринимает только как мать своих детей, сексуального партнера, работника на даче.

— Он воспринимает вас так, как вы хотите, чтобы он вас воспринимал.

— Или как я себя воспринимаю?

— Да. Поэтому все вопросы к себе.

— У него ко мне претензия: сколько можно жить чувствами, вернись на землю.

— Кто кому предъявляет претензии? Все вопросы к себе. Мы сейчас подходим к очень важному моменту — это мужская и женская части внутри нас.

Каковы ваши внутренние мужчина и женщина? Какие они внутри, такие и внешние мужчины и женщины, окружающие вас. Увидьте, что все окружающие вас являются внешними аспектами внутренних женщин и мужчин. У Божьей Матери много ликов, но это всё одна Божья Матерь.

Посмотрите, каждая женщина, живущая на Земле, — какой-то из множества ликов Божьей Матери. Каждый мужчина — один из ликов Христа. Так вот, когда мы смотрим на женщину, кого видим? Домохозяйку, дочь, любовницу, жену или Божью Матерь? И кого видим, когда смотрим на мужчину? Вот вопрос.

То, чего мы хотим на самом деле, можно назвать Царством Божьим на Земле, и связано оно с совершенно другими отношениями. Не с теми, которые построены на разделенности и физическом распределении ролей, а на понимании единства и индивидуальных особенностей каждого.

Изменения и трансформация вашей личности — это возникновение новых отношений. И если вы не меняете свои отношения, но при этом говорите о собственных изменениях, то это подобно попытке усидеть на двух стульях, которые разъезжаются в разные стороны. Тогда у вас будет существовать разделение между тренингом и жизнью, между идеями и поступками, отсюда неустойчивость, разъединенность и конфликты.

— *Ко мне сейчас пришло ощущение, что я хозяин своего внутреннего мира и могу мгновенно изменять своё состояние. Наблюдая за тем, что со мной происходит, я могу делать это без какой-либо внутренней зависимости. Хочу и меняю.*

— Да. Без каких-либо технологий, систем и тому подобное. Вы намереваетесь и этого достаточно. Ваше намерение, выраженное в слове, — закон. Но только вы не понимали, что творили, и поэтому боялись собственного слова. Лучше найти гуру, который расскажет, что надо делать, или умную книжку почитать.

— *Когда я сидела с закрытыми глазами, то поняла, что могу нарисовать любую картину, самую нереальную, очень много всего и еще, что сила в нас самих.*

— Да. Будьте художником собственной жизни. Творите не на холсте красками, а создавайте прямо в реальности. Так творит истинный творец.

— *Мы просто не доверяем себе. Придумали реальность и ждем, когда же она наступит.*

— Когда разрешение дадут. Но сначала вам надо встретиться с программами собственной личности и познать её. Не отождествляйтесь с этой программой. Но вы не можете отменить её до тех пор, пока не осознаете её полностью.

Что вам мешает открыться?

— Если мы пришли сюда за тем, чтобы понять что-то о себе и других людях, нам надо открыться или хотя бы начать разбираться с тем, что мешает это сделать. Иначе наше нахождение здесь не имеет никакого смысла. Что мешает вам открыться?

— *Вы писали свою книгу, исходя не из конкретного общения.*

— Из совершенно конкретного. Все книги написаны по результатам тренингов. Я не сажусь за стол и не начинаю выдумывать что-то, меня интересует общение, обмен мыслями, чувствами, энергиями. Общение — это взаимообмен.

— *Мы к вам со всей душой.*

— Для того чтобы почувствовать всей душой или не всей душой, надо как минимум иметь способность чувствовать. Это основная проблема человека. Я могу вам сказать, что редко встречается человек, который чувствует глубоко, у большинства людей эмоциональный центр заблокирован.

— *Зачем вы навешиваете чувство вины на всех здесь? Если все люди не умеют чувствовать, то они несчастны, а вы им за это — чувство вины.*

— Каждый видит и слышит то, что он хочет видеть и слышать. Сколько здесь людей, столько и видений того, что я говорю. Когда вы высказываете своё мнение, то оно относится к вам или ко мне? А о ком мы вообще можем говорить, кроме себя? Но мы забываем об этом и думаем, что говорим о другом, не хотим видеть, что всё это относится к нам. При этом боремся с теми, кто, как нам кажется, обвиняет нас, обманывает, пугает. Если у вас нет страха, то вас не испугать, если нет вины — не обвинить.

— *Но всё это есть у всех.*

— У многих. Можно ли избавиться от этого — один из самых важных вопросов. Страх выражается во множестве форм, которые потом выливаются в конфликты, агрессию, войны, болезни.

Наверное, это общий вопрос, который есть у всех: в чём причина страха и как от него избавиться. Потому что именно страх порождает всё негативное,

ужасное, тяжёлое в жизни людей. Конфликты, непонимание, одиночество — всё есть результат страха.

Нас здесь сегодня много, и я хочу, чтобы каждый ушёл отсюда с подарком. Для этого мы должны найти то, что является волнующим всех и важным для каждого.

— *Я думаю, что страх всех интересует.*

— Обратите внимание на формулировку: вы говорите, что страх интересует всех. Я могу сделать из этого вывод, что вас, например, интересуют фильмы ужасов. Как вы говорите, так и формируете для себя состояние, в котором находитесь. Мысль определяет ваше состояние.

— *Как же избавиться от мыслей?*

— Почему надо избавляться от мыслей? Если вам попался плохой стул, это не значит, что надо избавляться от всех стульев, достаточно заменить его хорошим. Может быть, надо научиться правильно мыслить?

Вы не можете сформулировать то, что хотите, не чувствуете этого, у вас внутри происходит что-то совершенно странное. Может быть, пришло время разобраться, что же там происходит. Но как вы можете это сделать, если не будете говорить, не будете искренни?

— *Наверное, страх мешает открыть рот.*

— Тогда хотя бы надо сказать, что вам страшно. Для того чтобы почувствовать, что есть любовь, полнота жизни, вам надо всего лишь убрать то, что мешает этому. Изначально у каждого есть всё. И на самом деле мне не о чем рассказывать вам, потому что вы всё знаете, но забыли по той причине, что есть личностные механизмы, которые не дают почувствовать, что вы находитесь и в любви, и в понимании так же, как и в страхе. Поэтому об этом рассказывать не надо. Единственное, что стоит делать, — убирать то, что мешает вам увидеть всё это.

— *Почему вы думаете, что всегда правы? Спросите мнение окружающих, может быть, они думают по-другому.*

— Если бы я спрашивал о чужом мнении, я бы здесь не сидел. Мне глубоко наплевать на мнение окружающих и, в частности, на ваше.

— *Я понимаю.*

— А что вы при этом чувствуете?

— *Я думаю, что пытаюсь вам объяснить что-то, а вам наплевать на это. Мне неприятно.*

— Вы чувствуете или думаете? А кроме мнения у вас что-нибудь еще есть? Я обидел ваше мнение. У вас есть что-то еще или вы исчерпываетесь мнением?

— *У меня есть чувства.*

— Какое чувство вы испытываете сейчас ко мне?

— *Я думаю: «Дай Бог мне терпения».*

— Вы думаете. А я чувствую и поэтому делаю именно то, что нужно делать.

— *А что вы чувствуете?*

— Любовь по отношению к вам.

— *Любовь по-разному выражается. У вас она проявляется очень странно. Вам меня не жалко.*

— А зачем мне вас жалеть? Я вообще не вижу здесь жалких людей. Здесь прекрасные, сильные люди, почему я должен унижать их жалостью? У меня нет жалости, но есть любовь.

— *Немного жалости надо иметь.*

— Зачем? Что она дала вам в жизни?

— *Ничего. Я работаю в больнице, и мне кажется, что должна проявлять ее к приходящим туда людям.*

— Когда вы жалеете человека, как он при этом себя чувствует? Что такое жалость? Это, когда вы думаете, что всё должно быть по-другому? Но оно есть вот так. То есть вы не удовлетворены тем, что есть. Вы будете жалеть человека, который доволен тем, что есть?

— *Я говорю о том, когда у человека что-то болит.*

— Хорошо. Вы не удовлетворены тем, что у него что-то болит. А вы знаете, почему? Потому что ему не нравится то, что есть. И как результат — возникновение болезни. Болезнь — это следствие неприятия жизни, самого себя, других людей такими, какие они есть. А жалость — это квинтэссенция неприятия. Вот и посмотрите, что такое жалость.

— *Когда хорошо жалеют, хочется еще болеть.*

— Да. И так вас доведут до могилы. Что дает жалость? Увеличивает ли она силы человека, делает ли его устойчивее? Посмотрите, как вы держитесь за нее, за боль, за страдание. На самом деле отодрать это от себя очень сложно.

Все приходят и говорят, что хотят любви, счастья, понимания, а потом, когда доходит до дела, держаться за свой страх мертвой хваткой. Я не философ, я —

практик, и поэтому делаю то, что надо для того, чтобы вы увидели то, в чём сейчас находитесь.

Я не даю определений, мне это не нужно, я работаю. Если я хирург и вижу, что передо мной человек, который вот-вот умрет, я ничего не буду говорить, а сделаю ему операцию. Если вы теоретик, то будете рассказывать больному на смертном одре о его болезни. Так кем должен быть хирург: теоретиком или практиком?

— *Практиком, и мне он нужен.*

— Тогда что не так? Вы и пришли к нему, потому что я занимаюсь духовной хирургией.

— *Ваша хирургия калечит.*

— Если это так, то, что вы здесь сидите? У вас было время для того, чтобы разглядеть, что я из себя представляю. Я даю сейчас возможность всякому, кто хочет уйти в связи с тем, что его не устраивают мои методы, я сам или ещё что-то. Сделайте это, чтобы не терять время.

Самая большая авантюра

— Пожалуйста, кто готов поделиться своими чувствами по поводу происходящего.

— *Я радуюсь.*

— *У меня было недовольство и страх, что произойдет что-то нехорошее, потому что люди не довольны.*

— Вы ожидали хорошей встречи, и если кто-то уходит, то встреча плохая. Чтобы играть в футбол в команде должно быть двенадцать человек, а не тридцать. Если на поле выскочит тридцать вместо двенадцати, это не футбол. Для того чтобы произошла нужная работа, должны быть те, кто должен быть, — команда.

— *Я часто говорила людям гадости и не испытывала при этом чувства вины. Я смотрю на вас, и мне нравится, как это у вас получается.*

— Прошу отметить разницу между жестокостью и безжалостностью. Человек, который жалеет других тире себя, переходит в другую крайность, в жестокость. Если вы понаблюдаете, то увидите, как жалостливые люди проявляют себя очень жестокими. Жалость переходит в жестокость. Я говорю о

безжалостности в смысле не жестокости, а в смысле отсутствия жалости. Это очень существенно.

— *Мне хорошо оттого, что упало напряжение в связи с уходом некоторых людей.*

— Напряжение не есть что-то плохое. Плохо и хорошо — это оценки ума. Если вам надо сделать прыжок, а вы находитесь в вялом состоянии, то не сможете даже разбежаться, не то, что прыгнуть. У спортсмена, актера и у всякого, кто выполняет что-то важное, всегда есть напряжение.

— *Наверное, это было не напряжение, а страх.*

— Страх тоже можно трансформировать.

— *Я испытываю чувство удовлетворения от ваших диалогов с нами и думаю, что здесь собрались азартные люди.*

— Самоисследование очень азартная игра, и нет ничего авантюристичнее самоисследования. Если вы хотите провернуть самую большую авантюру в этой реальности, то выбирайте самоисследование.

Иначе вы никогда ничего не узнаете. Вы можете нахвататься чужих мыслей и представлений, но это не будет иметь отношения к самоисследованию. Оно осуществляется только через самого себя. Я могу создать такую возможность, но проводить его можете только вы сами. Для этого надо хотеть и делать это, в ином случае ничего не получится.

— *Я испытала дискомфорт и хочу освободиться от него, проговорив то, что у меня сейчас есть. Вначале, когда я только пришла, почувствовала острое неприятие ко всем людям, которые, как я считала, не принадлежат к нашей группе. Мне было страшно и хотелось уменьшиться до размеров улитки или, что еще лучше, атома, чтобы стать незаметной. Меня просто сковало страхом. Такое ощущение, что с годами растет и мой страх, а я при этом хочу становиться всё меньше и меньше. Мне бы очень хотелось научиться испытывать любовь ко всем людям и раскрутить улитку, которая мешает это сделать. Из-за этого я не развиваюсь, нахожусь в закрытом состоянии и понимаю, что занимаюсь самоуничтожением. А неприятие людей возникает из-за страха быть непонятой. Я хотела бы трансформировать это чувство и попросить у всех прощения.*

— За что вы хотите просить прощение?

— *За то, что посылала такие импульсы, и чувствую, что эта энергия каким-то образом воздействует на людей.*

— Кто просит прощения? Тот, кто чувствует себя виноватым. В этом мире всё происходит правильно. Если кто-то хочет обидеть, он найдет того, кто хочет обидеться. Если один хочет изнасиловать другого, то выйдет на свою жертву. Люди находят друг друга не случайно, здесь ничего не происходит случайно. Поэтому каждый, кто получил что-то, хотел этого. Если кто-то обиделся или оказался в роли жертвы, значит, он искал насильника.

— *Но я не хочу выступать в роли агрессора.*

— Хотите или не хотите — вы выступили. Теперь вы можете просто увидеть то, что делали, как роль. Разотождествившись с ней, вы увидите её со стороны. Почему у вас возникла вина? Если вы понимаете, что каждый ищет и находит то, что хочет, то при чем тут вина? Вы вместе хотели этого.

— *Я не хотела себе этого состояния.*

— Вы не хотели видеть своего состояния, но хотели сделать это и сделали. Примите ответственность за то, что делаете. Иначе вы будете испытывать вину бесконечно. Здесь было несколько людей, которые хотели обидеться, и я разыграл для них роль обидчика, при этом, осознавая то, что делал.

— *Но как это?*

— «Как» это вопрос ума. Я же сейчас говорю о ваших чувствах. Ни я, ни кто-либо другой не сможет вам ничего объяснить по поводу чувств, если вы сами не чувствуете. Вы можете ответить на вопрос: «Как ты меня любишь?» Вы любите и всё.

Если ваш эмоциональный центр отключен, вы никогда этого не поймёте. Существует много всяких книг о том, как заниматься любовью, но там нет главного — любви. Есть техники вместо любви. Ничего другого, кроме техник, люди не знают и интересуются только ими. Ваш вопрос аналогичен этому.

— *Если бы я это чувствовала, то смогла объяснить.*

— Основная проблема заключается не в том, что вы не знаете ответ на вопрос «как», а в другом — в разрешении чувствовать. Ваш ум запретил сердцу чувствовать, и поэтому он задает одни и те же вопросы: «Как, каким образом, сколько и так далее».

Трудно понять то, от непонимания чего зависит ваша зарплата

— *В жизни есть ситуации, при которых чувства могут помешать, например, карьере, работе.*

— Да. Очень трудно понять то, от непонимания чего зависит ваша зарплата. Так выбирайте, что вам важно.

— *Зарплата, конечно.*

— Тогда вам здесь будет плохо.

— *Здесь — одно, а там — другое.*

— Нет. Это и есть то невозможное, что пытаются делать люди: сидеть на двух стульях, которые разъезжаются. Поэтому лучше сразу сказать: «Да, для меня важно вот это, и я готов платить страхом, болью, ревностью, получая взамен деньги — суррогат уважения и так далее».

Пожалуйста, я здесь никому ничего не навязываю. Но могу точно сказать, что будет. Если вы хотите совместить все эти вещи, то у вас ничего не получится, вы только создадите себе очень сильный внутренний конфликт.

— *Приятное с полезным всегда можно совместить.*

— То, что здесь, не из этой серии.

— *Я говорю о том, что существуют, скажем, начальники, которые могут неадекватно отнестись к моим чувствам.*

— У вас такие начальники, потому что вы сейчас такой. Каждый имеет то, что хочет.

— *Начальников я назначаю?*

— Вы притягиваетесь сами к своим начальникам, а они — к вам. И если вы считаете, что чувствовать нельзя, то над вами будет тот, кто запретит вам это. А вы на него будете ссылаться и говорить, что он ваш начальник, платит вам деньги, вы от него зависите и поэтому не должны чувствовать. Вы найдете оправдание.

Люди очень хорошо научились находить оправдания. Я вам буду показывать, как вы это делаете. Если вы действительно хотите разрешить себе чувствовать, то все жизненные ситуации будут меняться вместе с вашим окружением.

— *Материальные блага тоже имеют свой вес в этом мире.*

— Духовное и материальное есть две стороны одной медали. Вы сейчас пытаетесь навязать мне свою точку зрения: будто бы я считаю, что духовное более важно, чем материальное. Это две стороны одного и того же. Но только вы выбираете одну сторону — материальную и застреваете в ней. Вы можете сейчас возражать, сопротивляться, а, возможно, не захотите к этому прикасаться, и я не буду с вами спорить.

— *Просто у меня есть своя точка зрения, и я её высказываю.*

— И как вам живётся с вашей точкой зрения?

— *Хорошо.*

— Что вы тогда здесь делаете?

— *Мне, например, хочется познать себя через вас.*

— А если я скажу, что для того, чтобы познать себя, вам придется соприкоснуться с тем, что вам не нравится?

— *Да, пожалуйста.*

— Что, так легко? Но только что вы очень сильно сопротивлялись этому. Что вы больше всего боитесь потерять?

— *Работу.*

— Вы готовы потерять работу для того, чтобы понять себя?

— *Не готов.*

— Значит, вы не готовы познать себя.

— *Может быть.*

— Посмотрите, как легко вы отказываетесь. Чего вы так боитесь? Что вам дает работа? Если вы любите работать, я вас обеспечу работой до конца жизни. Или вам нужна зарплата? Выражайтесь точнее.

— *Для меня работа и зарплата — одно и то же.*

— Но это разные вещи. Смотрите, какая путаница у вас в голове. Вы говорите, что хотите работать, но на самом деле вам нужны деньги. Пойдем дальше. Зачем вам деньги?

— *Обеспечить себя и семью. Всех накормить, одеть, купить хороший телевизор, да мало ли еще что.*

— Значит, вам не деньги нужны, а еда, одежда, телевизор?

— *Мне нужна большая хорошая машина, например, джип.*

— А зачем?

— *Для престижа.*

— Ага. Вам нужен престиж. Вот и смотрите, начали с работы, а оказалось, что нужен престиж. Если пойдем дальше, то выясним, зачем вам нужен телевизор.

— *Это мое эго, которому хочется чего-то.*

— Я не против вашего эго, я просто разбираюсь с тем, что есть. И те, кому это интересно, начинают тоже в этом разбираться. Это и есть самопознание. Мы можем продолжить, если хотите, и дойти до еще более интересных вещей.

— *Ему не хватает спокойствия и уверенности.*

— Откуда им взяться, если ему очень нужна работа, но нет уверенности, что она у него будет. Потому что он зависит от начальника, а тот, в свою очередь, от другого начальника, который зависит от экономического положения в стране, страна — еще от чего-то зависит и так далее. Вы никогда не будете спокойны. Правильно?

— *Да.*

— Тогда не надо строить иллюзию по этому поводу. Значит, вы платите за это своим беспокойством, и оно будет вечным. Вы понимаете, что не сможете избавиться от него, если не расстанетесь с чем-то, чего так боитесь потерять? За всё надо платить. Это плата за то, чтобы иметь то, что вы сейчас хотите иметь, и вы будете платить именно этим.

Глава 3. Изменяясь сами, вы меняете сознание человечества

Досин однажды попросил своего учителя — третьего Патриарха дзен-буддизма Сосана:

— Пожалуйста, покажи мне путь освобождения.

— Кто же и когда тебя поработил?

— Никто.

— Если это так, — сказал учитель, — то зачем же тебе искать освобождения?

Страх — дорога к любви

— Смотрите, как вы держитесь за работу, а на самом деле за деньги, престиж, а дальше ещё за что-то. Но за это вы платите большую цену. Если увидите то позитивное и негативное, что связано с работой, то чаши весов уравновесятся, и вы сможете легко отойти от старого. Но вы не можете поступить так до тех пор, пока боитесь или чего-то очень хотите в связи с этим. Это и есть те цепи, которые вас держат.

Человек привязан к очень многим вещам. Он распят. Откуда у него может быть хорошее настроение, понимание? Его нет и быть не может в таком состоянии. Но он не хочет видеть свои цепи и создаёт массу иллюзий для своего невидения. Зачем пришел человек на семинар? Обидеться. Он обиделся и ушел, получив то, что хотел.

Очень интересно то, кто с чем пришёл. Ведь у каждого что-то своё. Как далеко вы готовы идти в самопознании? В каком зеркале увидеть себя? А, увидев, испугаться и убежать или принять то, что есть? В последнем зеркале вы увидите всего себя полностью как на рентгене. Если пройдете его, то выйдете в четвертое измерение целостным и просветленным. Но до него будет множество других зеркал.

Кому-то показали одно маленькое зеркало, он возмутился и сбежал. С какими зеркалами вы готовы встретиться? Я создаю возможности ускоренного прохождения любых зеркал, но это имеет смысл для того, кто действительно хочет

узнать себя. Моя задача — показать вам ваше зеркало, ваша задача — видеть то, что есть, и проходить. Здесь никто ничего не гарантирует, всё зависит от вас.

Прохождение зависит от силы вашего запроса, от страсти, которая рождается в понимании, что жить так дальше нельзя. Если вам комфортно, всё у вас хорошо, и вы пришли за новой информацией, это не запрос, а чепуха. Если есть напряжение, сложности, тяжелые состояния, и при этом вы не впадаете в депрессию, не хотите покончить с собой, а, наоборот, пройти через всё и разобратся, то это запрос.

Мне это интересно, я сам такой. С такими людьми я буду работать столько, сколько надо, потому что дальше мы пойдем вместе. Это как в связке альпинистов: если один падает, остальные вытаскивают его. С кем попало на такое не пойдешь. Мои занятия это не разовые лекции, которые можно прочитать и уехать. Есть люди, которые очень заинтересованы в них, и мы вместе работаем длительное время в разных городах. Результаты могут быть очень мощные в зависимости от того, с каким намерением и в какой команде мы делаем эту работу.

— *Страх как и любовь тоже чувство, которое испытывает человек. Почему же ему сложнее почувствовать любовь, что-то мешает этому?*

— Для того чтобы почувствовать любовь, вам надо пройти через все зоны страха, не избегая встреч с ним. Обычная реакция человека на страх — нежелание видеть, сбежать. Так ничего не получится. Надо войти в него.

Если у вас есть ревность, войдите в нее, проживите её полностью, и вы увидите, как она трансформируется. Когда вы проживаете некое чувство, исчерпываете его, оно трансформируется. Чувство — это энергия, которая не исчезает, а трансформируется и становится совершенно другой.

Надо увидеть в себе то, что есть. Если в вас много страхов, то вы говорите: «Да. Я вижу то, что есть, и в этом моя сила. Я готов встретиться с ними, прожить и трансформировать их». И проходя через них, вы становитесь всё сильнее и сильнее. Встречаясь со своими страхами, вы забираете их силу. Но рассуждать об этом теоретически бесполезно, это надо прожить.

— *Но ведь это тяжело.*

— А кто вам сказал, что будет легко? Олимпийскую медаль тяжело получить?

— *Да.*

— Так вот, наша работа во много раз сложнее. Всё будет происходить по мере вашей готовности. Вы сами себе поставите задачу, которую будете решать. Если вы ее поставите, то обязательно решите. Это точно. Потом будет следующая,

которая тоже будет решена. Если есть задача, значит, вам по силам справиться с её решением. Я не говорю, что будет легко, но точно знаю: вы это сделаете.

Определите свой первый шаг. Самое длинное путешествие начинается с первого шага. Он должен быть конкретным. Какова ставка? Она больше, чем выживание. Но если человек находится в состоянии, когда ничего не хотел и не хочет, то он не готов и не пройдет. Для этого пути надо уже кое-что иметь, либо вообще не вставать на него.

Надо почувствовать расстановку сил внутри самого себя, насколько мощна группировка частей, действительно желающих любви, осознания и новой жизни. Может быть она совсем хилая. Скажите, пожалуйста, какая расстановка сил внутри вас, какой процент частей, которые действительно хотят изменения?

— *Пятьдесят на пятьдесят.*

— *У меня меньше.*

— Вы сделаете очень полезную работу, если сейчас осознаете части, которые сопротивляются. Если удастся увидеть их и услышать аргументы, которые они приводят, то вы значительно увеличите баланс в сторону сил, желающих изменения.

— *Я очень доверчивый человек, и мне кажется, что я полностью «за».*

— К чему приводит чрезмерная доверчивость?

— *К конфликтности.*

— К чрезмерной недоверчивости. Как проявляется ваша недоверчивая часть?

— *Я избегаю ситуаций, когда уверена, что мной будут манипулировать. Вообще ограничиваю возможности своего общения.*

— Вот и смотрите. На поверхностный взгляд вы доверчивы и у вас всё в порядке. Начинаем разбираться, и получается, что вы столь же недоверчивы, как и доверчивы.

Если вы находились в осознанном состоянии всю встречу, то обязательно должны были отследить те сопротивляющиеся мысли и чувства, которые возникали, скажем, по отношению ко мне. Вы можете их проговорить? Это какие-то аргументы, которые выдает ваш ум. Если вы этого не видите, то ничего не сможете сделать. Это и есть самопознание.

Как вы можете управлять внутренним миром, если не знаете того, каков он, кто и что там находится? Внутренний мир — очень большая и сложная организация. Вы можете быть президентом организации, не зная своих

подчиненных? Если президент захочет провести реорганизацию, то ему надо ознакомиться с мнениями работающих на него людей. В противном случае он натолкнется на сопротивление, которое может развалить всё.

— *Боюсь, что вы дадите какое-нибудь упражнение лично мне, и я буду должен его сделать.*

— Сейчас вы демонстрируете вашу часть, которая хочет быть в стороне. Она боится сделать что-то сама. Вот и смотрите на результаты вашего познания себя. Из книг его не получишь, его можно получить только из самого себя. То, что вы сейчас проговариваете, и есть те самые золотые зерна знания о себе, а не абстрактно о человеке.

— *А у меня нетерпение, хочется скорее что-нибудь сделать, чтобы увидеть себя в самых разных проявлениях.*

— Мы говорим о сопротивляющихся частях.

— *Я заиклен и, наблюдая за вами, всё время думал, чувствуете ли вы то, о чём говорите, живёте ли этим.*

Я — ваш экран. Проецируйте на него

— Скажите прямо, что у вас возникла мысль по поводу моего бесчувствия и непонимания того, что я говорю. Говорите всегда прямо. Я очень хорошо вижу все механизмы и понимаю, что служу экраном, на который будет спроецировано всё, что у вас есть, и особенно то, что вы не осознаёте. Я пытаюсь сейчас вывести это на экран вашего сознания.

Вам легче будет говорить обо мне, поскольку испытываете вы это по отношению ко мне, забыв о том, что оно ваше. Осознавать непосредственно возникающие у вас мысли и чувства — это высокий класс, в этом состоянии уже ничего не надо проговаривать. Появилась мысль, и вы её сразу осознаёте. Но к этому надо ещё придти и сделать это можно через проговаривание и проецирование на кого-то, в данном случае на меня. При этом я буду возвращать вам ваши же мысли и чувства. Вы их высказываете по отношению ко мне, а я напоминаю, что это ваше. Когда происходит понимание этого — совершается трансформация.

Это принцип зеркал, при помощи которого можно развивать в себе осознание. Если вы будете интересоваться только мной, то никаких полезных

выводов для себя не сделаете. Дело не во мне, а в вас. Я здесь не для того, чтобы показать, какой я умный и просветлённый, а чтобы помочь вам узнать самого себя. Используйте ситуацию для этого, говорите мне всё, что угодно, высказывайте недовольства в мой адрес, которые у вас возникали, все чувства, которые испытывали. Таким образом, вы получите прибыль осознания.

— *Меня раздражает ваш истеричный смех.*

— Значит, я истеричный человек?

— *Нет, я.*

— Продолжайте развивать дальше мой образ.

— *Я увидела, что вы это делаете нарочно, в воспитательных целях.*

— Опишите, что вам не понравилось.

— *Вы безжалостный. Сидите и думаете, что можете сделать с нами всё, что захотите, а мы для вас — подопытные кролики.*

— Вам трудно продолжить говорить, потому что идет блокировка. Откуда она? Если всё время оглядываться на мнения других людей и думать о том, что хорошо, а что плохо, то никакого самоисследования не будет.

Я могу быть любым, способным на всё, что угодно, смотря по обстановке. У меня нет никаких техник и методик, я чувствую, что надо делать в следующий момент. В каждом из нас есть всё, но иногда мы не видим чего-то в себе, и оно нами управляет. Если я знаю, что могу закатить истерику, это одна ситуация. А если я этого не знаю, то буду закатывать их бесконечно, делать удивленные глаза на замечания окружающих по поводу моей истерики, потому что не вижу этого, но именно это и делаю. И это уже совсем другая ситуация.

Если вы чего-то боитесь, оно уходит от вас?

— *Да, если знаю, чего боюсь.*

— Хорошо. Чего вы боитесь?

— *Наверное, потерять близких.*

— Что происходит в результате вашего страха?

— *Получается, сам себя поедает этими мыслями.*

— Вы всё время теряете то, что боитесь потерять. Как только подумали, что страшно потерять близкого человека, вы его потеряли. Эта реальность создаётся мыслями. Появилась мысль, следом — реализация. Как только вы испугались потери, вы ее создали.

— *В мыслях?*

— И в мыслях, и в реальности.

— *В будущем?*

— В настоящем. Как только подумали, сразу потеряли. Почему трус умирает тысячу раз? Потому что как только он подумал, что боится умереть, он умер. А так как он боится всё время, то и умирает постоянно. Это очень важный момент. Именно так создается жизнь, судьба, так построена эта реальность.

— *Если человек понимает, что всё именно так, он борется с этим и ничего не может сделать.*

— Чем больше вы будете бороться с чем-то, тем больше будете укреплять это. Каждый здесь пытался бороться со своими страхами. И что? Мы бы с вами не говорили сейчас об этом, если бы это работало. Оно не работает, более того, работает в обратную сторону.

Чем больше вы начинаете бороться с чем-то, так сказать, негативным, тем больше укрепляете его. Если понятно то, что я говорю, то понятно многое. Но чтобы это понять, надо к этому подойти.

Какая разница между лекцией и практикой? Я могу очень много рассказать о том, как, например, создаются вселенные. Только что толку? Важным является то, что чувствуешь сам, что прожил. Если я что-то говорю, то я это прожил, для меня это так, потому что прожито. Если вы не проживали этого, то для вас это умозрительная информация, которая завтра же будет забыта.

Для того чтобы прожить что-то, надо разрешить себе это прожить. А для того чтобы разрешить себе то, чего вы не хотите, надо иметь очень сильное устремление это делать и понимать, зачем вы это делаете.

— *У меня была боязнь сделать что-то, что вы попросите. Незвестное пугает.*

— У вас боязнь действия. Не просто неизвестного, а именно действия, когда указывают пальцем. Нужен прыжок. Сейчас ваша очередь прыгать. Теоретически все готовы прыгнуть, но бояться, что придет их очередь сделать это. Боязнь действия.

— *Меня раздражает, что вы муssiруете страх перед неизвестным, как бы увеличивая его.*

— Вы боитесь неизвестного? Как можно бояться того, чего не знаешь? Ум подбрасывает вам формулировку «боюсь неизвестного», но вам нечего бояться, потому что вы не знаете его. Страх возникает у механических частей, которые должны измениться и не хотят этого.

Источник страха — сопротивление механических частей, которые не хотят меняться. Как хитро придумано: человек говорит, что ему страшно, и не хочет даже сделать попытку разобраться. Я сейчас пытаюсь выйти на эти ваши части.

— *Я увидел в себе страх подойти к человеку, когда было задание найти пару. Для меня это непривычно. В итоге я сижу.*

— Да. Привычно сидеть. Ваш страх является выражением сопротивления части, привыкшей сидеть. Смотрите, как просто. Чего здесь бояться? Она создает иллюзию, что будет очень страшно, если вы подойдете к кому-нибудь. Как чувствует сейчас себя часть, которую мы рассекретили?

— *Не знаю. Надо подумать.*

— Нет. Это надо осознать. Как только вы осознали что-то, например, свое чувство, вы видите, как оно трансформируется. Когда вы его не осознаёте, оно фиксируется и стоит как комок в горле. Неизменность — это иллюзия, которая рассыпается, когда вы начинаете осознавать, то есть видеть, что происходит внутри. Кто-нибудь отследил, как менялось его чувство по отношению ко мне или к ситуации?

— *У меня есть интерес к тому, что вы делаете. И когда кое-кто стал уходить, я отнеслась равнодушно к их уходу.*

— А что привычно испытывать в такой ситуации?

— *Удерживать, выяснять, что происходит.*

— Я спросил о чувствах.

— *Сожаление? Осуждение своего равнодушия.*

— Осуждение — это ментальная конструкция или чувство?

— *Чувства не было, только мысли.*

— Какие чувства ты испытывал, когда некоторые люди покидали аудиторию?

— *Разочарование.*

— *Негодование.*

— *Жалость.*

— *Недовольство.*

— *Было и недовольство, и сожаление, неудовлетворение оттого, что они не выдержали испытания.*

— Смотрите, все чувства, которые вы перечислили, негативные. Можно испытывать какие-то другие чувства?

— Я испытывал удовлетворение оттого, что компания стала теснее и ближе друг другу.

— Можно испытывать огромное количество чувств в одной и той же ситуации. Но вы склонны испытывать негатив.

— Привычка.

— Да. Посмотрите, как вы сужаете переживание своей жизни. Это и есть механистичное существование. Оно делает жизнь очень усечённой, лишает её полноты. Это просто срез, плоскость.

Какая разница между трёхмерным объектом и его двухмерной проекцией. Большинство людей предпочитают жить в двухмерной проекции. Они выбрали что-то и говорят, что эта жизнь — правда, а всё остальное — нет.

Выбрали один срез и говорят: «Это я». Но это не они, это проекция, одна из множества возможных. Мы живем, даже не задумываясь, что может быть по-другому. Но для того чтобы узнать другое, надо отпустить старое, маленькое, плоское. А оно сопротивляется.

Как же его отпустить? Только делая что-то необычное и отмечая реакции сопротивления, которые у вас возникают. Когда вы их увидите, ничто уже не будет вам мешать сверкать всеми своими гранями. Это великолепнейший изумруд. Чтобы такое произошло, надо увидеть своё сопротивление, оно уйдет, и вы будете иметь всё.

— Если вы о чем-то просто говорите, то всё нормально, но когда просите заглянуть внутрь себя, то сразу идёт сопротивление. Ум отказывается соображать и вычленять что-то.

— Он блокирует обращение внимания на самого себя. Смотрите, как мощны старые привычки. Они могут отключить зрение, слух, чувства, телесные ощущения. Хронические болезни — тот же самый механизм. Это отключение. Старые привычки полностью овладели вашим внутренним миром, не подпускают к себе, не хотят даже, чтобы вы их увидели.

Что во мне вас раздражает?

— Что во мне вас раздражает?

— Ничего.

— Тогда что нравится?

— *Ваша открытость, раскрепощенность, эрудиция.*

— Как вы думаете, что ему во мне не нравится, раздражает?

— *То же, что он перечислил как положительное.*

— **Нам нравится в людях то же, что и не нравится. Мы любим людей за то, за что и ненавидим. Меня интересует основной вопрос: как устроена эта реальность. Самоисследование даёт знание законов устройства этой реальности. Я совершенно четко могу предсказать любую реакцию, потому что знаю, что и как работает.**

— *Мне нравится ваша уверенность, и то, что вы не обижаетесь, что у вас есть свой путь, по которому идёте.*

— Вам понравилась моя уверенность, но это необычная уверенность, основанная на отстаивании своей точки зрения. У меня нет фиксированной точки зрения. Тогда вам не понятно, откуда у меня такая уверенность. Для вас уверенный в себе человек — это сильный человек, и вы хотите найти источник этой силы. Сила — это энергия? Да. А чувство? Тоже. А уверенность — это мысль или чувство?

— *Наверное, чувство.*

— Значит, источник силы в чувстве, а не в точке зрения, которая является ментальной конструкцией. Так где же источник силы?

— *В чувствах. Это какой-то определённый настрой на то, что я сильная, уверенная?*

— Вы пытаетесь проникнуть к источнику, применяя неправильный ключ. Настрои, аффирмации — тоже ментальные конструкции. Оказывается, что сила в уверенности, а уверенность — это чувство. Что делать с чувствами?

— *Быть открытым, не подавлять их.*

— Так вот где секрет — в чувствах. А мы эту сферу вообще не знаем. С мыслями еще более или менее что-то ясно, а вот с чувствами совсем непонятно. У человека есть, по крайней мере, три сферы: ментальная, эмоциональная и физическая. Кому-то нравятся здоровые мужики, кому-то — чувствующие, кому-то — умные. И то, и другое, и третье — сила, но разная. Какая нравится вам?

— *Все три.*

— Но встретить такое в одном человеке — большая редкость, потому что человек разделен. Главным результатом нашего самоисследования является

соединение в себе трех тел: ментального, эмоционального и физического. Это не просто, но если будет сделано, то вы соединитесь со своим духовным телом.

Человек предпочитает делать то, что привык. Если он привык думать, то накачивает всё время ментальное тело, оставляя другие хилыми. Или он привык жить чувствами, тогда тренирует только эмоциональное тело. А надо то, и другое, и третье. Можете сказать о себе, на чем вы делаете акцент и на что не смотрите?

— *У меня больше ментального.*

— *А у меня скорее развито эмоциональное.*

— А что скажут женщины?

— *Эмоциональное.*

— Вы забыли о физическом теле, у которого свои потребности. Вы разрешаете ему их удовлетворять?

Осуждение — действие обусловленного ума

— Мы с вами выявляем старые представления, которые определяют осточертевшую нам жизнь. Их надо вскрывать, применяя драматизацию, и тогда они себя обозначат. Если вы будете просто сидеть, то уйдете такими, какие пришли. Поэтому нужны ситуации, в которых начнут проявляться ваши личностные программы, и вы их сможете увидеть.

Необходима искренность и действие, если вы хотите что-то получить. Мы все весьма похожи в этих старых программах, поэтому, наблюдая за чьими-то проявлениями, вы сможете понять свои.

От чего мы все бежим, чего боимся? Того, чего на самом деле больше всего хотим. И сколько всяких страшных объяснений на тему: почему этого нельзя делать. Этот стереотип создаёт нашу жизнь и не является чем-то эпизодическим, а происходит всё время, из него складывается вся жизнь. Поэтому мы бежим от того, чего больше всего хотим.

— *А вдруг нас не так поймут?*

— Вас кто-нибудь осудит, если вы сейчас обнимите какого-нибудь мужчину?

— *Здесь никто.*

— Вас осудят обусловленные умы присутствующих здесь людей, потому что этот механизм может только судить и больше ничего. Вам скажут, что в обществе так не принято. Кто хочет сказать, каким образом осуждается подобное поведение?

— *Я осуждаю за то, за что боюсь осуждения себя.*

— Не люди судят его, а сам человек осуждает себя. Люди ничего не видят, кроме самих себя, а так как они находятся в аду, то ничего, кроме собственного ада, не замечают. Это очень интересная ситуация.

Вы думаете, что всем до вас большое дело, но это не так, потому что у каждого куча своих проблем, и если он увидел какие-то проблемы у вас, то это его собственные проблемы, а не ваши. Поэтому он говорит не о вас, а о себе.

— *Это тюрьма, потому что всё внутри тебя и заставляет испытывать эти эмоции.*

— Это очень интересная тюрьма, где всё находится внутри и никем не охраняется. Как только вы подумали о том, что можно получить удовольствие, радость, любовь, моментально возникают те, кто говорят: «Ты что, проститутка?» и так далее. У кого чего. И всё, вы опять в аду, в помойной яме. Всё в порядке, все сидят в помойных ямах. Но, если кто-то захочет выйти, то остальные будут кричать: «Не гони волну!»

Как у вас формулируется запрет на близкие отношения? Вы можете, например, подойти к кому-нибудь, обнять его и сказать: «Я тебя люблю».

— *Запрет формулируется в виде страха, как воспримут мои действия.*

— *Вы создаёте искусственную ситуацию.*

— Посмотрите, это защита. Надо просто сделать. Вы не можете исследовать что-то, если запрещаете себе это делать. Вы будете сидеть и вариться в привычном соку. У вас возникает страх перед близкими отношениями из-за путаницы с сексом. Это же просто механизм, и если не разобраться, то можно застрять в нём. Близкие отношения — это удовольствие, которое может привести к раскаянию и отягощающим обязательствам.

— *У меня запрет на это выражается в боязни чувства ответственности.*

— **Вы подошли и обняли другого человека. Какая тут ответственность? Почему обязательно при этом испытывать сексуальное чувство? Можно испытывать, а можно и нет. Изначально импульс идет из сердца, а включать сексуальный центр или нет — решайте сами.**

— *Я обняла одного, другого, третьего, и возникло чувство насыщения, поняла, что уже хватит.*

— Человек живет в городе, среди выхлопных газов. Потом приезжает в лес, хватается глоток чистого воздуха и говорит: «Всё, хватит, надо ехать обратно».

— *Я была не уверена, что меня не оттолкнут, и поэтому боялась подходить.*

— Избавиться от чего-то можно, только увидев это. А увидеть можно, только действуя, делая то, что вы запрещаете себе.

Для того чтобы начать жить, надо умереть. Большинство людей не живут и не умирают. Для того чтобы возродиться, надо умереть. А вы никак не можете разрешить себе этого. Умрите и возродитесь.

В сказках перед тем, как оживить, поливают мёртвой водой. Вы никогда не задумывались, почему? Мёртвая вода нужна для умерщвления. Поливают сначала ею, а потом — живой для возрождения. Если вы не даёте себе возможности умереть всем этим механизмам, которые блокируют вашу способность жить, то не будете ни жить, ни умирать. Это самое поганое состояние, но человек может привыкнуть к чему угодно.

Что для одного — ужас, для другого — норма. Он вам скажет, что всю жизнь с этим живет и ничего. Насквозь больной, но привык к этому и для него это — нормально. Если вы не поймете, что значит умереть, то не будете знать и того, что значит жить.

Боль — это следствие вашего сопротивления изменениям

— Посмотрите, как реагирует личностный механизм на то, что его высвечивают. Я показал механизм, создающий ад внутри человека. И что же? Видите, как человек начинает защищать свой собственный ад. Он не бежит к дверям тюрьмы, чтобы выйти из неё, а еще крепче закрывает засовы. Так работает механизм, и это касается всех.

Ум большинства людей напичкан подобными механизмами, и вся их судьба и жизнь состоит из таких вот двойственных игр. Когда вам рвут зуб, то бывает больно, но потом становится хорошо, хотя до этого всё время было больно. Так вы хотите продолжать испытывать боль или избавиться от нее? Если всё время бежать и прятаться, то будет больно так же, как и всегда. Пройдите через эту боль, осознайте её и выходите.

Нас всегда учили избегать боли и негативных мыслей. Если мы будем поступать так и дальше, то не будет понимания, потому что боль несет очень важную информацию. Она возникает по той причине, что мы не используем заложенную в ней информацию. Надо войти в неё.

Любая боль, будь то физическая, эмоциональная или ментальная, — это всегда результат сопротивления изменениям. Жизнь заключается в постоянных изменениях, но эго не хочет изменений и создаёт иллюзию постоянства. Эго — это иллюзия того, что вы постоянны, что всё кругом неизменно. Но сама жизнь не такая, она изменчивая.

Боль и страдания, накопленные нами, возникают как результат нашего сопротивления изменениям, то есть жизни. Глушить её без толку, с ней надо соприкоснуться, войти в неё, встретиться с негативными, ужасными мыслями и чувствами, и они раскроют себя. Но если вы этому сопротивляетесь, то опять получаете боль.

Всякое сопротивление ведёт к боли. Можно говорить до бесконечности с человеком, и он ничего не поймёт, пока сам не захочет избавиться от своей боли. Я хорошо знаю, что в каждом из нас очень много боли, и, работая вместе с вами, я воспринимаю вашу победу как свою.

Как видите не просто даже признаться в том, что есть болевой опыт. Но это только первый шаг. Следующий шаг — начать его осознавать. Если вам трудно принять в женщине мать, то у вас проблемы с материнством. То же самое с принятием в мужчине отца. Боль и ненависть к кому-нибудь из них связана с непониманием. Первое, что надо сделать, принять её как факт для того, чтобы начать разбираться с тем, что в этом заключено.

Если не приняты жена или муж, значит, есть проблемы с этими ролями, связанными с ответственностью за детей и прочими вещами, которые возникают в семье. Любовник, любовница — это сексуальные проблемы. Дочь, сын — это забота о детях, мудрость, воспитание и так далее. Брат, сестра — это отношения равного с равным.

Брат с братом — отношения мужчины с мужчиной. Брат с сестрой — отношения между мужчиной и женщиной. Сестра с сестрой — это отношения между женщинами. Вот и смотрите, что у вас. Это не абстракция, а жизнь каждого.

Если вы скажите, что у вас всё в порядке, то ничего не получится. Признавшись себе в существовании своей боли, вы будете что-то делать. Начните хотя бы говорить об этом. Самые сложные вещи кроются в родственных отношениях. Мы приходим сюда за опытом, который связан с ними. Пока не изучим все роли, не сможем выйти отсюда.

Можно заниматься абстрактным духовным развитием, читать философов, но ничего не изменится, потому что ваш урок в вашей жизни, а жизнь — это отношения с близкими людьми. Они наши самые большие учителя, в отношениях с ними заключены самые главные уроки.

— *Я понял, что очень трудно отпустить то, что держит.*

— Отпустить сложно невыученный урок. Вы держитесь за то, что ещё не поняли. Всё очень мудро устроено так, чтобы мы вышли отсюда мудрыми и любящими, несмотря на то, что кажется, что ничего, кроме боли, страдания и ненависти, нет. Так проходит урок.

Выполненные задания приведут вас к любви и мудрости, только не надо отождествлять себя со своим опытом. Просто рассказывайте о нём, как школьник рассказывает об условиях задачи и о том, как он её решал. Когда идет отождествление с опытом, кажется, что вы всю душу наизнанку выворачиваете, а в неё плюют, что вообще не ладится только у вас, а у остальных всё нормально.

— *Чаще всего этого и боишься.*

— Потому все и молчат, что полностью отождествились со своими задачами. Но это просто задачи, просто опыт. Например, идет большое отождествление с ролью мужчины и женщины. Самое большое оскорбление для мужчины — сказать, что он не мужчина, а женщине — что она не женщина. Но это просто роли, задачи, решая которые, мы идём к тому, что является любовью и мудростью.

Давайте не отождествляться с ними, тогда легче будет говорить и рассказывать о своём опыте с точки зрения исследователя. Мы пришли сюда исследовать опыт двойственной жизни. Исследователь, отождествившись с тем, что исследует, не может делать свою работу. Сделав что-то, он должен отойти и посмотреть, что получилось.

Так отойдите от своей ситуации, посмотрите на неё и расскажите о ней. Вы увидите, что надо делать дальше, а что — нет. Разотождествившись, вы увидите опыт, который получили. Он не будет ни плохим, ни хорошим, а таким, который был вам нужен.

— *Я сейчас не женат. Не могу представить на месте своей жены никакой другой женщины, кроме той, что у меня была. Мне казалось, что я разобрался, от чего произошел разрыв, вообще, почему всё так получилось. Но сейчас, прикоснувшись вновь к этому, понял, что проблема существует, она осталась во мне.*

— В чём сложность роли «муж — жена»?

— *С женщиной может быть хорошо в любом отношении, но она ограничивает свободу мужчины.*

Вы можете дать своей женщине свободу?

— А вы можете дать женщине свободу? Очень часто женщины говорят, что мужчины не дают им её. Мужчины говорят о женщинах то же самое. На самом деле они не дают свободу друг другу. Если вы освободите свою женщину, то она освободит вас. Никто не может заставить другого что-либо сделать, но вы можете сделать это сами. Скажите честно, вы даёте своей жене свободу?

— *Мы с женой говорили об этом и пришли к выводу, что она не способна преступить определенные вещи, а я могу это сделать. Для меня этой проблемы не существует, какую бы модель поведения она для себя не выбрала.*

— Почему вы тогда притянули такую женщину? Получается, что она случайно оказалась рядом с вами, но этого не может быть.

— *Она моя полная противоположность.*

— Сходятся именно противоположности, отсюда и все проблемы. Так задаются уроки в двойственном мире. Значит, эта крайность присуща и вам, но у неё она актуализирована, а у вас находится в потенциале.

Любые двойственности, проявления которых мы видим во внешнем мире, находятся во внутреннем мире самого человека. Он актуализирует одну из её сторон, а противоположная ей сторона проявляется в другом человеке. Но эта же сторона есть и в нём, но он её не видит в себе.

Это как айсберг, у которого есть видимая и невидимая части. Притягивая партнера, видимая часть которого есть обратная сторона вашей видимой части, вы получаете условия своего урока. Так происходит, чтобы вы смогли увидеть обе части этой двойственности и выйти из неё.

Какая двойственность проявлена в ваших отношениях? Если урок пройден, то вы сможете точно описать весь механизм такой дуальной ловушки или своего урока. По сути, весь этот мир — иллюзии и ловушки. Ум устроен двойственным образом и всё время попадает в двойственности, ловушки. Это и есть та проблема, с которой все носятся. Нельзя выйти из ловушки до тех пор, пока в себе не будут одновременно увидены обе стороны двойственности и не произойдет принятие их. Как только вы их примете, то мгновенно окажитесь посередине и сможете пройти.

Проход находится только посередине двойственности. В этом и заключается решение дуальной задачи.

У магнита есть плюс и минус, что создаёт сильное напряжение между полюсами, и вас относит либо к минусу, либо к плюсу, либо мотает туда и сюда. Уравновесившись в середине, вы станете нейтрально заряженным и пройдёте, не притягиваясь ни к одному из полюсов. Вот чего надо достичь внутри себя — нейтральности по отношению к двойственности.

Любая из ваших проблем — это одна или несколько двойственностей, которые тянут вас в разные стороны. Это и есть урок. Прежде всего, надо определить двойственность или ловушку, в которую вы попали. Другой человек, как правило, выражает её противоположную сторону. Сгармонизировать с ним отношения, принять его, быть ему благодарным — значит достичь нейтральности внутри себя.

Вы увидите, что самые большие учителя — это люди, с которыми у вас были самые сложные и болезненные отношения. Если урок, который вы изучали вместе, будет пройден, то вы почувствуете огромную благодарность к ним за то, что они проходили его вместе с вами.

— Получается, что из-за конфликтов с мужем я имею этот опыт, но чувства благодарности к нему не испытываю. У меня есть ощущение, что он мог бы быть другим.

— Значит, вы всё ещё требуете от него чего-то, то есть находитесь на уроке. В состоянии нейтральности исчезают любые ожидания, вы принимаете то, что есть, как оно есть. Вы видите, что другие просто исполняют нужные вам роли. Муж, сын, дочь и так далее — это просто роли. В состоянии прохождения урока у вас идет сильная драматизация и отождествление с ними. Когда урок выучен, вы видите, что это был за спектакль.

— У меня подобная ситуация. Мне кажется, что я со своей стороны делаю всё, чтобы сгармонизировать отношения, но...

— Хорошо. Какая самая большая ваша претензия? Какую роль вы рассматривали?

— Я рассказывал о матери, а, покопавшись, перешел на жену.

— В чём жена не соответствует вашим ожиданиям? Претензии идут от несоответствия вашим ожиданиям. Вы считаете, что она должна делать так, а она делает по-другому.

— Она проявляет нетерпимость, нежелание выслушать, неспособность спокойно воспринимать другую точку зрения. Мне кажется, что у меня эти качества отсутствуют.

— Она отражает ваши качества. Посмотрите на себя, когда вы бываете нетерпимы и не признаёте другую точку зрения. Как проявляется ваша нетерпимость в отношении женщин? Она проявляется уже в том, что вы нетерпимы к ее нетерпимости. Другие люди как зеркала отражают нам наши скрытые качества. Но так как мы не хотим понимать этого, то признаём их только у других, но не у себя. И боремся сами с собой в образе другого человека. Такая борьба — самое тяжёлое, что может быть. Это и есть ад, когда считаешь, что борешься с другими, а на самом деле — с самим собой.

Если вы убиваете, оскорбляете, ненавидите кого-то, то делаете это по отношению к себе. Сейчас, поняв этот механизм, пора начинать всё переосмысливать, перестраивать мышление, настроенное на иллюзию, в которой вы рассуждаете так: в тебе плохо и то, и это, а я хочу, чтобы ты был другим, и не понимаете при этом, что говорите о самом себе.

То, что вы говорите другим людям, надо вернуть себе и рассмотреть с точки зрения самого себя. Я здесь для того, чтобы стимулировать вас говорить и понимать, что вы говорите о самих себе. Увидьте это и осознайте. У кого-то это вызывает бурную реакцию, они кричат и убегают отсюда, потому что не хотят так мыслить.

Они хотят мыслить по-старому: у меня всё нормально, просто мир такой плохой и люди мерзкие, и это из-за них со мной происходят ужасные вещи. Они не понимают, что этот мир является отражением их самих. Кто сценарист собственной жизни, почему с вами происходит то, что происходит? Девять из десяти скажут, что это жизненные обстоятельства, которые от них не зависят.

— Достаточно один раз увидеть, что это дело твоих рук.

— За один раз не получится. Надо хотя бы начать и продолжить делать по всем пунктам, а их много. Мышление, которое здесь принято, разделённое и проецирующее, оно поддерживает совершенно другое восприятие происходящего. Вы же должны создать в себе мышление осознающего, то есть понимающего и берущего ответственность за то, что делаете. Если вы оскорблены, обижаетесь на кого-то, это вы сами на себя обижаетесь.

В каждом из нас есть внутренний мужчина и внутренняя женщина, которых мы можем изучать только через отношения с внешними женщинами и мужчинами. Если у вас идёт непринятие мужчин, то это ваше непринятие внутренней мужской части, то же касается и внутренней женской части. С этим надо разбираться,

используя правильное мышление, не сбиваясь на привычное мышление разделенности и отталкивания. Инерция его очень сильна и недооценивать её не стоит.

Почему очень важна группа самоисследователей? Это люди, которые пришли, чтобы осознавать и выйти из тюрьмы обусловленного ума. В условиях группы легче разбудить того, кто заснул, кто-то всегда начеку. Только так мы сможем выйти, и я себя не отделяю от группы.

Выйти сможет всё человечество. Время одиночек, которые становились просветленными, закончилось. Судьба цивилизации зависит от того, какое решение примет человечество: она может исчезнуть или возродиться совершенно на другом уровне сознания. И это будет достижением не одиночек, а общим процессом.

Но даже сила нескольких человек, которые идут по этому пути, очень велика. Энергия новых вибраций будет везде, и даже не понимая, что происходит, люди будут её чувствовать. Существует критическая масса для того, чтобы человечество перешло на следующий уровень сознания.

Это и есть Вознесение, что является самой главной целью моей работы здесь. И это реально. Останемся мы в аду или выйдем в сферы величайших возможностей — выбор за нами. Выберем ли мы привычное, ноя при этом, что хотелось бы побольше духовности, а на самом деле будем кинуть в аду, или совершим прыжок и прорвемся.

Это работа не простая, требующая полной отдачи, но, на мой взгляд, ничего, кроме этого, не имеет смысла. Всё остальное есть средство для этого. Я не отрицаю ничего, всё важно, но с точки зрения именно этой цели. Пока же происходит так, что средства принимаются за цель.

В этом мире всё важно, и каждый притягивается именно к той сфере, которая нужна ему для получения опыта. И это здорово. Но используем ли мы это для исследования и, в конечном счете, для Вознесения или тупо и механистически живем, стараясь побольше урвать для себя, покомфортнее устроиться и еще крепче заснуть? Вот что самое основное.

— Я думала, что мои отношения с отцом дела минувших дней, потому что он умер. При любом удобном случае я осуждала его поведение, делала из него отрицательный пример для окружающих. Муж сделал мне замечание, что не хорошо так говорить о родителях, и я запретила себе думать об этом. Теперь понимаю, что у меня не было к нему отеческого отношения. Мне очень рано дали понять, что надо становиться самостоятельной, и мама крадучись и урывками пыталась выразить свою заботу. Я очень рано почувствовала брошенность.

— Что такое отец? Это мужчина, который заботиться. Муж не заботится о жене так, как это делает отец по отношению к ребенку. Это совсем другое.

— *Теперь я пытаюсь возместить это в отношениях с сыном, чтобы он не почувствовал то же, что и я. Оба моих мужа не давали мне того, чего хотелось в отношении заботы и внимания. Я всё время чувствовала, что сама должна себя обеспечивать. Мужья своей роли не выполняли.*

— Они и не могли её выполнять, потому что этого не было запланировано в вашем опыте на тот период.

— *Сейчас я поняла, что этого не могло быть, потому что у меня этого не было с отцом.*

— Отлично. А вы хотели бы это почувствовать?

— *Конечно. Я давно пришла к выводу, что отношения с Богом — это отношения с отцом.*

— И с матерью. Почему нам так важно во всём являться детьми своих родителей? Чтобы объединить в себе отца и мать. Они оставили нам в наследство свои нерешённые проблемы, которые нам надо решить самим. Нам надо принять и понять отца с матерью и таким образом мы сможем осознать свою личностную программу.

Если кто-то в роду сделает это, то по всему роду пройдет энергия освобождения. Для того чтобы принять своих отца и мать, надо увидеть очень многие вещи. Ведь вы сами выбрали этих родителей для получения опыта, который вам нужен и который они обеспечили вам. Каждый получил именно то, что ему нужно.

Если этого не понимать, то будут вечные обвинения и неприятие. Они отпадут, если вы поймете, что сами создали свой сценарий, вошли в него и получили то, что вам нужно. Теперь примите то, что получили, потому что вы этого хотели. Примите и поблагодарите мать и отца, потому что они вам это обеспечили.

— *По отношению к сыну я больше чувствовала себя отцом, чем матерью.*

— Да. Вам приходилось выполнять эту роль. Но вы могли и не выполнять её. Надо разобраться в том, почему вы блокируете появление отца в своей жизни. Этот сценарий был выбран не случайно. Какую сторону опыта вы исследовали, а какую — еще нет?

Здесь преимущественно исследуется негативная сторона, и от этого возникает очень сильный перекося в одну сторону дуальности. Исследуйте

позитивную сторону этого вопроса. Для того чтобы сделать это, вам надо принять и понять негативную сторону, потому что позитивная есть ее продолжение.

Я всё время пытаюсь развить у вас парадоксальное мышление самоисследователя. Если вы его примите, то начнёте сами исследовать свою жизнь, станете себе учителем. Высшее «Я» и есть этот экспериментатор и учитель, и вам надо быть на связи с ним, то есть с самим собой. Если есть связь со своим Высшим «Я», то вы будете понимать, зачем пришли сюда и какой урок выполняете.

Почему я ударил эту женщину?

— Сегодня все среагировали на женщину и её мужа, которые ушли отсюда.

— *Она высказала мнение по поводу того, что мужчины являются слабым полом, и муж поддержал её.*

— Да, но она сегодня встретила с мужчиной, который дал ей пощёчину. Я её ударил. Что это такое? Это её ненависть к мужчинам, которую я проявил.

— *Она пришла сюда с мужем, самой ей ничего не нужно. Он к нам уже давно рвался, но не приходил, потому что боится её.*

— Он всего боится. Она его держит в бесконечном страхе, и сама при этом находится в нём же. Убивая мужчин, которые находятся рядом с ней, она убивает своего внутреннего мужчину. Она мстит.

Пощечина, которую я ей подарил, драматизировала многие вещи у вас всех, но вы пока не разрешаете себе их высказывать. Когда женщина ведёт себя как мужчина, то начинаются сильные искажения.

Она кричала, что мужчин нет. Откуда они возьмутся, если она делает всё, чтобы убить его внутри себя и во всех окружающих её мужчинах. Это планомерное уничтожение в себе мужской части. Если вы уважаете своего внутреннего мужчину, то рядом с вами окажется тот, кто будет уважать вас как женщину. В ином случае этого не произойдет.

В каждом из нас скопилось огромное количество ненависти к женщинам и мужчинам. И пока она не будет выражена, вы не сможете избавиться от неё. Понимание не придет, если заблокирована ненависть, обида, вина. При блокировке ничего не происходит, вы ничего не поймете, пока не выразите это.

Находясь в ненависти и вине, вы убиваете тех, кто рядом, может быть, ласково при этом улыбаясь. Пока не высвободите свой негатив, такое убийство будет продолжаться. Убивая других, вы убиваете себя.

— *Когда вы ударили женщину, мне стало больно, потому что я через это прошла и поняла, что роль жертвы и палача — это одно и то же. Позволила себе ответить тем же, и мне стало легче.*

— Всё, что я делаю с кем-либо, я делаю, прежде всего, с собой. И когда бью кого-то, то бью самого себя. Такие вещи можно делать только через самого себя — тогда не сделаешь ничего лишнего. Я никогда не причиню ненужной боли, потому что всё мгновенно возвращается мне. И когда я что-то делаю, то чувствую этого человека как самого себя. И если идет боль, то её я чувствую, прежде всего, сам и потом сам трансформирую. Я ударил не женщину, а матрицу выживания, которая делает ее ни живой, ни мертвой.

Человечество — это единое сознание. Есть то, что является просто ролями в спектаклях, которые мы здесь играем: мужчина, женщина, брат, сестра, жена, муж и так далее. Но как человечество мы — единое сознание. И когда вы выходите на уровень сознания человечества, то испытываете боль от любого конфликта, чувствуете её как свою. Это и есть сострадание, а не жалость.

Жалеющий человек не видит ничего, кроме себя и собственной жалости. Человек сострадающий видит всё и взаимосвязь всего со всем. Поэтому он делает то, что надо делать, когда и с кем надо. Это и есть свойство сострадания, ясное видение. Сострадание — это видение сердца.

Я очень хорошо знаю, что то, что хочу донести, станет возможным только тогда, когда вы будете способны это принять. Это может произойти, когда вы пройдете все ключевые роли. Если женщина застряла на непринятии роли мужа, то она будет видеть и ненавидеть его во мне.

Если вы увидите, что то, что вы называете «любовью», — это просто сделка, то сможете открыться настоящей любви, которая не имеет противоположности — ненависти. Она не двойственна. Это любовь, которая не зависит ни от чего и ни в чём не нуждается. Она разлита везде как воздух. А не видите вы её и не чувствуете по причине блокировки такого видения. Надо убрать эту блокировку и тогда вы увидите, что то, что искали, всегда было с вами, никогда не исчезало и не исчезнет.

— *Вы говорили о Преображении Земли, и мне захотелось сделать что-то для этого, может быть, измениться самому.*

— Человечество и Земля — это единое существо. Мы движемся в космосе по кругам эволюции вместе. Земля — это существо, которое дало нам возможность

находиться в составе своего организма как, например, кровяные тельца в нашем теле.

Всё со всем связано, и мы являемся частью живого космоса. Если где-то что-то происходит, то отражается на всём. Физическое восприятие создает иллюзию, что можно спрятаться, отсидеться. Когда расширяется видение, вы начинаете чувствовать взаимосвязь всего со всем.

Программа разрушения связана с эго, которое всё воспринимает фрагментарно и заиклено только на себе. Я не осуждаю ничего, это просто опыт. Вы получали с помощью эго опыт разделенности, страдания и боли. Но есть и качественно другой опыт.

Реальность многовариантна как для человека в отдельности, так и для города, страны, нации и человеческой цивилизации в целом. Всё зависит от того, что вы воспринимаете как реальность. Если кто-то верит в Страшный суд и ад, то попадёт туда. И некого будет винить, потому что он сам выбрал этот вариант.

Я выбрал вариант Вознесения, то есть перехода в следующее качество сознания. Если такой выбор сделают и другие люди, то наберётся критическая масса выбравших Вознесение, с нами это произойдет.

Земля — зона свободной воли. Что это такое? Будет так, как вы захотите. Допускается всё. Многовариантность существует в каждом из вас в виде различных психических частей, которые хотят разного. То же самое происходит в политике и в любой организации. Осознание позволяет увидеть, что происходит у вас внутри.

Каждая из этих частей совершает какие-то действия, направленные на то, чего она хочет. Здесь есть интересные нюансы. У каждого существует своя фаза движения. Кто-то набирает опыт, живя в разделенности и боли, и когда-нибудь, возможно в другой жизни, он будет готов осмыслить его, но сначала его надо накопить.

Человек проходит возрастные этапы, начиная с детства и кончая старостью. То же самое происходит и с душой. Она развивается, взрослеет. Здесь есть фрагменты юных душ, которые интересуются главным образом материальными вещами. Взрослая душа уже может интересоваться тем, о чем мы с вами говорим. Мудрые души готовы уйти отсюда, для них это последнее воплощение, в котором они пытаются передать то, что знают.

Люди в этом смысле тоже очень разные. Решайте сами — нужно ли вам то, что я говорю, или вам ещё надо накапливать опыт разделённости. Может быть, вам надо накопить опыт непонимания. Когда вы проживёте много жизней в

непонимании, может настать момент понимания того, что уже хватит, пора разбираться.

Для тех, кто хочет оставаться в прежнем положении, мои речи опасны, чего я никогда не скрывал. Если вы примете то, что я передаю, то не сможете остаться теми, кем были. Надо ли вам это?

— *Я вчера увидела, что жизнь бьёт нас, а мы сопротивляемся. И когда наедаешься жизни в таком её качестве, можно заставить себя что-то предпринять, измениться. Мы пришли сюда, чтобы увидеть, в каком состоянии находимся и как жизнь заставляет нас увидеть это. Последнее время я чувствую, что все мы должны войти в космический корабль и полететь куда-то. Страшно и в то же время понимаешь, что вполне реально и можно сделать что-то для этого.*

— Конечно, мы собрались здесь совершенно неслучайно. Есть намерение, которое нас всех вместе собрало и должно реализоваться. Это намерение раскрывает себя по мере того, что здесь происходит. В космосе есть только Любовь и Цель или Намерение. Таким образом творятся все галактики и вселенные. Так творит Бог — Любовью и Намерением.

У нас та же суть, и творим мы таким же образом. Да, мы проходим здесь достаточно непростые уроки разделения для того, чтобы соединиться, осознать себя творцами, почувствовать любовь, научиться творить через намерение. Это основной смысл всех уроков земного трехмерного плана — игровой площадки для подготовки творцов.

Когда некое существо выходит на масштабы большого творчества, то нельзя допустить, чтобы оно принесло вирус разделенности, злобы и уничтожения. Поэтому здесь изолированная зона, созданная для тренировок. Но пока вы не пройдёте все уроки этой зоны, вы не сможете выйти отсюда.

Кто-то проходит очень медленно, кто-то быстро. Всё развивается циклами, и сейчас наступил момент, в котором сходится множество циклов, поэтому имеется величайшая возможность для Вознесения. Это процесс, который затрагивает всю Вселенную. На волне этого процесса можно подняться очень высоко.

— *В связи с тем, что у нас происходило, моя память стала направленной, я вспомнила многие вещи и поняла, что в жизни мне мешали представления, которые я считала правильными.*

— Отлично. Смотрите, как всё происходит. Открывается блок памяти, и вы видите сразу всё, что касается этой темы. В каждом из нас есть всё. Я не говорю ничего такого, что бы вы ни знали. Моя задача в том, чтобы вы это вспомнили. И как видите, это происходит. Осознание и любовь — это ключ ко всем дверям

вашего огромного внутреннего дома. Почувствуйте вкус осознания и уже никогда не захотите от него отказаться.

Исцеление происходит без борьбы

— Мы сейчас вернемся в свое прошлое и исцелим его. Это совершенно реальные возможности: возвращение своим сознанием в прошлое, видение ситуации по-новому и высвобождение зажатой там энергии.

Наше тело — это энергия. Получилось так, что она была зажата, попала в ловушку, и это вызывает боль. Надо исцелить себя, войдя в болевые зоны. Это могут быть ваши хронические болезни, слабые места, которыми вы всё время ударяетесь и так далее.

Любая проблема концентрируется в каком-то месте вашего тела. Вы готовы войти своим вниманием в этот участок тела и встретиться с тем, что увидите и почувствуете, принимая всё полностью? Готовы вы с любовью отнестись к этому? Если да, то ситуация раскроет себя, и вы увидите её в другом свете и высвободите то, что там застряло. В конечном счете, всё сводится к страху.

— *Это самое сильное чувство, которое давит.*

— Есть страх и есть любовь. Всё негативное исходит из страха и приобретает самые разные формы.

— *С ними не надо ничего делать?*

— Их надо принять как часть себя. Не надо с ними бороться, что вы делали всегда. Заключите мир со своими ощущениями и находитесь своим сознанием в частях, которые испытывают боль. Она начнёт себя показывать, раскроет свои секреты.

Внутри человека множество всяких частей, попавших в ловушку. Вы пытаетесь сбежать от боли и страха, но из собственного дома никуда не сбежишь. Встречайтесь со своими частями, откройте им дверь, освободите их. Я не хочу программировать то, как это будет происходить у вас, но главное — мир, принятие и полная готовность увидеть то, что они вам скажут.

— *Передо мной встали картинки детства и вы. Вы мне сказали, что я сильно играю на публику с тем, чтобы вызвать жалость или восхищение. Потом я увидел маму и её способ защиты от пьяного отца, она притворялась, что ей плохо, чтобы он её не трогал.*

— Я увидела подобие кассеты, которую перематывал организм, просматривая давно забытые болячки.

— Память всех болевых моментов записана в сознании клеток вашего тела. Проговаривая сейчас это, вы усиливаете исцеление себя.

— У меня проблема с легкими. Я спросил, почему они болят, и получил ответ, что не дышу. На мое недоумение: «Как такое может быть, ведь я же живу?» Услышал, что не живу, а выживаю. На мой вопрос: «Почему так?» Был ответ, что я подавляю свои желания и делаю это потому, что они, как правило, не удовлетворялись. Это связано со страхами, корни которых уходят глубоко в детство.

— У меня часто блокируется нос. Оказалось, что это сексуальная проблема. За эти дни я первый раз почувствовала тепло внизу. Я стала спрашивать: «Откуда это?» Увидела свою прошлую жизнь и поняла, почему мне так тяжело смотреть фильмы со сценами изнасилования. Мне стало ясно, что люди из моего окружения, которых я боюсь или просто не принимаю, это те, кто меня насиловал. Я прочувствовала это очень остро, до боли в сердце. А насморк — это мои сдерживаемые слезы.

— Прекрасно. Только давайте будем всегда помнить, что мы все здесь актеры, помогающие друг другу проходить определённый опыт, который сами для себя наметили. Это может быть очень разный опыт.

— Я ощутила сердцебиение из-за того, что стала посылать любовь. Через меня пошла такая мощная энергия, которую я прочувствовала каждой клеткой. Было ощущение взорвавшегося маленького реактора, наверное, потому что я позволила себе это прочувствовать до глубины, и сердце начало пульсировать. Я задала вопрос о том, что случилось, и получила ответ, что меня убили в сердце. Наверное, эта жизнь так плотно связана с той, что я пришла сюда в тот день, в который умерла тогда. Я почувствовала сдерживаемые ненависть и неприятие и чуть не заплакала. Я проговорила это, боль ушла, и сердце успокоилось.

— Смотрите, как самые тяжелейшие травмы можно пройти очень быстро и практически с минимальной болью. Но надо идти до конца и быть полностью искренним. Это просто опыт, не отождествляйте себя с ним. В противном случае вы не будете говорить о нём, не испытывая неловкость, неудобство и прочее. Вы получили весь возможный опыт и можете очень хорошо друг друга понять.

Исцеление происходит по всем трём телам: физическому, эмоциональному и ментальному. Мы начали с физического. Дальше может произойти эмоциональное переживание, и вы увидите картинки и почувствуете разные состояния. Начинайте с физического тела, потом идите в чувства, и они вызовут у вас воспоминания. Или

воспоминания возникнут в виде мыслеобразов, а потом будут чувства, то есть проживание должно быть по всем трём телам. Тогда произойдет исцеление. Если вы не будете тормозить, то все произойдет достаточно быстро и безболезненно.

Секрет исцеления очень прост. Надо разрешить себе переживать то, что не разрешали, потому что считали, что это недопустимо и ужасно. Надо понять, что всё вами переживаемое необходимо для получения опыта. Таким образом, вы заключаете мир с самим собой во всех аспектах, начинаете переживать всё, что не пережили, а боль может возникнуть там, где вы не дошли до конца своего переживания, где оно не исчерпано. И потом искренне поделиться с другими. Вот и всё, больше ничего не надо. Этого достаточно для того, чтобы полностью исцелить себя, то есть стать целостным.

— *Я поняла, что эту жизнь не воспринимаю реально, я в ней как в театре и у меня с ней полное разотождествление. И когда я нахожусь в таком состоянии, у меня болят уши. Боль пропадает, когда я попадаю в мир с нашей точки зрения нереальный, где можно ходить по воде, летать.*

— Одно другому не мешает. Обусловленный ум всегда хочет найти истину в последней инстанции, то есть единственную: если то — реальность, тогда эта не может быть ею, и наоборот. Существует и то, и это, и еще множество других реальностей.

— *Я устала от своих страхов. Мне кажется, что они увеличиваются в объеме, и такое чувство, что я беременна страхом. Я подумала, что сразу от этого не избавиться и надо начать хотя бы с физического плана, довести ситуацию до абсурда, прочувствовать в своем теле бремя страха и разрешиться от него. Потом перейти на эмоциональный и ментальный планы.*

— То, что вы здесь делали, можете делать и дома. Главное — ваше намерение избавиться от страха и обрести любовь. Как только сформировано такое намерение, всё будет происходить так, как надо.

Если не знаете, куда идёте, то всё равно, как идти

— *Чужому человеку не скажешь того, что можешь сказать близкому, ограничивая тем самым его свободу, манипулируя им.*

— Делайте то, что считаете важным для души. Это самое главное. Всё остальное — ограничения, которые вы сами себе поставили. Снимайте их. Если

рядом с вами люди, которые не понимают вас, то будьте с теми, кто захочет понять. Найдутся те, кто не станет разделять то, что вы делаете, но не будут мешать. Будут и такие, которые станут мешать. Ваше собственное решение может изменить ситуацию. Если вы миритесь с тем, что вас ограничивают, значит, сами себя ограничиваете. Первично отношение к себе, всё остальное только отражает его.

— *Хочу начать выражаться эмоционально, потому что чаще всего не разрешаю себе этого. На самом деле это просто рамки, в которые я сам себя поставил.*

— *Когда работает ум, то живость напрочь отсутствует. Становишься просто роботом: ни улыбки, ни действия. Со стороны это выглядит, наверное, страшно.*

— Человеческая особенность — это чувства. Мы сильны ими. Поэтому именно через чувства можно выйти в такие сферы, в которые по-другому не пройдёшь. На волне чувства можно попасть в очень разные места. А мы их зажимаем. Это всё равно, что взять и слить бензин из автомобиля. Что толку сидеть даже в самом хорошем автомобиле, если он не едет, потому что нет бензина. Чувства — это бензин. Ваш автомобиль стоит, потому что вы всё время сливаете бензин.

— *У меня здесь так получается, что стоит подумать о том, о чем хочу спросить, как через какое-то время уже знаю ответ на свой вопрос. Я перестала мучиться над вопросом: «Зачем я сюда иду и о чём буду спрашивать?»*

— Если у вас полный холодильник продуктов, зачем ходить в магазин?

— *Я не знаю.*

— Вы себя запутали.

— *Может быть, я не могу сказать о том, чего хочу.*

— Если вы ясно видите, то ясно излагаете.

— *Значит, я не вижу.*

— Вас кидает из стороны в сторону: «всё знаю — ничего не знаю», «всё вижу — ничего не вижу». Вы видите, как шарахаетесь?

— *Основная задача — задать себе главный вопрос.*

— Сама жизнь и судьба — это направление, которое определяется вашим запросом. Хотите попасть в Москву — определяете трассу и едете туда. Хотите попасть в Берлин — едите по трассе, которая ведет в Берлин. Когда вы не знаете, куда хотите попасть, то вообще не понятно, куда ехать.

— Если хочешь изменить свою жизнь, надо доверять своему сердцу, даже если оно глупое. Правильно? Я задаю вопрос, а сама понимаю, что позволяю чувствовать себе вопреки тому, что становлюсь более глупой.

— Поймите, глупая и умная — это определения ума.

— Страдания заключены именно в них.

— Стрдание возникает, когда вы сами разделяете эти представления. Хотите быть умной, а я говорю, что вы дура. Вот вам и страдания. Если вы выходите за рамки двойственных представлений, то вас уже ничего не может задеть, при этом вы видите всё так, как оно происходит.

Вы поднялись над двойственностью, видите, как всё происходит, и можете войти и выйти, когда и куда хотите. Вам нравится игра «умный — глупый», пожалуйста, играйте, но в любой момент вы можете выйти из неё.

— Мне кажется, что я уже могу это. Легкость и ощущение удовлетворения исходит из того, что я легко выхожу.

— Вот и ощущайте это состояние и отслеживайте, когда опять сами себя попытаетесь затащить в ловушку какой-то двойственности. Отслеживать надо всё время.

— Это когда-нибудь пройдет, отомрёт?

— Что отомрёт?

— Двойственность.

— Просто скользите на гребне двойственности. К тому же, это очень большой кайф.

— Мне кажется, когда человеку всё понятно, он перестает волноваться. Если существует что-то непонятное, то присутствует ощущение волнения, которое не можешь выразить.

— Хорошо, что вы волнуетесь, значит, живёте. Обычному купальщику очень неприятны большие волны. А, скажем, для серфингиста большая волна в кайф. Будьте серфингистами на волне своих переживаний и получите огромное удовольствие, скользя по самому её гребню. Большого наслаждения я просто не знаю.

Но пока серфингист обучается искусству скольжения, он часто падает, и его захлёстывают волны. Он поднимается и начинает всё сначала до тех пор, пока не научится. Ему очень здорово, когда он ловит большую волну. И чем она больше, тем больше кайф.

Каждый из нас является учителем самому себе. На самом деле вы всё знаете, надо только быть на связи со своим Высшим «Я.» Задавайте вопросы и получайте ответы. Если нет ответа, значит, не задан вопрос. Теоретически все об этом знают, но кто этим пользуется? Как если бы вы знали о существовании сотового телефона, но не пользовались им. Какой тогда в нём смысл?

У каждого есть связь со своим Высшим «Я», и прерывается она только по той причине, что вы опять впадаете в неосознанность. В осознанном состоянии вы всё время имеете эту связь. В нынешней ситуации поддерживать её значительно легче, чем раньше. Общайтесь с самим собой, задавайте вопросы и получайте ответы. Делайте это, потому что вам нужна практика. Проведите ревизию своих вопросов и увидите, что всё вам нужное у вас уже есть.

— *Задаешь вопрос, получаешь смешной ответ, и сам смеешься над ним.*

— Это здорово. Путь к себе не пройдешь с тоскливой физиономией. При всём трагизме всё очень смешно, и ничего смешнее этого я не видел. Смейтесь над трагической ситуацией вашей жизни. Когда человек смеется от души — он близок к себе. Всё очень просто.

Не забывайте, что каждый новый человек приносит вам подарок

— *Когда я попытался войти в сердечный центр, то почувствовал желание, чтобы в нашей группе появились новые люди. Мои переживания связаны с группой и её дальнейшей работой.*

— Это очень важно, потому что группы нашей Школы открытые. Жить они могут только тогда, когда идет обмен, приходят новые люди. Безусловную любовь невозможно использовать только для себя и своих целей. Такое искушение всегда возникает, но ничего хорошего из этого не получится, потому что суть этой энергии в том, чтобы быть распространённой везде и всюду. И жизнь группы зависит от того, насколько она открыта.

У нас нет убеждений, ради которых мы делим кого-то на плохих и хороших, наших и не наших, и поэтому нет оснований от кого-либо или чего-либо закрываться. Новые люди приходят с тем, что важно для группы. Кто-то из них останется и будет частью группы, следующие за ними, станут частью их задачи.

Любой пришедший человек несет подарок, то есть возможность для группы осознать что-то. Кто-то будет выполнять свою роль механически, не понимая, что делает на самом деле, но в итоге сделает то, что нужно всем. Поэтому нам не надо никого вербовать или убеждать в чём-то. Мы просто делаем то, что делаем — живём, чувствуем и осознаём. Всякий, кто хочет к нам придти, может это сделать. Мы всегда рады тому, кто приходит, потому что это часть нас, — она несёт нам что-то важное. Мы её интегрируем.

И независимо от того, готов ли человек понять и остаться в группе, — он очень важен и ценен. Я благодарен каждому, кто пришёл. И как бы механически он не выполнял свою роль, группа всегда имеет возможность извлечь из этого очень многое, если с должным вниманием отнесется к каждому, кто приходит, к любому происходящему событию. Малое в большом, а большое в малом. Всё связано и очень важно.

Процесс, происходящий здесь до моего приезда, перешел в другую фазу. Это фаза ещё большей открытости, ещё большего дарения того, что у вас есть. У тех, кто пришел в этот раз, возможно, возникнет желание войти в группу и стать её частью.

Разделение возникает, когда не принимаешь участия. Когда участие есть, приходит понимание, что всё происходящее с вами — результат того, что вы делаете. Вы чувствуете во всём, что делается, свою ответственность. И если что-то не нравится, можно поменять это вместе со всеми. Все в одной лодке. И если она плывет не туда, то надо разобраться почему. Это общее дело.

Такой подход дает наиболее мощные результаты. Путь, которым мы идём, сложен в том смысле, что на нём вы более интенсивно и в ускоренном варианте сталкиваетесь с частями самого себя. Он всё принимает, ничего не отторгая. Здесь мы во всём видим части себя. Для этого пути нет своих и чужих. Хотите идти вместе — пожалуйста.

— Я сегодня первый раз в жизни счастливо прожила день. Ни разу не разозлилась, не вышла из себя, не раздражалась. Наверное, я сюда за этим пришла.

— Да. Здесь вы встретитесь с самым величайшим и самым ужасным в себе. Кто-то в начале видит самое ужасное, кто-то — самое прекрасное, и всё это для того, чтобы выйти в единство, где ужасное и прекрасное становится одним. Надо проделать свой путь для того, чтобы попасть туда. Вы увидите, что так может быть, что так вы можете жить.

Не старайтесь удержать свое состояние, каким бы оно ни было. Иначе попадёте в ловушку. Надо пройти путь, и тогда осознание и любовь станут постоянными. У вас есть маяк, который никогда не погаснет, и вы знаете куда

идти. Самое плохое, когда человек не знает того, куда идёт, и даже самую маленькую ранку воспринимает как нечто ужасное. Когда вы знаете то, куда идёте, у вас на всё хватит сил.

— *Сегодня на работе я разговаривала с женщиной, которая хотела прийти, интересовалась, что здесь происходит. Я рассказала ей в общих чертах о том, что вы делаете, и у нас получился очень интересный диалог. У нее проблемы на работе, которые она высказала мне. И я подумала, что буду вынуждена выслушивать её в очередной раз. Но вдруг вслушалась, вернувшись в состояние, которое у меня было после нашей медитации, и почувствовала за её словами движение энергий в своём теле и, как мне показалось, даже увидела выражение своего лица. Я заплакала, да и с ней творилось что-то невероятное. Через час она ко мне подошла и сказала: «Ты не представляешь, как мне легко». Человек изменился, все проблемы разрешились. Она прыгала как девочка, говорила о чем-то легко и непринуждённо. Между нами произошло что-то очень приятное.*

Чудеса — наша обычная работа

— Чудеса — наша обычная работа. Чудо — это нормально. Когда вы получаете вибрацию безусловной любви, то несете её. Для этой вибрации нет ничего невозможного, ничто не может перед ней устоять. Она творит чудеса, и это совершенно нормально для любви и осознания. Почувствуйте себя тем, который творит чудеса.

К вам будут подходить люди, которые могут не понимать, почему они это делают. Они могут начать разговор с того, что им понятно, но на самом деле хотят получить безусловную любовь. Они чувствуют, что в вас она есть, и поэтому подходят. Вас могут спросить о том, сколько сейчас времени или полюбоваться красивой кофточкой, но это просто повод для того, чтобы начать разговор. На самом деле им нужна безусловная любовь. Если она есть в вас, то к вам будут подходить, потому что все хочет быть в ней.

Кто-то захочет разрушить это, потому что для них безусловная любовь, как для быка красная тряпка. У кого-то усилится ненависть от столкновения с ней. Будьте готовы и к этому. В них активизируется всё негативное, в чём они не хотят признаваться, чего не хотят видеть, и будут обвинять в этом вас, скажут: «Всё из-за тебя».

— *Наверное, это даже хорошо, не будет соблазна забалтывать то, что чувствуешь.*

— Всё хорошо. Понимаете, в этом процессе всё благо, чтобы с вами не происходило. Самое драматичное, трагичное и ужасное с точки зрения других людей для вас будет величайшим благом. Здесь всё благо.

— *Когда Людмила говорила, я почувствовал, что каждый человек — часть меня, и я как бы нахожусь в каждой. Это мои части. Исчезла оценка. Если я не принимаю в себе какие-то части, то и человека не принимаю. А если я что-то увидел и принял в себе, то и человек становится любимым.*

— Совершенно верно. Относитесь к другим так, как хотите, чтобы относились к вам. Если все люди, а оно так и есть, части вас, то, исцеляя какую-то свою часть — конкретного человека, вы исцеляете себя и становитесь более целостным. Тогда не нужна мораль в том виде, в котором она сейчас существует, возникшая как результат разделённого видения, вражды и конкуренции. Она выполняет функцию намордника для злой собаки. Если его убрать, люди перегрызутся.

Существующая мораль выполняет сдерживающую функцию и основана на страхе. Такая она нам не нужна. Если вы чувствуете, что другой человек — часть вас, то, будучи в здравом уме, не причините ему боли или будете делать это только из соображений его и своего исцеления. Врач делает больному операцию для того, чтобы он выздоровел. Здесь то же самое.

— *При таком отношении пропадает страх.*

— Да. Потому что тогда вы чувствуете мир, как то, что есть вы. И если вы любите себя, то все вокруг любят вас. Откуда тогда взяться страху? Его нет, и жизнь становится замечательным приключением, полным любви, а не страха. Посмотрите, каким замечательным приключением является изучение любви, бесконечного множества её форм. Само творение как форма любви Бога, велико, разнообразно и многолико.

— *Каждый день, прожитый с вами, я действительно получала подарки. Их очень много. Это понимание пришло ко мне не из прочитанного где-то, а из того, что проявлялось среди нас всех. В каждом я нашла часть себя, благодарна всем присутствующим здесь и готова поделиться тем, что приобрела сама. Думаю, мы и дальше будем сотрудничать и помогать друг другу, чему я очень рада.*

— Спасибо.

— *Не могу расстаться с чувствами и ощущениями, которые пережила вчера. Они не поддаются никакому определению. Я прожила и прочувствовала*

состояние женщины при родах. Сейчас ничего не хочется делать, движения замедлились и стали плавными. Нельзя сказать, что мне тяжело, но и не легко. Наблюдая за работой ума, я увидела его панику, происходившую оттого, что произошедшее не поддается его определениям.

— Мы все изначально возвышенны и духовны. Утерять это мы не можем. Но можем иметь ложные представления по поводу того, кто мы есть. Это игра представлений. Если вы поняли, что это за игра, может быть пора её закончить.

«Я увидела в себе жалость, а потом жестокость и садизм...»

— Я увидела в себе жалость, а потом жестокость и садизм. Моё тело показало, насколько я, считая себя доброй и отзывчивой, оказывается, садистки поступала с ним. Так же как над собой, я издевалась и над другими. Моя жестокость доходит до садизма.

— Не вы, а механизм эго. Очень важно не путать себя с механизмами.

— Я это увидела. Всю жизнь я больше всего боялась быть злой и немощной и думала, что самый счастливый тот, кто всю жизнь проживет рядом с кем-то, например, как муж и жена, поддерживая друг друга.

— Поддерживать надо то, что само не может стоять на ногах.

— Выходит так, что моё чувство жалости привело к тому, что рядом со мной никого нет — ни родителей, ни мужа, ни детей. Я самая добрая и хорошая — одна как перст.

— Не забывайте, что получали опыт. Вы сами его заказали и сейчас пишете отчёт. Ведь жизнь — это исследование.

— Ещё я поняла, что моя душа очень сильная, мужественная и сама пошла на такой эксперимент.

— Я прочувствовал, что, избавляясь от некоторых вещей, взамен получаешь прилив энергии. Когда не растрачиваешь свою энергию на гнев, ненависть, ревность и зависть, она идет на что-то, что не требует ни усилий, ни напряжения.

— А что вы делаете с ненавистью и ревностью? Это тоже энергия. Октябрьская революция произошла не из необусловленной любви, а из ненависти к

капитализму, обладающей огромной разрушительной силой. Вы знаете, к чему это привело.

— *Моя проблема в энергии самооценки.*

— А что это такое?

— *Постоянная оценка себя со стороны других.*

— Чье мнение для вас сейчас самое важное?

— *Мне важно своё ощущение.*

— Это вы придумали. Мнение какого человека здесь для вас важно?

— *Если я и боюсь чьей-то оценки, то, наверное, вашей.*

— Чего вы боитесь? Что можете сказать что-то не так или я выражу сомнение в том, что вы просветленный, каким вы себя, возможно, считали?

— *Наверное, это страх говорить. С кем-то я могу говорить свободно, но не с вами.*

— Почему? Сравните, с кем вам сложно говорить, а с кем легко? В чём разница между тем человеком и мной?

— *Разница видимо в том, что, разговаривая с кем-то, я чувствую уверенность в превосходстве своих знаний. А когда приходит человек, который говорит о том, чего я не знаю, появляются страх и волнение.*

— Получается, вы боитесь пробела в знаниях?

— *Я боюсь обнаружить, что чего-то не знаю, при свидетелях.*

— Про себя могу сказать, что не знаю, что будет дальше, и никогда ничего не планирую. Верно только одно: то, что я знал до этого, уже не работает и будет что-то совершенно другое, неизвестное мне. Я всё время нахожусь в состоянии незнания, живу в этом.

А вы можете находиться в таком состоянии? Как видите, я ещё больше, чем вы, не знаю. Вы волнуетесь по поводу моих знаний, а я вам говорю, что знаю не больше, чем вы, и живу в этом. Я узнаю о новом в момент, когда оно происходит.

— *Мне понятно то, что вы говорите. Страх этот подспудный и свойственен мне с детства. В силу необходимости надо изучать литовский язык, но в группе я этого делать не могу, меня заклинивает. Когда я один, то начинаю говорить. В классе не могу ответить ни на один, даже самый простой, вопрос преподавателя, хотя перед этим дома отрепетировал более сложные вещи.*

— Это волнение эго. Оно характерно для очень многих людей.

— *Я пытался разобраться со своей ложной личностью, выявить её черты.*

— Вы можете сделать это сейчас. В каком положении вам сложнее всего оказаться? Чего вы боитесь больше всего в группе?

— *Боюсь говорить.*

— Не из-за того ли, что ваш образ становится другим? Вы боитесь потерять собственный образ.

— *Да.*

— Что же это за образ такой, что вы так боитесь расстаться с ним? Вы сами его создали и сверяетесь с ним.

— *У меня ощущение, что я в дерьме.*

— Откуда оно?

— *Со мной происходят неприятные вещи.*

— Вы не задумывались над тем, что кто-то другой мог быть в восторге, если бы с ним происходило то же, о чем вы отзываетесь как о неприятном?

— *Так оно и есть.*

— Всё зависит от того, как вы оцениваете то, что происходит. Кто-то обиделся подарку в сто долларов, потому что ждал тысячу долларов. Другой, получив те же сто долларов, будет счастлив. Этот мир создаётся представлениями и связанными с ними ожиданиями.

Управлять этим миром вы можете, если владеете своими представлениями, что возможно только при осознании. Всё, о чём мы здесь говорим, и то, что здесь происходит, есть результат представлений, которые порождаются и сохраняются в уме.

Я вам сейчас рассказал механизм того, как вы породили свою проблему, и показал разные варианты того, как можно её изменить или вообще отбросить. Сделать это вы сможете только в том случае, если увидите, что проблема порождена вашими представлениями.

Они могут быть разными, например, такими: «Люди ко мне хорошо относятся» или «Я моральный», «Я плохой». Всё, что здесь есть, только представления, и, если вы их не осознаёте, они вовлекают вас в свою игру. Осознавая их, вы можете ими жонглировать.

Победа каждого — это победа всех

— Я почувствовала, что выхожу, что группа дала мне всё, что могла. У меня было телепатическое общение с каждым. Я очень сильно чувствовала вашу поддержку, Александр Александрович, но теперь уже могу обходиться без костылей.

— Мы — единая команда, и работа здесь идёт на всех. Вот почему победа каждого это победа всех.

— Я чувствую себя воином любви, созидания, творчества.

— Воин Света обладает мечом — разделяющим, чтобы ясно увидеть то, что есть, а, увидев, соединить.

— Когда я падала, то читала молитву:

Из точки света, что в Уме Бога,

Пусть свет проявится в уме человека.

Да сойдет свет на Землю.

Из точки Любви, что в Сердце Бога,

Пусть любовь прольется в сердце человека.

Из точки пространства, где Цель Бога известна,

Пусть осуществиться цель,

Которой осознанно служат Учителя.

Я почувствовала выход на этот уровень.

— Помнишь, когда я тебе это читала, ты меня спрашивала, что я при этом чувствую, что мне это дает. И я ответила тебе: «Самое главное, чтобы ты осознавала это».

— Очень важно не просто воспринимать друг друга как женщину или мужчину, а как Единое Христово Сознание, видеть в человеке Христово Сознание, обращаться друг к другу как к многомерному сознанию. Если вы будете внимательно смотреть в глаза другого человека, то увидите все маски, которые он когда-либо надевал, и, пройдя через многое, в конечном счете, придёте к тому, что мы есть Единое Сознание.

— Вчера у зеркала, глядя на свое лицо без косметики, я почувствовала контакт с зазеркальем и в точке фиксации взгляда в межбровье увидела третий глаз.

— Вспоминайте и вы увидите многое. Это могут быть ваши различные воплощения, реальности, миры. Вы можете увидеть новую Землю, у которой два Солнца. Здесь одно Солнце, а мир двойственный, и есть тень. Это мир теней. А там два Солнца, и нет тени. Именно ваша тень создаёт иллюзии вашего восприятия самого себя. Не темнота, а тень, с которой вы всё время боретесь.

— Вчера вечером у меня произошёл такой сильный спад энергии, что я не могла идти. Было ощущение распирающего шара. Я села у забора, спросила себя о том, что произошло, и почему-то соотнесла случившееся с группой.

— Правильно сделала. Это случилось с тобой после выполнения задания, когда мы, выходя из дверей, при желании освободиться должны были сказать: «Я освобождаю себя от всего, что мешает мне жить». Каждый выходил и говорил эти слова. Ты просто освобождалась от того, что мешает тебе жить.

— Обратите внимание, это произошло у забора, что очень символично. Забор — то, что нас отгораживает. Вы подходите к нему, и тут возникает сомнение: пройду или нет? Забор исчезает, как только вы его ясно увидели и осознали свои ограничения.

— У меня ощущение, что, приехав в Тюмень или Москву, я узнала бы тех, кто в вашей группе, не восприняла бы их как незнакомцев. У меня было видение, в котором мы передавали друг другу факел. Я поняла, что мы разучились жить чувствами, не давая себе этой возможности. Это была жизнь в стойке борца — закрытого, закованного в броню. Всё, что я получила, трудно объяснить словами, и я благодарна за то, что наша встреча состоялась. В одиночку этот путь пройти было бы тяжело. На словах, теоретически, всё понятно, но как только возникает ситуация — понимание уходит. Работа в группе это высокая ступенька, на которую ещё надо подняться, но дальше будет намного легче.

— Что суждено — случиться обязательно. Это есть в нашем сценарии, который мы вместе написали.

— Я здесь получила возможность понять, кто я и что я без каких-либо сравнений себя с кем-то. Я считала, что ничего не умею, не понимаю, что хуже всех, уничтожая себя этим всю жизнь. Теперь пришло понимание, что я часть чего-то целого. Медитируя, представила хрустальный кристалл, лучи которого идут к каждому. Мы его питаем и сами от него питаемся. Мы и есть этот кристалл.

— Я увидела, что произошло соединение: красная река из России — к нам, а от нас голубая — в Россию. Потом увидела хрустальный кристалл, пока ещё очень хрупкий. Наша задача состоит в том, чтобы поддерживать силу этого

кристалла. Я очень много получила для себя, в том числе увидела двойственность своих многочисленных «я». Теперь есть с чем работать.

— В группе возникают разные конфликты: кто-то кому-то нравится, а кто-то — нет. Это полярности внутри и вовне. Вы увидите, как будет происходить соприкосновение с ними. И тот, кто вызовет у вас эмоциональное наибольшее чувство — приятное или неприятное, — очень важен, потому что с его помощью станет видна ваша двойственность, которую вам надо осознать в себе. Начните говорить искренне, и вы сможете увидеть их. Тогда станет ясно, что мы одно.

В группе есть всё, что нам нужно сейчас для понимания себя, а то, что нужно будет проходить дальше, принесут вновь пришедшие люди. Поэтому очень внимательно относитесь к каждому, кто приходит. Они приходят для того, чтобы дать вам возможность увидеть что-то и самим получить такую возможность.

Духовное родство

— Перед приездом сюда я был в Тюмени и проходил интересный опыт проживания. Я увидел, что всё происходящее здесь, — результат длительной войны огня и воды. Огонь и вода — два взаимоисключающих элемента. Они никак не могут прийти к непосредственному партнёрству. Мы пришли к тому, что оно должно происходить через воздух. Воздух — то, что относится и к воде, и к огню. Огонь — это усиление, очищение и трансформация эмоций.

Я посмотрел, что мы делали в этот раз и что получили для группы, процесса и для себя лично. Здесь произошло открытие сердца России. Наша боль трансформировалась через двойственность «люблю — ненавижу». Для нашего процесса произошел выход за пределы России. Для группы был создан кристалл. Это изумруд с гранями шестиугольника. Он служит устройством, с помощью которого транслируется энергия Безусловной Любви. Теперь он установлен здесь, и через него эта энергия идет на Запад.

— У меня появилось чувство единства со всеми в группе и желание объединить всех людей, которые желают осознать себя как Душу. Раньше были похожие состояния, и сейчас я нашел подтверждение этому. Появилась большая уверенность в своих силах, каждый день я ощущал вхождение этой силы. Что касается личной цели — это возвращение домой меня, как Души, обогащенной опытом в этом мире двойственностей.

— Что такое дружба я познала только в группе.

— Я видел пирамиду. Множество её граней были дорогами, которые соединялись. Эту структуру создала группа.

— Это гора, по которой все идут к вершине, но каждый — своей тропой.

— Я видел белый туман. На близком расстоянии можно было рассмотреть, что он состоит из белых линий, каждая из которых — пирамида. Потом я увидел такую же картину в зеркальном отражении. Они закручивались в разные стороны, в центре был шар, который всем этим играл.

— Так устроена вселенная. Вы сами можете просмотреть на то, что происходило в нашем процессе с помощью символов. Просматриваете и рассказываете. Важно, что во время вашего рассказа идет новая энергия.

У нас установлена прямая телепатическая связь со всеми, кто задействован в этом процессе. На любой вопрос вы можете получить ответ телепатически.

— Я чувствую, что должен быть код такой связи.

— Найдите его сами. Для каждого он свой. Почувствуйте энергию каждого участника нашей группы.

— Я прочувствовала энергию Юли, вашу и Юры как своего сына, потом это перешло в ощущение равенства.

— Когда я сегодня проснулся, то почувствовал, что все, кто здесь сидят, мне братья и сестры. Это совершенно другое состояние, в котором даже дочь моя была мне сестрой. У меня такое впервые. Захотелось, чтобы все это почувствовали.

— Это духовное родство. На самом деле Мы Есть Одно. Через единство мы входим в любую реальность. У вас есть эти знания, их просто надо вспомнить. Знания будут приходить по мере вашего вспоминания себя.

Глава 4. Диалог втроем

На одном собрании зашла речь о падении нравов.

— Если так пойдет и дальше, мир перевернется вверх дном! — воскликнул один из присутствующих.

Не успел он закончить, как Насреддин заметил:

— Как знать, а, может быть, дно окажется лучше верха!

Искренность — начало трансформации

— У меня необычное состояние: возможно, я оказался в сердце. Ушло возбуждение. Это состояние длилось примерно час, и я пытаюсь рассказать, что со мной происходит.

— Прикоснёмся?

— Да.

— Есть некий ракурс восприятия, с которого можно посмотреть на то, что с вами происходит. Я рассматриваю этот семинар как этап нашего процесса, происходящего сейчас в этом месте. Вы меня пригласили в свой город. Любой город откликается через конкретного человека, который начинает набирать людей в группу. Такой человек сталкивается с различными проблемами, которые вытекают из его состояния и личностной программы. Но его проблемы отражают так же и особенности места, в котором он проживает.

— У меня вчера были мысли: «Я отказался от возможности увидеть что-то в целом». Я буду рассказывать всё, что для меня важно, что, может быть, никогда не рассказывал, для того, чтобы увидеть полностью всю картину и что-то узнать. Мои мысли крутились вокруг нашей работы.

— Если вам удастся с этим разобраться, вы поможете здесь многим людям. Энергия понимания распространяется, и в связи с этим для других понимание будет происходить значительно быстрее и менее болезненно. Первому всегда сложно, потому что он идёт в то, что пока неизвестно. Но если он прошёл, следом за ним это могут сделать остальные. Он знает, как провести их. Но в начале должен пройти он сам. С точки зрения нашей работы это выход не одного, а многих.

— В ином случае мы будем ходить по кругу. Многое забалтывается. Я отношусь к группе как к ребенку, она для меня очень многое значит. Не хочется, чтобы были какие-то трения с нашей стороны. Я помогала Юре собирать группу, поддерживала его и хочу, чтобы группа сохранилась.

— Сила пары велика, но и сложностей больше. Если вам удастся пройти вдвоем, то вы приобретёте очень многое.

— У меня есть сильное желание разобраться и очень большие надежды на семинар, на вас. Я хочу увидеть и понять, что надо делать.

— Во мне есть части, которые хотят понять и работать, но я не знаю, с чего начать.

— Начните с чего угодно, мы всё равно придем к тому, что важно и нужно.

— Тогда я начну с детства. Я рос в неблагополучной семье. Отец пил, сидел в тюрьме. Мать тянула нас с сестрой одна, и я очень рано увидел то, что маленьким детям видеть не положено. Мы все жили в одной комнате, и мать с отцом занимались любовью у нас на глазах. Я пробирался к кровати, чтобы посмотреть, испытывая сильное возбуждение. Меня рано стали очень сильно привлекать подобные вещи.

— Сейчас не надо ничего объяснять, просто рассказывайте какие-то эпизоды из жизни. Они потом соберутся в общую картину.

Страх и сексуальность

— Я этого и хочу. Моей сестре было три года, а мне — семь лет. Когда мать уходила, то оставляла её на меня. Я выбегал из комнаты, а она плакала и звала меня. Стоя за дверью, я ждал, когда у неё начнётся истерика, тут же вбегал и успокаивал: «Не плачь. Все хорошо». Она сразу успокаивалась, и я опять выходил. Вот такие вещи вытворял.

— Надо было получить сильное эмоциональное напряжение?

— Да. Я доводил её до какого-то состояния, чтобы самому получить возбуждение. Помню, я в детстве воровал, но не для того, чтобы заполучить какую-то вещь. Обычно это происходило в курятнике моей тети. Я запускал руку, и вокруг меня активизировались все звуки, шорохи, движения так, что я начинал их ощущать. Это было возбуждением, которое меня привлекало. Помню, что к матери приходили мужчины. Я просыпался и наблюдал. Противно и в то же время

интересно. Противоречивые состояния. Я боялся пьяного отца, когда он бушевал, разбивал мебель. Меня он пальцем не трогал, но я боялся его разъяренного состояния. В день получки, когда он задерживался на работе, я испытывал тревогу, которую и сейчас чувствую. Одевал сестру и сам одевался, готовился к побегу. Всю ночь в напряжении проводил, ничего не мог сделать со своим страхом. Когда вспоминаю, трясусь весь, особенно руки. Побегашь, разомнешься — вроде проходит. Потом опять начинается.

— Сильное внутреннее напряжение выходило через движение?

— *Да. Я инстинктивно начинал разминаться, бегать, чтобы это прошло. Когда я учился в пятом классе, то наблюдал за девочкой, которая мыла пол, и занимался онанизмом. Меня привлекла её поза. Хорошо помню, что мелькнула мысль: «Какой я умный. Никто этого не знает, кроме меня». Я получил кайф. Но потом стал очень переживать, что это всё неправильно, плохо и делать так нельзя. И с этим тоже были связаны очень сильные переживания. Был такой случай. В бане я увидел однорукого мужчину, помог принести ему таз. Моюсь, а у самого мысли: «Он потерял руку, своё здоровье отдал на войне за меня, гадёныша такого. А я, сволочь, вот чем занимаюсь». Всё вокруг гремит, паром окутано, а я рыдаю. Сейчас происходит практически то же самое: очень сильное чувство вины. Удовольствие влечет, и в то же время я мучаюсь.*

Когда я женился на Ларисе, всё прекратилось, но появился страх, что из меня всё вытекло и может не быть детей. Хорошо помню, что разрешал себе близость один раз за ночь, экономил. Жена предлагала презервативы, а у меня это вызывало истерику, и я их выкидывал в окно, понимая, что с ними ребенка не будет.

— А если не будет детей, то что?

— *Тогда бы я считал себя неполноценным человеком. Что же я за мужик такой, если не могу сделать ребенка. Значит, не мужчина. Ещё я очень много занимался воображением. Меня привлекал определённый тип женщин, который я искал, гуляя по улицам. Прежде всего, обращал внимание на грудь, а потом уже на лицо и фигуру.*

— А грудь — это что?

— *Не знаю. Может быть, это связано с материнской грудью, наполненной молоком.*

— Если продолжить ассоциацию, то это материнское молоко, забота матери?

— *Может быть, это любовь.*

«Когда я смотрю на женщину, то вижу грудь...»

— Ребенок уткнулся в грудь и ему очень хорошо. Он защищен, накормлен, у него есть всё, что ему нужно. Важно понять, что это значит для вас.

— *Меня влечет только это. Когда я смотрю на женщину, то вижу грудь. Поймал себя на том, что сидя у телевизора, перескакиваю с канала на канал, ищу женщин. Ночью смотрю эротические программы, а сам боюсь, что жена или дочь услышат.*

— Недавно, я посмотрел фильм «Автокатастрофа». Парень попадает в серьёзную автомобильную аварию, и в связи с ней у него возникает сексуальное возбуждение. К нему притягиваются люди, у которых случилось то же самое, и образуется некая группа, которая всё время ищет и создаёт автомобильные аварии, для того чтобы получить сексуальное возбуждение.

Я подумал о том, что сексуальная энергия — это энергия жизни. В ней заключён творческий импульс. Как же она используется людьми? Она фиксируется, как правило, в детстве на каких-то очень сильных драматических, эмоционально насыщенных ситуациях. Например, на таких, о которых рассказывали вы.

Эта энергия получает узкое направление выхода или канализируется, сужается и начинает создавать именно такие ситуации.

В вашем случае это сексуальная ситуация, связанная с виной: я не должен на это смотреть, но смотрю. Ум начинает использовать сексуальную энергию для поддержания фиксации на чувстве вины. Он ее создал и поддерживает. Ум забирает сексуальную энергию и использует её для воспроизведения определённых ситуаций, в которых заставляет вас испытывать вину и осуждение. Это механизм, с помощью которого ум удерживает состояние страха.

Что мы можем сделать для своего освобождения? Рассекретить этот механизм ума и высвободить сексуальную энергию. Сейчас обусловленный ум ее контролирует для расщепления на два полярных состояния: вины и осуждения.

В вашем случае восприятие возникает через физическое зрение, поэтому вам важны физические формы, например, грудь. Хотя таким стимулом может быть, например, раненое тело, как в том фильме, о котором я рассказывал.

Как же снять такие фиксации? Через осознание. Этим мы сейчас и занимаемся. В обычной психиатрической больнице не работают с осознанием, не

выходят за пределы эго. Они пытаются «перепаять» контакты в уме. Но, разорвав один контакт, соединяют другой. Их попытки сводятся к приведению ума в так называемое «нормальное состояние», но это фикция, иллюзия. Поэтому единственный способ освободить себя — осознать то, что есть. Если вы увидите механизмы, с помощью которых ваш обусловленный ум фиксирует вашу сексуальную энергию, то вы её сделаете свободной. Тогда вы сможете творить свою жизнь, имея выбор, а так его нет. Вы просто повторяете свои травматические ситуации, даже не видя этого.

— *У меня всё время было желание рассказать об этом. Я чувствовал, что один не могу. Что только ни делал, чтобы избавиться от этого. Доводил себя до такой усталости и состояния полного бессилия, чтобы ничего уже не хотелось.*

— Вы осуждали себя за это и чувствовали вину?

— *Да.*

— Таким образом, вы и поддерживаете воспроизводство подобных ситуаций в своей жизни. Ваши представления поддерживаются, когда на них идет энергия, в том числе, и на борьбу с ними. Например, вам хочется чего-то, что, как вы считаете, запрещено, нехорошо и тому подобное. Вы будете бороться с такими желаниями и от этого еще больше хотеть. Их сила будет нарастать как снежный ком.

От такой борьбы с самим собой вы обессиливаете. Страх усиливается. Пытаясь от него избавиться, вы начинаете осуждать себя ещё сильнее, что приводит к ещё большей эскалации внутреннего конфликта.

Личностная программа — это механизм, работающий только на себя

— Вы готовы увидеть механизмы работы вашей личностной программы? Это не просто. Здесь есть большая хитрость. Ум оберегает этот механизм. Даже то, что вы рассказываете, может работать не на осознание, а на его усиление. Потому что обусловленный ум использует всё, что угодно, для своего укрепления и поддержания. Он может всё это рассказывать, для того чтобы получить ещё больше энергии. Вас слушают — энергия идёт. Куда? В этот же механизм. Создаётся впечатление, что вы рассказываете, чтобы осознать. А на самом деле механизм может это использовать для своего собственного усиления.

— Я очень хочу увидеть этот механизм. Но есть что-то, что сопротивляется этому.

— Я прошу вас посмотреть и рассказать о том, что сопротивляется.

— Когда я сказал о своем желании, тут же заметил сопротивление. Опять возник страх, что вы сейчас предложите мне сделать что-то, и я должен буду выполнить это. Скажите: «Если ты готов с этим расстаться, сделай при мне то-то и то-то».

— Вы боитесь действия, а не рассказа. А когда речь заходит о том, что пора действовать, возникает страх. Вы рассказывали то, что не всякий решится рассказать о себе, и со стороны могло показаться, что вы предельно искренни. Вы продолжали говорить, не слушая меня и уверяя в том, что хотите разобраться, но при этом, даже не слышали моих пояснений. Механизм работает сам на себя, и эта ситуация используется им для его усиления, а не для осознания. Я могу сейчас создать ситуацию, в которой этот механизм лишится энергии. Я готов это сделать. Посмотрите внутрь себя. Что там сейчас активизируется?

— Страх.

— Сейчас пойдёт его усиление, он начнёт выпускать щупальца.

— Пошли мысли о том, что если со мной что-то произойдёт, вы меня вернёте, приведёте в себя.

— Готовы ли вы полностью, без остатка избавиться от этого механизма? Избавление должно быть полным. Механизм должен быть полностью разобран.

— Давайте.

Осознание вины и страха

— Хорошо. Может быть, Лариса захочет что-то добавить? Ведь вы в одной связке. Это очень важно, так как освобождение не может произойти с кем-то одним, а только у вас вместе.

— Я воспитывалась совсем в другой семье. Нас было три сестры, которых родители очень любили. Возможно, между собой у них не было большой любви, потому что в то время браки совершались по необходимости. Оба — сироты, жить негде было, вот они и соединили свои судьбы. Мама у меня строгая, мы всегда были под присмотром, хорошо учились. Юра стал моей первой любовью. Был ещё мальчик, с которым я недолго дружила, но выбрала Юру. Мои родители

были против, боялись его неблагополучной семьи, хотя и знали Юру еще ребенком, очень спокойным и заботливым по отношению к сестре и матери.

Когда мы поженились, то жили отдельно, заботились друг о друге. Детей очень любили. Всё было спокойно и нормально. Много ездили, предпочитая активный отдых. В 1994 году Юра занялся бизнесом. Он выкладывался, но ничего не получалось, и очень быстро выдохся. Он решил заняться торговлей и стал ездить в Россию. Разница в ценах приносила скромную прибыль, но большая удача нам не улыбалась. Он издергался, измотался, приезжал оттуда совершенно замученный. Там он встретил нашу соседку, можно сказать, роковую женщину. Все мужчины, которые были рядом с ней, погибали, причем очень быстро: кто в автокатастрофе, кто от пьянки, кто в драке. В общем, он был с ней, и я это сразу почувствовала, видела сны об этом, о которых потом ему рассказывала. Я видела, что ему тяжело, что он испытывает чувство вины, и оба страдали молча. Я его жалела, а он — меня. Как-то он снова собрался туда ехать. У меня и мысли не возникло, что он едет на встречу с этой женщиной. Я его не удерживала. Он очень быстро вернулся и сказал, что такая работа не для него, что это ему не нужно. Я много работала, но пришлось кое-что продать, потому что жить было не на что. Он устроился на работу. Его приняли, и это было чудом. Всё шло как будто к выздоровлению. Я часто замечала его возбужденность по отношению к другим женщинам и никогда не воспринимала это как что-то плохое или запретное. Мне даже было приятно, что мой муж нравится другим женщинам, но не допускала и мысли о его сексуальном сближении с кем-то. Это для меня было бы тяжелым испытанием, которое не хотелось переживать ещё раз. Я всегда ему доверяла, но и от своего женского самолюбия не хотела бы отказываться. Здесь в группе произошло что-то, что имело отношение к Лене. Я не обиделась, просто сказала: «Юра! Если это будет как-то в группе развиваться, тяжело будет всем, и группа может распасться». Я ничего не видела и не замечала, мне говорили об этом. Я не верила, но теперь вижу явный флирт, особенно со стороны Лены. Ей в группе сразу захотелось проявить себя, и Юра попался на её уловки. Я почувствовала беспокойство, когда Юра начал сильно давить на меня вплоть до того, что хоть уходи из группы, создавал безвыходные ситуации: назначал занятия в те дни, когда мне надо было идти на работу или на курсы. Искал любые уловки, чтобы только я не смогла прийти.

— Вы можете увидеть в этом механизм его поведения в связи с тем, о чём он накануне рассказал?

— Я поняла, что у него была вина, а потом реакция на неё.

— Расслабьтесь. Когда рассказываешь об подобных вещах,ходишь в очень сильное эмоциональное состояние и фактически ничего уже не воспринимаешь. Вы

говорите, а так как это болезненно, то говорите вы всё время. Вам надо не просто проговорить, но и осознать то, что вы говорите. Поэтому я буду вас останавливать, чтобы вы успокоились. Тогда вы сможете увидеть механизм, а, увидев, избавиться от него.

Это не Юра, а механизм, который работает в его уме. Очень важно понять, что мы сейчас говорим о механизме, а не о человеке в целом. Компьютерная программа — это не компьютер. Её можно убрать или заменить. Мы сейчас это и делаем.

Каков механизм вашей ситуации? Он дуальный. Должна быть сторона, которая возбуждает и притягивает, и противоположная сторона, которая не хочет этого и порождает чувство вины и самоосуждения. Создаётся противодействие противоположных сил. Одна женщина хочет, чтобы это произошло, а другая — нет. Чем больше нагнетается ситуация, тем сильнее ваше возбуждение. Так работает этот механизм.

Он требует от вас найти женщину, которая захочет начать игру. У неё работает тот же механизм, которому вы так же нужны, для того чтобы создать ситуацию противодействия и вины. Юра вас любит, но он же заставляет вас впадать в истерику. И тогда возникает сильное чувство вины. Прочувствуйте то, как работает механизм.

— *Значит, мне нужен стресс, чтобы получить возбуждение?*

— Да.

— *Я искал этих состояний.*

Как обусловленный ум использует сексуальность

— Да. Потому что тогда вы чувствовали, что живёте. Сексуальная энергия — это энергия жизни, которая создаёт ощущение полноты жизни. Ум, забирая эту энергию и используя её для работы собственных механизмов, порабощает ее. Так происходит, и отсюда все страдания.

— *Я пытался в этом разобраться, но не пришел к тому, что искал возбуждения. Я только сейчас это увидел. Думал, что Лариса мешает мне, не дает получить удовольствие, поэтому искал любые способы не пускать ее на семинар.*

— Сексуальная энергия — это энергия Безусловной Любви. А обусловленной её делает наш ум, разделяя её на две части: осуждение и вину. Таким образом, она начинает служить ему и обеспечивает работу его механизмов. Это и есть реализация принципа: разделяй и властвуй.

Если мы осознаем и уберём разделяющие механизмы ума, то получим неразделённую энергию Единого Источника. Это и есть прямой путь к самому себе. Но наша личностная программа и обусловленный ум сопротивляются этому, чтобы не потерять свою власть. Как они это делают? Накладывая на сексуальное удовольствие чувство вины и самоосуждение. Сексуальные запреты — один из важнейших факторов, сохраняющих и поддерживающих состояние сна нашего сознания или забывание самого себя.

— *Я считал, что удовольствие нельзя испытывать.*

— Сексуальность без запретов — это прямой путь к вспоминанию себя.

— *Получается так, что, с одной стороны, я создаю стрессовую ситуацию для получения возбуждения, а, с другой стороны, накладываю запрет на удовольствие, которое хочу получить.*

— Совершенно верно. Если человека лишить удовольствия, он начнёт думать о самоубийстве, и, в конечном счете, может убить себя, попав в аварию, заболев, спившись или ещё как-нибудь. Когда вина достигает высокой степени, человек убивает себя и других. Он уже в аду. Удовольствие — последняя ниточка, и если его запретить, то вообще ничего не будет. Но и оно перекрывается умом, который накладывает запрет на такое состояние.

Вы хотите получить удовольствие, но не можете испытать его до конца, так как моментально возникает вина, и вы не можете ни вдохнуть, ни выдохнуть. Можно менять женщин, но всегда будет повторение одного и того же. Каждая последующая будет дарить вам чувство вины.

Не случайно женщина, которая встала между вами, оказалась роковой. Она просто мстит. У Бальзака есть повесть, в которой рассказывается, как во время войны с Пруссией одну женщину насилуют и заражают сифилисом. Она хочет покончить с собой, но потом решает этого не делать. Она начинает мстить, гуляет с прусскими офицерами и заражает их. Ей уже нечего терять, и у неё только одна цель — отомстить.

Программа саморазрушения может притянуть к такого рода женщинам. Это механизм. Он так работает и у мужчин, и у женщин. Его надо увидеть, иначе будете попадать в такие ловушки всё время. Может показаться, что со следующей женщиной вы что-то получите, но становится ещё хуже, потому что каждая

последующая еще более усугубляет вашу вину. В итоге вы приходите к состоянию ожесточения и сами начинаете убивать других.

— *Я вижу его муки, они сильно воздействуют на меня, но не знаю, как ему помочь. В истерике я ему прямо говорила: «Вот тебе кровать. Если есть желание, делай, что хочешь». В спокойном состоянии говорила, что не вижу в этом ничего плохого, что всё прекрасно понимаю.*

— Стоп. Здесь очень важный момент. Вы ему говорите: «Делай, что хочешь». Но он не станет этого делать. Я вижу здесь механизм. Он не делает этого, снимая тем самым с себя ответственность. Он не хочет взять на себя ответственность за свои поступки. Вы даете ему разрешение делать всё, что он хочет, и если он воспользуется этим, то должен будет полностью отвечать за всё, что сделает. Тогда ему придётся столкнуться с самоосуждением, так как не будет той, кто его осуждает.

— *Значит, мне надо взять ответственность за происходящее?*

— Да. Допустим, вы разрешаете ему делать то, что он захочет, даже в собственном доме.

— *Я могу уйти жить к родителям и буду сама себя обеспечивать.*

Избавиться от вины можно, только взяв полную ответственность за себя

— Механизм не допустит этого. Почему? Потому что иначе вам нужно будет взять всю ответственность на себя. У вас не будет стороны, перед которой вы чувствуете вину. И механизму опять придётся искать такую женщину. И тогда вам придётся привести двух женщин и опять начать ту же игру с одной и с другой. Тогда одна из них ревнует, и вы испытываете вину. Механизму нужно испытывать вину. Если нет того, перед кем ее испытываешь, ситуация исчерпывается. Но для этого надо взять всю ответственность на себя. И увидеть этот механизм в самом себе, не проецируя его на других игроков.

Такой механизм основан на мужской гордыне. Мужчина я или не мужчина? Вы всё время спрашиваете себя об этом, доказывая себе, что вы мужчина. Механизм заставляет это делать через детей и женщин. Вы хотите женщину, чтобы понять, что вы мужчина. Рождение детей будет значить, что вы мужчина.

Отсутствует внутреннее понимание собственной мужественности. Иначе бы не требовались доказательства.

Огромное количество мужчин и женщин вступают в связи, для того чтобы подтвердить свою квалификацию. Даже самые красивые женщины не уверены в том, что они женщины. И очень мужественные, как может показаться со стороны, мужчины совершенно не уверены в том, что они являются таковыми. Поэтому им все время приходится подтверждать это.

Внутреннее ощущение уверенности исходит из принятия полной ответственности за свои мысли, чувства и действия. Если это так, то вам некого обвинять в своих поступках, мыслях и чувствах.

— *Она сама хочет дать мне разрешение.*

— Зачем оно вам? Вы всё время просите разрешения. Если вам хочется быть с кем-то, зачем надо просить у неё разрешение и не чувствовать себя при этом мужчиной?

Взяв ответственность на себя за то, что он делает, мужчина полностью берет ответственность и за все последствия этого. Допустим, он захотел быть с какой-то женщиной и отлично понимает все возможные последствия этого. Возможно, что жена, узнав об этом, уйдет и не захочет с ним больше видаться. Каждый сделает свой выбор. Это и есть полная ответственность.

Что получается в вашей ситуации? Вы хотите удержать и то, и это. Но тогда нет ощущения мужчины, тогда вы должны просить разрешения. Потом какая-то другая женщина заведет вас в ту же ситуацию, и вы опять будете у неё просить разрешения. Это бесконечный бег. Делать что-то, так уж делать. Вы принимаете решение и берёте ответственность за возможные последствия.

Вчера я сказал одной женщине, что она не живая и не мертвая, отлично понимая все последствия этого: она захочет встать и уйти. Я был готов к этому. Я делаю такие вещи, которые могут быть восприняты некоторыми людьми как нечто неправильное, нехорошее и так далее. При этом я беру полную ответственность на себя за то, что, возможно, они так это воспримут, и знаю, зачем я так делаю.

Мне не требуется разрешение от кого-либо, я сам решаю, что мне делать. Именно тогда возникает ощущение силы. Ведь она даже не в сексуальности. Это следствие. Сила в ответственности. Я принимаю какое-то решение и отвечаю полностью за его последствия.

— *Получилось так, что он уехал без скандала и моих истерик. По возвращении я догадалась обо всём и сказала ему: «Юра, я чувствую, что у тебя была женщина». Вижу, он заметался. Но мне не нужны были его объяснения, ведь*

мы прожили столько лет вместе и любили друг друга, поэтому я сразу почувствовала всё. Он не мог ничего мне сказать, я сказала за него. Хотя сейчас думаю, что надо было так повести разговор, чтобы он сам признался. Возможно, тогда он меньше бы страдал.

— Он приехал с тем, чтобы быть наказанным. Опять чувство вины, опять механизм, который хочет наказания за совершённое. Если вас накажут, вы почувствуете некоторое освобождение. Грешите и кайтесь. Но вы не можете каяться, если не грешите. Значит, надо согрешить, а потом покаяться.

Эта идея очень хорошо просматривается в русском характере. Некоторые считают, что если они каются, то идут к Богу. Но чтобы каяться, надо грешить. И вот вы попали в ловушку дуальности.

Если я хочу что-то делать, то делаю. И вовсе необязательно испытывать вину, которая влечёт за собой желание быть наказанным.

Никто об этом не знает

— *Юра всегда испытывал недостаток внимания со стороны родственников, родителей, а с отцом они вообще практически не общались. Из-за этого он чувствовал себя уязвимым. Став взрослым, он поехал на могилу отца, его очень туда тянуло. Время от времени навещает мать, с которой мы переписываемся, но с сестрой у него контакта практически нет, хотя я вижу, что какая-то тяга к ней существует.*

Я никогда не веду разговоров с мамой о своей жизни. Никто о нас ничего не знает, кроме тех, кто в группе. Я всегда скрывала свою личную жизнь от посторонних глаз и ушей, не хотела даже, чтобы и в группе знали. Мы живем в маленьком городке, в котором все друг друга знают, и мне было бы тяжело услышать что-то плохое о Юре.

— Могу рассказать историю из собственной жизни. Всегда есть что-то, что стараешься скрыть, не выставлять напоказ. У нас с бывшей женой тоже были конфликты на эту тему. Лет пятнадцать назад приехал один американец проводить тантрический семинар. Тогда это было в диковинку. На семинаре все были раздетые. Организаторы семинара решили сделать себе рекламу и пригласили его участников на телевидение. Я надел свой лучший костюм, думал, что будет разговор. Но они предложили сделать то же, что и на семинаре — раздеться. Всё это снималось.

Я им сказал: «Снимайте или задницу, или лицо». Они согласились, но через какое-то время приходит жена и говорит, что ей каждый второй на улице рассказывает о том, что видел меня голого по телевизору. Мы тоже жили в небольшом городке, где все друг друга хорошо знают. Это дало очень мощный импульс для вскрытия моих механизмов. Именно таким образом была выбита пробка из бутылки моей подсознательной стороны. А жить с ней я уже не мог. Я говорю об этом сейчас, потому что и здесь происходит нечто подобное.

— *Чувствую, что до этого у нас ещё не дошло, и не вижу в этом какой-то большой крайности. Мне просто хочется помочь Юре, чтобы он обрёл внутренне спокойствие.*

— Вы говорите о помощи Юре, но на самом деле это касается вас обоих.

— *И мне необходимо то же самое?*

— Да. Это касается ваших внутренних женщины и мужчины. Вы сейчас говорите о своём внутреннем мужчине, а он — о своей внутренней женщине. Поэтому, если вы хотите разобраться в себе, то эту ситуацию надо использовать правильно.

Всё, что он рассказывал о своем механизме, касается и вас, потому что вы в этом механизме являетесь не последней шестерёнкой. Очень важно понять это и ещё то, что я сейчас рассматриваю не вас, а ваши личностные механизмы, которые находятся в сильном зацеплении.

Его шестерёнка поворачивается, но и ваша так же поворачивается вместе с ней. Очень важно увидеть, в каком зацеплении вы находитесь с тем механизмом, о котором он рассказал только что. Иначе сейчас мы не обсуждали бы этот вопрос.

— *Конечно. Ведь действуем мы оба.*

— Хорошо. Как вы поддерживаете его механизм?

— *Он испытывает вину, а я её усиливаю. Не высказываюсь напрямую, а тихо, молча страдаю.*

Жалость, переходящая в вину

— Вы высказываете жалость к нему, говоря: «Его надо обласкать, полюбить, потому что он этого не получил». Но при этом дается не любовь, а жалость, которая потом переходит в вину. Если он ищет вину, вы должны обеспечить ему обвинение. И вы это делаете. Это ваш механизм.

— *Жалость перескакивает на обвинение?*

— Да. Жалость говорит: «Смотри, я тебя жалею, я тебя люблю». У него появляются мысли, что вы всё для него делаете, а он — сволочь такая — вам изменяет. И тогда у него возникает ещё большая вина. Так жалость переводиться в вину. У вас реализуется жалость, но в подтексте всё время идет обвинение. Он очень хорошо чувствует, что вы как бы жалеете, но на самом деле обвиняете. Жалость и обвинение идут рука об руку.

— *Я это увидела. Как теперь от этого избавиться?*

— Избавиться можно, только увидев весь механизм от начала и до конца. Нет другого ответа на вопрос «Как?» А задавать его с ожиданием иного ответа, значит, опять продолжать то же самое. Надо увидеть все детали, все мелочи, потому что в вашем механизме много шестерёнок. Мы сейчас увидели самую большую, но их там много, и они все соединены друг с другом. Надо увидеть всё до последней, самой маленькой шестерёнки.

— *Я представляю, что она готова заниматься сексом только со мной, да она и сама говорит, что с другим мужчиной не сможет ничего.*

— Опять работа механизма. С обычной точки зрения, что может быть лучше, когда так любят, что ни с кем больше быть не хотят. Давайте посмотрим, что в связи с этим может испытывать мужчина, какие у него могут быть мысли: «Если она только со мной, то и я ни с кем больше не должен быть. Я должен сделать всё, чтобы ей было хорошо. Но могу ли я так сделать?»

Она накладывает на вас запрет, который обязательно выльется в чувство вины и самоосуждения. У сексуального центра и физического тела нет морали, той самой ложной морали, которая принята в обществе.

Человек — это энергия, и вы можете почувствовать энергию другого человека, будь то женщина или мужчина. Ваша энергия начинает резонировать ещё с чьей-то энергией. Мораль по этому поводу говорит, что это недопустимо или допустимо в определённых рамках.

Мораль создаёт ограничения, которые порождают осуждение и вину. Но физическое тело исходит из переживаемых им состояний, не связанных с моралью. Оно начинает вибрировать, а ум это интерпретирует, например, так: «Мне нравится этот человек, я испытываю к нему сексуальное влечение». Но возникает голос морали: «Я не могу ни на кого смотреть, кроме одного человека, мне не должен нравиться кто-то еще». А телу наплевать на это. И тогда возникает конфликт между телом и обусловленным умом, который приводит к блокировке энергии, очень сильному внутреннему напряжению и негативу. Негатив должен сливаться куда-то и тогда возникает осуждение.

Причем всё, о чем я сейчас говорю, не осознаётся спящим человеком. Ум не разрешает это осознавать. Возникает бессознательная агрессия, направленная на другого человека, и проявляться она может очень по-разному. Вы не можете говорить прямо, потому что обусловленный ум не разрешает вам видеть целостно. Тогда начинаются придирки, например, по поводу того, что он не так одет, его настроения, поведения и так далее.

— *У меня возникает интерес к другим мужчинам. Юра не прав, говоря, что этого нет.*

— *Может быть и так.*

— *Иногда я испытываю влечение, но нет желания доводить его до сексуального действия. Я чувствую радость и счастье, что мне действительно достаточно быть с Юрой и не хочется никого другого. Наверное, я разрешила бы себе постель с кем-то ещё, но это не сводится только к сексу, мне просто приятны наши прикосновения в танце или объятия.*

Семейный шантаж

— Мы сейчас рассматриваем механизм. В нём должны быть две противоположности, одна из которых — сделать это в постели. Должна быть другая противоположность, чтобы система уравновесилась, — не обязательно делать это в постели. Смотрите, что вы имеете, опираясь на принятую мораль: вы — моральны, он — аморален. У вас есть причина для гордости, очки идут на ваш счет. Заявляя о том, что вам это нравится, но вы никогда так не поступите, вы усиливаете в нём другую крайность. Так работает механизм.

Чем больше один человек настаивает на какой-то крайности, тем больше у другого должна быть развитая противоположная крайность. Иначе система развалится, шестерёнки разойдутся, и механизм не сможет работать. Но как мы видим, механизм хочет работать, и всё время удерживает такое зацепление.

— *Разбираясь с этим, я доходил до того, что принуждал себя отказываться от общения с женщиной только через постель. Для меня женщина — тело в постели, ни о какой духовности и речи не шло. Надеюсь, с одной шестерёнкой разобрались. Я часто пользовался своим правом, спекулировал на том, что она так не может. Чуть что не по мне, так сразу: «Я с тобой развожусь». Это срабатывало, и она делала мгновенно всё, что я захочу. Я знаю, что она мучается.*

— Ваши муки — плата за то, что вы сделали ставку только на него. Если он уйдет, вы теряете всё.

— *Еще одна шестерёнка.*

— За всё надо платить.

— *С моей стороны был бесконечный шантаж по любому поводу.*

— Вы сами дали повод для шантажа. Если вы на это не реагируете, то вас невозможно этим шантажировать. Допустим, приходит кто-то к женщине и говорит, что у него есть компрометирующие фотографии, которые он хочет послать ее мужу. Она боится этого и ее можно шантажировать сколько угодно. Если она разрешит ему сделать это, он уйдет ни с чем.

— *Из загадочного всё стало простым и очевидным.*

— Да. Потому что пришло осознание.

— *Через какое-то время я сам всё прекратил. Меня остановило чувство, что с ней может что-то произойти, она может заболеть. Не из-за того, что стал добрым, а из-за страха перед исчезновением этого механизма. Как-то ночью ей сделалось плохо, пришлось вызывать неотложку, и я понял, что если буду так давить, то потеряю её.*

— И придется искать другого игрока.

— *Вроде того.*

— Вернёмся к работе механизма. Палач-садист сделает так, чтобы жертва мучилась. Ему не надо, чтобы она умерла, тогда некого будет мучить. Он проявит заботу о ней, приводя её в состояние, когда можно будет снова приступить к попыткам.

— *Видимо так всё и работает. Только сейчас я осознал, почему так сделал. Мне казалось, я берегу свою жену из добрых побуждений, но на самом деле это происходило по другой причине.*

— Мы разбираем механизмы борьбы противоположностей.

— *Даже отказавшись от каких-то действий, ничего не решишь.*

— Действия должны исходить из правильного видения. Мы сейчас разбираемся, чтобы начать видеть целостно. Если вы ясно увидите то, что есть, так, как оно есть, то все ваши действия станут правильными, потому что будут исходить из целостного восприятия.

Рассказывать о том, что правильно, а что нет — бессмысленно. Допустим, я предложу вам действия, исходящие из правильного видения, но вы их не выполните. Вы их вообще не поймете или сделаете так, что они приведут к

обратному результату. Так произойдет, потому что видение, которым обладает ваш обусловленный ум, будет диктовать только свои действия, связанные с усилением работы механизма борьбы.

— *Сейчас надо увидеть, как и что происходит. Как мой стресс создаётся виной, как я хочу испытывать вину, чтобы получить возбуждение, приводящее к удовольствию, которое не могу получить до конца из-за чувства вины. Вроде чего-то хочется, и тут же вина.*

— Это идет одновременно. Увеличивается удовольствие — сразу идет вина и снижает его.

— *Знание слабых мест Ларисы даёт мне возможность получать от неё то, что я хочу.*

То, чего вы хотите, боится она. То, чего хочет она, боитесь вы

— То, чего вы хотите, боится она. То, чего хочет она, боитесь вы. Таков механизм вашего взаимодействия.

— *Система отлажена. Вы это имеете в виду?*

— Да.

— *В последнее время я чувствую, что наступает предел. Я нахожусь в состоянии, с которым не могу справиться, и вижу единственный выход в том, чтобы уйти, оставить его. Дать полную свободу ему и себе. Не жалко ни денег, ни машины, ни квартиры. Единственное, что нужно для души — дача, чтобы я могла в земле ковыряться. Всё остальное меня не держит. Скандалы устраивать и делить всё до последней ложки не будем. У меня есть только одно желание — обрести спокойствие. Дети уже взрослые, самостоятельные, можно уйти к родителям. Но решит ли это наши проблемы? Не окажемся ли мы в аду страшнее этого?*

— Невозможно таким образом отбросить механизм борьбы. Изменить его можно, только осознав то, как он работает. Иначе он опять себя восстановит и проявит. Можно уйти, найти кого-то другого, и будет то же самое. Если механизм не понят, он опять себя воспроизведёт.

— *В процессе нашего разговора у меня на многое открылись глаза. Я поняла механизм возникновения многих вещей. Спасибо.*

— Хорошо. Я думаю, мы сделали сегодня то, что надо было сделать.

— *Все эти дни я нахожусь в состоянии эйфории, какого-то внутреннего счастья. Даже неприятные моменты улетучились очень быстро и стали безразличны. Когда раньше я возвращалась к тем ситуациям, у меня возникали негативные состояния, а сейчас почему-то этого нет. И сожаления по поводу того, что было, тоже нет.*

— Развязать этот узел кажется очень сложным, но мы его развяжем легко. Моё намерение — сделать это максимально безболезненно, потому что мне знакома эта боль, я её проходил.

— *Мы уже справились. Это совершенно точно. Вы помогли нам связать между собой фрагменты, которые мы видели по отдельности.*

— Когда вы отождествлены с ситуацией, то невозможно увидеть её механизм. Из ситуации надо выйти, тогда механизм становится видимым. Выйдя из дуальной ловушки, вы сможете выводить из неё и других. Но вначале надо выйти самим. Испытав на собственной шкуре ловушку, вы должны найти выход и выйти, и только потом выводить всех остальных. В этом важность дальнейшей работы в группе — суметь помочь выйти всем остальным.

— *Спасибо вам.*

Выход из ловушки возможен, только когда опыт получен полностью

— *Всё это тянулось очень давно — с самого детства. Я нигде не находил помощи. А сам разобраться был не в состоянии.*

— Вам нужно было получить опыт. Когда происходит выход? Когда опыт уже практически получен.

— *Есть все данные.*

— Раньше это не могло произойти, потому что вы собирали опыт. Он накоплен, и сейчас возникла ситуация, когда можно его интегрировать. Но сам опыт запланировали вы, получить его хотели тоже вы. Наиболее болезненные и драматичные вещи в жизни — самый большой урок и самый большой подарок. То, что сложнее всего, приносит самый большой подарок.

— *Главное моё переживание связано с тем, что я вошёл в страх.*

— Это главное. Вы по-настоящему были готовы увидеть этот механизм. Наверное, вы боялись того, что я буду с вами делать? А мне делать ничего не надо. Вы дали внутреннее согласие и всё сделали сами.

— *Я чувствовал поддержку, когда вы говорили: «Это не вы, а механизм». Это сразу срабатывало, и я мог отделить себя от механизма.*

— Если вы отождествитесь с аппендицитом, то не дадите его вырезать, потому что кажется, что тогда вы умрёте вместе с ним.

— *Важно знать, как делать такую операцию, потому что идёт очень сильный страх.*

— Иногда я усиливаю страх для того, чтобы вы его могли увидеть. Когда врач пальпирует болезненное место, то по реакции видит, где есть нарушения. Он прощупывает тело, чтобы почувствовать, где находится больной орган.

— *Внутреннее решение есть, и я действительно чувствую страх, который не могу скрывать.*

— Этот страх указывает на породивший его механизм, и через это даёт нам возможность его увидеть и раскрыть.

— *Такое признание у меня произошло впервые. Я мучился, искал людей, мне нужно было открыться кому-то. Но это невозможно. А самому себе хоть тысячу раз скажи, но ничего не изменится.*

— Нужно иметь перед собой чистый экран. Если начнёте рассказывать кому-то, кто это не прошёл, он вам это же и вернёт. А большинство людей не решило эту задачу и поэтому могут ещё больше замутить то, что надо увидеть ясно.

— *Я это заметил на встречах группы. Мы действительно не прошли и пытались что-то понять из теоретических представлений.*

— Фактически вы встречаетесь со своим же непониманием. Оно усиливается, и вы попадаете уже в полное непонимание. Но и это имеет смысл, подобный подготовке почвы для засева. Ваши разговоры драматизировали ситуацию и подвели вас к нашему сегодняшнему разговору.

— *Весь наш семинар был подготовлен таким образом.*

— Да. Именно так и было.

— *Я чувствовал, что больше немогу. Надо что-то делать.*

— Я бы назвал ваше сегодняшнее состояние готовностью номер один. Готовность бывает разная. Я приезжал в Санкт-Петербург на неподготовленную почву. Город очень специфический, и почва была неподготовленная: сюда

воткнешь лопату — камень, туда воткнешь — камень. Копать негде. Здесь легче работать, потому что многое уже вами перекопано.

Что такое крест?

— Если подойти к личностным механизмам борьбы с позиции инженера, то можно предложить некоторую универсальную блок-схему. Вы увидите, что у людей есть просто разные модификации этой блок-схемы. Сама она одна и та же. Тогда всё ясно и четко.

Например, хороший автомеханик знает, что такое автомобиль. Ему какой автомобиль не пригони, он быстро в нём разберётся, потому что четко знает, как тот работает. Если вы видите общую схему механизма, то можете чётко увидеть, как он работает в данном контексте.

Что я делаю? Я беру «пробу почвы», то есть активизирую у пришедших на семинар некие механизмы, которые можно назвать проблемами, а затем включаю музыку. Они уже активизированы и начинают проявлять себя. Если делать это только ментально, начинается очень сильное их сопротивление. А через музыку активизируется сердце, и вы начинаете видеть механизмы своих проблем.

Это делается для того, чтобы обойти обусловленный ум, и очень хорошо работает. Ментальная подготовка нужна для того, чтобы активизировать проблемы, всё остальное идет через музыку, то есть чувства. Вот почему у меня такая богатая фонотека. На разные ситуации я даю разную музыку. Механизмы работают на различных энергиях, музыка тоже имеет подобные энергетические качества. В нужный момент я включаю ту мелодию, которая наиболее соответствует данной проблеме или задаче.

— *У меня в воображении часто возникает картина моего распятия на кресте. Иногда он горит. Что это такое? Чувство вины или приношение жертвы?*

— Это распятие трехмерной реальностью. Что такое крест? Есть вертикальная и горизонтальная части креста. Вертикальная часть обозначает сферы бытия, например, одномерную реальность, двумерную реальность, трехмерную реальность, четырехмерную реальность и так далее. Горизонтальная прямая креста обозначает, на каком уровне бытия ты находишься сейчас.

Что такое расширение сознания? Это передвижение, если мы берем аналогию с крестом, по вертикальной прямой креста вверх. Что делают сатанисты? Они тоже пользуются крестом, но перевернутым, то есть они понижают свои вибрации.

У христианского же креста горизонтальная линия выше середины. А что символизирует горизонтальная прямая креста? Дуальность данной реальности, то есть наличие противоположных тенденций. Что значит распятый человек? Это человек, распятый в противоположностях. С одной стороны, он находится во всех сферах бытия на вертикальной линии, с другой стороны, здесь он распят в противоположностях физической реальности. Выйти он может только через центр. А центр — это сердце.

Сам человек образует крест, если стоит, раскинув руки. Можно привести сравнение с лифтом, вход в который находится в сердце. Вы должны зайти в свой храм — сердце, и тогда сможете передвигаться в этом лифте. Вы можете опуститься вниз, что иногда приходится делать, если встречаете человека, находящегося в низких вибрациях. Чтобы вытащить его, вы должны опуститься на его этаж, а потом подняться вместе с ним вверх. Так можно посмотреть на то, что такое крест.

Горение на кресте — это сгорание прошлого в огне осознания. Говорят: «Бог наш — огонь всё испепеляющий и всё пожирающий». Так оно и есть. В этом огне сгорает всё старое, и вы возносите в более высокие вибрации. Это подобно возгонке нефти: низкие фракции идут вниз, высокие фракции — вверх.

— Этот крест с моим горящим распятием возник опять в начале семинара. Первый раз он появился в 1994 году. Тогда у меня было состояние, в котором пошли видения. У меня сроду не было галлюцинаций, а тут началось. Потом я забыл об этом, а теперь вот вспомнил, потому что снова увидел.

— Все приходящие к вам образы являются подсказками, которые нужно научиться расшифровывать. Именно так к ним надо относиться. Обычно же их трактуют каким-то строго определённым образом, навязывающим только один из множества возможных взглядов.

Например, из Христа сделали страдальца, хотя он был существом, имеющим огромные возможности осознания, и пришел показать, что такое Человек. Но всё было извращено, оставили только одно: «Иисус терпел и нам велел». Надо же такое придумать. Хотя на тот момент это соответствовало сознанию, которое тогда было у людей и сейчас есть у многих.

— Когда я читал библию, то продумывал её, так насколько мог сделать это в то время. Чувствовал, что в церкви происходит что-то не то. Прочитав библию, я понял, что это учение о любви.

— Именно о любви.

— Я ушел из церкви, потому что не было удовлетворения.

— Учение церкви построено на чувстве вины, страдании и грехе. Пока она от этого не откажется, ничего не изменится. Но ей трудно сделать это.

Глава 5. Путь творца

К Насреддину пришел человек, желающий стать его учеником. После многих приключений он добрался до хижины в горах, где жил Насреддин. Зная о том, что каждый поступок просвещенного суфия исполнен смысла, новичок спросил у Насреддина, почему он дует на руки. «Чтобы согреться, конечно», — ответил Мулла.

Вскоре после этого Насреддин налил две чашки супа и подул на свой суп. «Зачем вы делаете это, мастер?» — спросил ученик. «Для того чтобы охладить суп, конечно», — ответил учитель.

После этого ученик покинул Насреддина, так как не мог больше доверять человеку, использующему одни и те же средства для достижения разных результатов.

Любовь — это проблема?

— *Для меня сейчас самая важная проблема — разобраться с собой, чтобы помочь своей дочери, не передавая ей своих проблем.*

— А что еще можно передать, кроме своих проблем?

— *Наверное, свою любовь и больше ничего.*

— И всё?

— *Думаю, что кроме любви больше ничего нет.*

— А к любви ваши проблемы имеют какое-нибудь отношение?

— *Наверное, да.*

— То есть чем больше передал проблем, тем больше передал и любви?

— *Мне кажется, что я чего-то ей не додаю. Есть какие-то свои представления о том, как надо любить, и это создает препоны.*

— Значит, ваши представления о том, как надо любить, и создают проблемы?

— *Да.*

— Поэтому я и спрашиваю вас: любовь — это проблема?

— Это не должно быть проблемой. Это должно быть естественным состоянием человека.

— Так откуда же тогда проблемы?

— Из ума. Я их сама себе придумываю, из детства многое тянется, из семьи. Я увидела очень много такого, что мешало мне жить.

— Почему мешало?

— Если исходить из этого, то нарушаются отношения с окружающими, появляются требования к ним, рожденные из своих представлений о том, как это должно быть, и от этого конфликты. Я поняла, что надо начинать с самой себя, а не с других. Для меня сегодня это является важным.

— Но это же всё было, это часть вашей жизни? Зачем-то это нужно было?

— Конечно. Это мой опыт.

— Опыт чего?

— Решения проблем, возможно. Во всяком случае, для меня это так. Но этот опыт мне надоел. Наверное, пора уже бросить. Но не понятно, как это сделать.

— Если этот опыт у вас остаётся, значит, он вам пока интересен?

— Да. Жизнь продолжается. У меня последнее время ощущение, что жизнь — это такая штука, которая всё время смеётся надо мной, каверзы всякие выстраивает, и мне самой порой становится смешно.

— Я вспоминаю свой прошлый семинар и чувство страха, которое не позволяло дотронуться ни до чего, что-то разбирать и вообще заглядывать в себя. А сейчас я чувствую уверенность в том, что к этому можно подойти и рассматривать.

— А у меня состояние полнейшей пустоты и непонимания.

— А если вам будет всё понятно, то станет лучше?

— Хоть что-то хотелось бы понимать.

— Вы сейчас очень хорошо понимаете, что ничего не понимаете. И кто сказал, что обязательно нужно к чему-то стремиться?

— В моем понимании раньше это было так.

— Хорошо. Хотите стремиться, стремитесь. Не хотите — не стремитесь.

— Ничего не хочу.

— Это ваше состояние, вы его выбрали. Только почему так печально? Вы имеете то, что хотите. Если выберите что-то другое, это и будет происходить. Это

не плохо и не хорошо, и никто не говорит, что должно быть так или иначе. Должно быть так, как выбрал человек, у нас свободная воля. Здесь возникает вопрос: выбираете ли вы что-то другое?

— *Хочу другого, но у меня ничего не получается.*

— Не получается, потому что не хотите.

— *Сама не знаю, чего хочу, пребываю в том, что есть.*

— Все пребывают в том, что есть. Но надо увидеть то, что есть. Каждый имеет то, что он выбрал.

— *Ничего я не выбирала. Оно просто пришло и всё.*

— Ничего просто так не происходит. Если у вас что-то есть, то это выбрали вы, но просто не видите и не понимаете зачем. Есть два варианта выбора: выбор неосознанный, механический и осознанный.

— *У меня это произошло неосознанно.*

— Чтобы увидеть то, что есть, надо осознать то, что есть.

— *Ничего не осознаю. Я просто живу.*

— Прекрасно, но вы же говорите, что хотите чего-то?

— *Хочу денег, чтобы заплатить за семинар.*

— И что это вам даст?

— *Внутреннюю свободу.*

Иметь, чтобы быть, или быть и иметь

— Значит, вы хотите не денег, а свободы? Есть очень интересная штука, на которой практически все попадают в иллюзию. Рассмотрим её в терминах: быть, делать, иметь. Спросите любого человека, и он вам скажет, что хочет денег или еще чего-то в этом роде. То есть он исходит из желания «иметь». Но если вы спросите, что это даст ему, то в ответ услышите, что тогда он будет счастлив, свободен.

А если идти от «быть»? Скажем, оттого, что вы хотите быть свободным? Почувствовать состояние свободы. Если идти от состояния, то у вас будет всё то, что должно быть у свободного человека.

— *Я не чувствую этого состояния.*

— Что значит быть свободной? Вы хотите свободы, а что это такое? На самом деле мы все хотим одного и того же, потому что наша истинная природа идентична. Мы по своей сути свободные и бессмертные существа. Попадая в тело, мы получаем огромное количество ограничений и начинаем бороться с ними. Вот такая блокировка стоит здесь на том состоянии, из которого мы все вышли.

Свобода — это наше изначальное состояние, то, в чём мы всегда находились, находимся и будем находиться. Но здесь мы забыли об этом и поэтому начинаем ковыряться с тем, чтобы иметь что-то, что, как нам кажется, сделает нас свободными. При этом мы не притрагиваемся к основному, то есть к состоянию, а считаем, что нам нужны деньги, машины, статус, власть и так далее. На самом деле мы хотим вернуться к тому состоянию, из которого вошли сюда.

Спросите у каждого сидящего здесь, хочет ли он быть свободным, любить, быть бессмертным. Это то, что каждый из нас имеет изначально. Это наша суть, наша природа. Так почему мы так боимся говорить о том, что есть наша суть? Почему стоят такие блокировки? Это ведь тоже не случайно.

— *Я хотела бы быть менее скованной в общении с людьми.*

— Чем бы вы хотели заменить свою скованность, и что вам в ней не нравится?

— *Я себя неуверенно чувствую.*

— А как бы вы хотели себя чувствовать?

— *Уверенно, комфортно, свободно.*

— Вы хотите свободы. Как это можно сделать?

— *Наверное, понять проблемы, которые заставляют меня делать то, что я не хочу.*

— Вы делаете то, что не хотите? Спросите здесь каждого человека, делает ли он то, чего хочет? И каждый ответит отрицательно. Все делают не то, что хотят, потом винят себя за это. Тотальная проблема. Так почему люди, являясь свободой, истиной, бесконечностью и любовью, действуют так, словно они — страх, ограниченность, боль и всё время говорят о проблемах? В этом же что-то есть?

— *Наверное, привыкли.*

— Откуда появилась такая привычка? Если мы — суть любовь, бесконечность, истина и свобода, то откуда появились страх, ограничения, боль, проблемы? Откуда они взялись, и почему люди так упорно на них настаивают? Во всём этом есть смысл. Бог, будучи совершенством, не мог создать существо несовершенное. Мы все являемся совершенными существами. Так почему

совершенное существо действует так странно и несовершенно? Почему оно испытывает страх, боль, неуверенность?

— *Может быть, мы не умеем пользоваться ресурсами, которыми обладаем?*

— *Мне кажется, все эти рассуждения о божественном происхождении представляют для нас теорию, потому что мы знаем, что тело на самом деле болит и тому подобное. Хочется того, а имеем это.*

— Здесь заложен глубочайший смысл. Кто очень хочет свободы? Ведь этого надо очень сильно захотеть, почувствовать.

— *Наверное, те, кто намучился, кто чувствует себя не свободным?*

Мы узнаём себя через то, чем не являемся

— Да. Те, кто чувствуют себя не свободными. Потому что само представление и опыт свободы может придти только через противоположность — через несвободу. Если вы проживаете несвободу, у вас начинает усиливаться желание стать свободным. Если вы проживёте много боли и страха, то у вас усилится желание стать любовью. Как вы можете узнать, что есть любовь, если не знаете противоположности этого? Как вы узнаете, что такое безграничность, если не имели опыта ограниченной жизни?

Получается, что здесь мы познаём себя через то, чем не являемся. Мы очень много говорим о страхе, о тех или иных его формах. Почему он такой устойчивый, почему проявляется так или иначе всё время, и зачем это нужно?

Само ваше желание быть более раскованной, откуда оно появилось? Оно появилось из опыта противоположности. Если бы не было этого опыта, не было бы и этого желания, вы бы не стали этого искать. Желание стать любовью появляется из страха, который, по сути, есть та же самая любовь. Я просто смотрю, как всё устроено, потому что Бог не совершает ничего случайного, всё имеет свои закономерности и смыслы.

Основное желание человека заключается в том, чтобы вспомнить, кто он есть на самом деле. Мы все хотим одного и того же: узнать, кто мы есть на самом деле. И то, что происходит здесь, дает нам возможность узнать это. Но идет оно через противоположное, потому что здесь мы получаем непосредственный опыт.

Да, мы знаем, что мы — любовь, истина, но хотим это пережить заново. А пережить это можно только через противоположность.

Каждый проживает свой опыт, который он выбрал. Например, опыт скованности. Ведь это же опыт, определенное состояние. Проживая его, вы начинаете чувствовать, что хотите чего-то другого. Чего можно захотеть, находясь в таком состоянии? У вас это может быть одно, у кого-то — совсем другое.

Человека можно сравнить с растением. Каждое растение развивается своеобразно, по-своему в зависимости от почвы, условий, в которых находится и так далее. Например, несколько человек проживают скованность и при этом могут выйти на совершенно разный, непохожий опыт. У вас есть какие-то некомфортные состояния, которые хотелось бы изменить?

— *Состояние злости, желания чего-то, чего не можешь получить.*

— Разве есть что-то, что вы не можете получить?

— *Равновесия духовного, материального и физического.*

— Получается, что если вы чего-то хотите, но считаете, что не можете этого получить, то это вызывает у вас некомфортное состояние?

— *Получаешь или не получаешь — это видно сразу.*

— Некоторые желания исполняются, когда вы о них уже забыли.

— *Но на данный момент этого нет. Есть только состояние дискомфорта, которое проживаешь каждую секунду.*

— Именно мысль строит нашу жизнь, но здесь присутствует инерция: вы захотели что-то, а проявилось оно только через какое-то время, может быть, достаточно длительное. Возникает впечатление, что вы не владеете своей судьбой, то есть не вы её определяете, не вы её автор. На самом деле именно вы автор своей судьбы и больше никто. Только сам человек определяет, что будет в его жизни, но так как он делает это неосознанно, передавая это право общему человеческому сознанию, то не чувствует себя автором своей жизни.

— *Я чувствую волнение от революционных изменений внутри себя. Я здесь потому, что хочу делать осознанный выбор в своей жизни. До сих пор неосознанный выбор постоянно возвращал меня на круги страдания и ни к чему не приводил. Вроде бы желания все время разные, но получается, что повторяешь один и тот же опыт, один и тот же сценарий.*

— *Я представляю себя светящимся шариком, который мне хочется очистить от всего обусловленного, чтобы он ещё больше светился, обрёл любовь и свободу. Не хочу быть птицей в клетке.*

— Что собой представляют ограничения, в которых вы бьётесь?

— *«Плохо — хорошо», «можно — нельзя», «стыдно — не стыдно», «люблю — не люблю». Хочу делать так, как Я хочу. Не как хочет Катя, а как Я хочу. Катя делает то, чего от нее ждут другие, но мне не нравится это, мне это надоело.*

— *Я в последнее время пришел к пониманию, что надо знать, что делать, и всё время учиться.*

Создайте новую версию самого себя

— Я выскажу идею о том, что человек изначально всё знает. В нашей Школе есть возможность для самовспоминания, чтобы создавать новую версию самого себя. Мы говорили, что всё с нами происходящее является результатом нашего выбора. Значит, те, кто делают неосознанный выбор, просто повторяют одни и те же схемы жизненного опыта.

Мы начинаем осознавать самого себя. Это первое, что надо сделать. Когда это происходит, мы делаем следующий выбор самого себя. Это не обучение, нам нечему учиться. Мы просто выбираем некую новую версию самого себя, то есть сами себя всё время воспроизводим.

Вы можете считать, что вам надо учиться, что само по себе может быть для вас интересным. Но это выбор версии себя как ученика. А если выберете опыт, который хотите пережить? Чтобы вам пережить этот опыт — учиться не надо. Надо просто выбрать пережить его. Это совсем другое.

— *Мне кажется, что в результате обучения я могу видеть разницу между прежним собой и таким, какой я сейчас. Для меня это важно и является какой-то исходной точкой и видением того, что со мной произошло за это время. Этого не могло бы произойти без каких-то знаний.*

— Можно сказать, что вы создали новую версию самого себя? В результате всего того, о чем мы говорим, появилась некая другая версия вас. Человек, живущий механистически, просто повторяет одну и ту же версию самого себя, которую ему дали. Ему её просто задали, и он её повторяет, даже не задумываясь. Что получается в результате того, что человек начинает осознавать? Он начинает создавать новую версию самого себя. Сколько этих версий может быть?

— *Миллионы.*

— Да. Если мы придерживаемся идеи, что, только проходя обучение, можно стать кем-то, то возникает предположение, что учиться надо много и долго. А если я говорю, что нам не надо учиться, что надо просто четко увидеть новую версию самого себя и выбрать её, и все будет происходить в соответствии с этим. Видите разницу?

— *Создается намерение, которое начинает действовать?*

— Именно так всё и работает. Если вы создаёте образ себя как ученика, то будете следовать ему — учиться там, здесь, еще где-то. На самом деле вы проходите версию самого себя как ученика. Но это только одна из версий, которых может быть очень много.

— *Где же свобода? Разве она заключается только в выборе версий самого себя? И всё?*

— А разве не так? Это всё. Бог создал очень много разных существ, в том числе, и человека, который выражает аспект творения. Бог — это творец. Он не только учитель и ученик. Он творец и потому постоянно воссоздает себя в новых и новых версиях. И вот Он создает здесь некий аспект самого себя, называемый человеком, соответствующий Ему по характеристике творца.

Что делает этот творец? Понимает ли он, что создан Творцом? Он делает только одну вещь — всегда творит. Понимает он или не понимает, но он создан Творцом и поэтому всегда творит. Он может воспроизводить одну и ту же версию самого себя очень долго. Таково его творчество на данной фазе его развития. Но если он осознаёт себя как Творца, то начнёт создавать всё лучшие и лучшие версии самого себя. И это бесконечно. Вот это и есть свобода осознанного творчества. Разве нет? Само понимание того, что такое свобода, требует проживания того, о чем мы говорим. Когда мы рассуждаем теоретически о свободе, то у всех возникает какая-то своя версия. Так что же такое свобода на ваш взгляд?

— *Это легкость.*

— *Творение.*

— Творение через осознанные ограничения. Делайте что угодно, но осознанно. Свобода творца заключается в том, что его никто и никогда ни в чём не ограничивает, кроме него самого. И если он что-то создал, то это он создал. Дальше он может посмотреть на это со стороны и создать что-то другое.

Откуда появилось представление о грехе? Здесь создана система, удерживающая творца в жёстких рамках, навязанных общепринятыми представлениями. Страх, вина, изначальная греховность, мораль, за нарушение которой грозит наказание. Это что, религия Творца? Это религия раба.

— *Это некое творение раба. Мы же это и сотворили.*

Бог раба и Бог Творца

— Да. Мы имеем здесь то, что сами и сотворили. Такую религию, политику, экономику и так далее. И это называют прогрессом, эволюцией, где всех держат в одной и той же программе. Но этот опыт нам нужен хотя бы для того, чтобы вспомнить себя. Мы создали его для того, чтобы пережить обратную сторону самих себя.

Из этого опыта будет рождаться следующий. Из опыта очень сильных ограничений, горя и страданий рождается желание выйти из него, осмыслить себя.

Неужели это и есть я, неужели я на это обречен вечно? Это основные вопросы, которые задают себе люди. Что я — раб божий, постоянно выпрашивающий у Бога милости? И сам Бог создан таким же: будешь мне молиться — будет тебе хорошо, не будешь молиться — будет плохо. Кто его такого создал? Это не Бог творца, это бог раба. Бог творца тот, который разрешает ему всё, и Его основная задача — сделать так, чтобы человек получал всё, что он хочет. Вот основная забота Бога: выполнить все желания человека.

— *У человека остается выбор — участвовать в этом или нет.*

— Хорошо. А в чём вы будете участвовать, если не в этом?

— *Вы сами говорили о множестве измерений, в которых мы можем находиться.*

— Сейчас мы находимся здесь. Я хочу напомнить вам ещё раз о том, что каждый из нас, по сути, Бог. Что сделал Бог? Раскололся на множество аспектов самого себя. А что он делает через нас?

— *Познаёт сам себя.*

— Да. Он получает опыт. Поэтому каждый из нас является Богом в действии. Если это так, то будет ли Бог мешать нам?

— *Он нам никогда и не мешал. Это просто неправильное представление.*

— Но очень распространенное.

— *Это наша беда. Но есть возможность из неё выбраться.*

— Именно это мы и делаем. Чтобы выбраться откуда-то куда-то, надо понять то, в чём находишься.

— *А где можно находиться, кроме самого себя и реальности, которая нам дана?*

— У меня есть другой вопрос: кто мы есть?

— *Изначальная божественность.*

— Кто её нам дал?

— *Творец.*

— Кто Он?

— *Существование, Бытие.*

— Какое отношение оно имеет к нам?

— *Мы просто сосуществуем вместе.*

— Мы и есть Это.

— *У меня лично нет переживания, что я есть Это. У меня есть переживание, понимание сосуществования.*

— В чём оно?

— *В том, что я не существую отдельно от Земли, звезд, Солнца.*

— Кто вы?

— *Человеческое существо.*

— Что это такое?

— *Это промежуточный этап, поиск.*

— Вам это интересно?

— *Да. Я просто живу этим.*

— К чему вы сейчас пришли в понимании себя? Кем представляете себя на данный момент? Это очень важные вопросы. Они кажутся в определённой степени абстрактными, не имеющими непосредственного отношения к вещам, с которыми люди мучаются. Казалось бы. Но если их увидеть правильно, то можно увидеть всё.

Это принципиально важно, потому что от того, кем вы себя видите, происходит всё остальное. Именно от этого всё идет, а ни от чего-то другого. Это является изначальным. Дальше идёт множество следствий этого. Именно в зависимости от того, кем вы себя видите и кем считаете на данный момент, развиваются события вашей жизни. Это не философский, а практический, конкретный вопрос, определяющий, что в отдельности с каждым из нас и со всеми вместе будет происходить. Поэтому я и спрашиваю: кто вы?

— *Я это не я.*

— Хорошо. Что вы будете иметь с таким представлением о себе?

— *Имею этот открытый вопрос. Я не знаю, кто я. У меня есть пространство, через которое может поступить информация о том, кто я всё-таки есть.*

— То есть вы в ожидании ответа на этот вопрос.

— *Я очень часто себе его задаю, и мои ассоциативные представления постоянно меняются.*

— Почему меняются ваши представления?

— *Я ближе подхожу к ощущению того, что я есть какая-то мягкость, нежность, женственность. Не агрессия и злость, которые ещё проявляются, но это не постоянное состояние, а периодическое. Я стремлюсь к уравновешенному состоянию.*

— Я вас спросил о том, кто вы, и услышал, что вы в ожидании ответа на этот вопрос. Но сейчас, перечисляя свои представления о себе, вы начали говорить конкретные вещи.

— *Я говорила о чувствах. Дальше них я не пошла.*

— Вы перечислили некие понятия: нежность, женственность.

— *Но это же чувства или что это?*

— Допустим. А что такое свобода?

— *Я думаю, что свобода — это переживание самого себя.*

— Чем отличается нежность как чувство от свободы как чувства? Мы, как люди, переживаем всё на опыте. Опыт — это переживания, чувства.

— *Мы не чувствуем, потому что изначально родились без чувств, и только потом они начали формироваться. В детстве мы были совершенно неосознанными. Это не наши чувства, они навязаны нам обществом.*

— И, тем не менее, вы их испытываете.

— *А куда же денешься.*

— Если они не ваши, то чьи же?

— *Они во мне, но это не означает предел искания того, кто я.*

— Никто не сказал, что это предел. Я задал вопрос, кем вы себя видите сейчас. Вы не знаете ответа на него, но живёте. А коли вы живёте, то, значит, уже имеете ответ на этот вопрос, пусть даже неосознанный.

— *Я подхожу к зеркалу и вижу образ. Это и есть мое представление о себе.*

Кем вы воспринимаете себя сейчас?

— Большей частью, отвечая на мои вопросы, вы шли от обратного. Просто говорили, что это не то и это не так, и к вам не относится. Но вы живёте, значит, есть нечто, что к вам относится. То, что есть у вас на данный момент, — это какое-то представление о себе, в соответствии с которым вы поступаете. Осознаёте вы его или нет, но имеете его.

Мы воплощаемся, чтобы проживать различный опыт наших представлений о себе и в конце вспомнить, кто же мы есть на самом деле. Кто я есть сейчас? Это вопрос, который должен быть конкретизирован, потому что если вы не видите, кто вы есть сейчас, то не можете создать новую версию себя.

Каждый человек действует из лучшего варианта представления о самом себе. Например, деяния террористов. Для них это благо. Всё зависит от точки зрения, от взгляда на что-то. Нет и ничего не может быть постоянного. Всё меняется в зависимости от того, как вы определяете самого себя.

— *А если делаешь что-то по принуждению?*

— Значит, вы считаете это хорошим для себя. Вы пошли на принуждение, исходя из того, что это принуждение является для вас хорошим. Но тогда хорошо и то, что вы делаете, исходя из него.

— *Хватит ли сил сопротивляться этому принуждению?*

— Вся культура здесь построена на сопротивлении и борьбе: выживет сильнейший, все рождены греховными. Это основные мифы данной культуры. Мы рождены греховными, в страхе, мы есть страх. Религии предлагают разные способы избавления от страха. Но это лишь следствие изначально принятой парадигмы о нашей греховности. Считается, что всю жизнь надо очищаться. И вторая парадигма — выживет сильнейший. Тогда почему мы удивляемся войнам, конфликтам, тому, что сильный подавляет слабого. Это возведено в ранг основных принципов данной реальности. Но это очень низкий уровень сознания.

— *Это мораль общества?*

— Да. Это общество принадлежит к низкому уровню сознания, потому что сознание высокого уровня никогда не допускает таких представлений. У общества высокого уровня есть представление о том, что мы есть одно. Иисус говорил:

«Поступайте по отношению к другим так, как хотите, чтобы поступали по отношению к вам». Это провозглашение постулата высокоразвитого сознания.

Здесь всё построено на том, как бы побольше получить для себя, как достичь большего успеха. Все хотят этого и наступают на пятки друг другу. Какой же может быть мир и партнёрство с такой парадигмой? Его не может быть. Надо рассматривать изначальные аксиомы, парадигмы, на которые опирается общественное сознание. Например, психологи рекомендуют не наступать очень сильно на пятки ближнего. Но даже, если вы сейчас не наступите кому-то на пятку, то парадигма не исчезнет от этого, и вы сделаете это, даже сами не понимая того.

— *Человек может бояться делать это.*

— Пока не встретит более слабого. Таким образом, всё время поддерживается идея разделенности. Но мы в самой большой своей версии — Единое Сознание, мы — Единый Бог. А что делают люди сейчас? Они сами себя кусают за нос, пытаются оторвать его, или их правая рука начинает бороться с левой рукой. Что вы можете делать в таком состоянии? Ничего. Ваши руки борются. Это иллюстрация того, что можно назвать идеей разделенности.

Что сейчас происходит? Всё больше и больше людей начинают понимать ограниченность тех мифов, которые им передавались по наследству. Они хотят построить новую версию самих себя и общества в целом. На чем будет основана такая версия?

— *На воспоминании себя прежних.*

— *На единстве. Изначально мы все едины, мы просто забыли об этом. Нас оторвали от потока любви, когда мы были детьми. У ребёнка изначально нет сил, чтобы сопротивляться этому насилию.*

— Ребёнка вводят в мир разделённости. Рождение здесь — это приглашение в ад. Ему изначально не присущ страх, но он его получает, не присуще видение мира как разделённого, но ему это вкладывают. Если общество не изменится, то дети, рождённые в нём, будут нести разделённость дальше и дальше, передавая её по наследству, пока не произойдет то, о чём мы говорим: какое-то количество людей начнёт приходить к идее Единства. Такая идея распространится, и общество будет строиться на новых принципах и парадигме.

— *Допустим, эта идея пришла. Какими методами этого достичь? Как мне вспомнить свое единство?*

— Есть разница в том, как вы об этом говорите и как я говорю?

— *У неё в подтексте идет утверждение, что это невозможно, она не допускает этого. Одно дело говорить об этом и другое — быть.*

— Семя, посаженное в подготовленную почву, прорастает, выходит наружу и чувствует лучи солнца. Это переживания растущего растения. И другое дело, если семя, сидя в земле, рассуждает о том, что, возможно, он пробьется и увидит солнце. Есть разница?

— Конечно, есть. А как вы это ощущаете? Вы и есть то, о чём говорите? Между словами и делами существует огромная дистанция.

— Вы так считаете? Сказав так, вы создали это восприятие для себя.

— Я убедилась на собственном опыте, что мысль, которая приходит, и осуществление того, о чем я подумала, довольно сильно разделены по времени.

— Получается так, что вы не верите в то, о чём говорите. В этом большая разница между тем, что говорите вы, и что я говорю. У вас со мной всё время идёт борьба, хотя то, что я говорю, не предполагает никакой борьбы. Вам надо увидеть это.

— Как научиться такому видению?

— Во-первых, захотеть этого. Вы же пока не хотите и на протяжении всего нашего диалога сопротивляетесь тому, чтобы это увидеть.

— Я ещё не услышала никакого определённого метода.

— Вы и не услышите его. Это не вопрос метода, а вопрос намерения.

Единство и разделенность

— Я слушала и думала о том, что, если я и творец, то творец постоянно спрашивающий: «А как это?» Это по поводу методов. Настоящий творец просто знает и делает. А у меня идут такие детские вопросы: «Хорошо или плохо? Как сделать, чтобы было хорошо?»

— Творец знает «что», но не определяет «как». Он делает вид, что не знает «как». Это к вопросу о методах. Есть люди, которые знают «как», но не знают «что».

— А как с промежутком между желанием чего-то и его исполнением?

— Промежуток создаётся вашим сопротивлением.

— А может быть ещё и нашей защитой?

— Защита и сопротивление — это одно и то же. Самое важное — это ваш заказ на переживание опыта новой версии самого себя. Если в старой версии вы

представляли себя как нечто отделенное от всего, что существует, то испытывали страх. Вы не можете испытывать ничего другого, потому что отделены от всего и должны бороться со всем, чтобы получить что-то для себя. Это концепция большинства людей, живущих в настоящее время.

Допустим, вы начинаете осознавать то, в чём находитесь. Тогда вы вспоминаете, что вы — не страх, а любовь, истина, свобода. Это не теоретические рассуждения по поводу где-то прочитанного, а практический и реальный для вас опыт переживания самого себя. Вы прошли через опыт разделенности, боли, страха, ненависти, ревности и всего остального и устали от него. Вы исчерпали его и теперь ищите новую версию самого себя. Не методы ищите, не ответ на вопрос «как». Ищите ответ на вопрос: «Кто я в новой для себя версии?» Вот что самое важное.

— *Можно ли его найти в уме?*

— Вы всё время проявляете сомнения.

— *Да. Я — человек сомневающийся.*

— Потому что вы находитесь в концепции разделенности.

— *А разве вы не там же?*

— Я сейчас говорю не из концепции разделенности, а из концепции Единства.

— *Вы говорите, но находитесь ли вы в ней?*

— Всё, что я говорю, исходит из моих собственных переживаний. Смотрите, если что-то производит очень сильное впечатление на человека, то это видно. Вы очень легко говорите о том, что вы — то разделенность, то единство, но создается впечатление, что ни то, ни другое не затрагивает вас. Если нечто затрагивает, то вы переживаете, и это видно и вам, и другим. Вы не даёте себе пережить то, о чём говорите. Между вами и мной — стена недоверия, и моя протянутая навстречу вам рука не может коснуться вас из-за вашего недоверия ко мне.

— *А разве вы так легко доверяете первому встречному?*

— Даже если я и делаю так, это не значит, что вы должны поступать также. Я просто хочу, чтобы вы увидели то, чего сами хотите. Я чувствую это желание в вас и протягиваю вам руку. Это позволяет мне увидеть стену между нами, и я делаю всё, чтобы и вы увидели её. Если это произойдет, она исчезнет.

А то, о чём я вам говорю, идет из моего сердца, из моего переживания нашего единства. Мы говорим о том, что есть и как нечто происходит здесь. Это не вопрос чьего-то личного достижения. Более того, каждый из вас это знает, поэтому

моя задача не заключается в том, чтобы научить кого-то чему-то, а в том, чтобы помочь вам вспомнить то, что вы уже знаете.

— *Вы это пытаетесь сделать при помощи слов?*

— *Но после слов возникают же какие-то чувства.*

— *Слова нас отделяют от реальности.*

— Это то, что происходит у вас. Поэтому вы испытываете большое сомнение: «Он говорит, но чувствует ли это?»

— *Я ощущаю всё, что вы говорите, но как только сама начинаю говорить, эта связь обрывается.*

— У вас есть представление о том, что слова — это ложь.

— *Да. Потому что люди говорят одно, а делают совсем другое. И мы живем в этом во всём, и мне как сущности некуда деваться из этого мира. Не совершать же самоубийства. Это не поможет.*

— Это ваш выбор. Если вы решили закончить свою жизнь — это ваше право, и никто не будет вас осуждать. Весь вопрос в том, хотите вы этого или нет.

— *Я хочу разобраться во всём. Я — продукт этого общества, но внутри не согласна с ним.*

— *И мы не согласны, потому и пришли сюда.*

— Нам надо вспомнить состояние единства, другими словами, свой настоящий Дом. Если это забыть, мы опять впадем в видение разделенности, и тогда каждый будет защищать только самого себя. Защищать, потому что здесь это парадигма: на меня нападают — я защищаюсь. В системе разделенности существует только это и ничего другого.

Я хочу, чтобы вы увидели то, что есть. Надо просто наблюдать за тем, какую идею вы берёте, какой опыт получаете из проживания этой идеи, и к чему он приводит. Тогда не будет борьбы между плохим и хорошим, правильным и неправильным. Будет партнёрство противоположностей внутри самого себя.

Мы начали рассматривать идею разделенности, потому что все находятся в ней. Что порождает такая идея? Восприятие того, что человек, говорящий даже самые хорошие слова, врёт, он хочет меня поймать, хочет вытащить что-то из меня, потом воспользоваться этим и унижить меня. Хотим мы или нет, но это работает так. По-другому оно работать не может. Но это же надо увидеть.

— *Так это же не идея, а наше состояние. Что такое идея?*

— Идея — это то, из чего образуется опыт, то есть переживание или чувство. Если вы имеете идею разделенности, не понимая ее, то переживаете опыт разделённости. Откуда я это знаю? Из исследования самого себя.

Мы сейчас прикоснулись к вашим внутренним переживаниям, и у вас пошла привычная реакция. Вы считаете, что вот я — мужчина нападаю на вас — женщину, и вам надо от меня защищаться. А я вам говорю, что не важно, мужчина я или женщина. Мы — единое целое. Вы говорите, что хотите услышать ответы на свои вопросы, но всё время сопротивляетесь.

— *Наверно, я не слышу то, что хотела бы услышать. Нет внутри щелчка, который показал бы, что я получила то, что мне надо.*

— Смотрите, что вы делаете: схватили руку, пожали её и отбросили.

— *Мы еще не брались с вами за руки.*

— Давно взялись. Мы изначально находимся в этом состоянии. Это и есть инерция идеи разделенности: да, я схвачу что-то для себя и уйду. Но с идеей Единства так не получится. Вы не можете взять что-то только для себя и сбежать. Если это произойдет, вы опять останетесь в идее разделенности.

— *Для меня это не идея, а состояние.*

— Идея — это то, что потом приводит к опыту, к состоянию. Снимите свою броню, свою защиту. Перед идеей Единства броня разделённости не действует. Если вы её хотите оставить, то тем самым оставляете себя в состоянии разделённости. Это очень важный момент. Вы внутренне это чувствуете, но не показываете. Если вы не оставите броню разделённости, то не получите состояния единства, и у вас будет опять всё то же самое.

Вы выбрали опыт, в котором нет любви

— Почему вы не любите свой опыт, почему относитесь к нему с таким неодобрением? Творец любит себя всегда, каким бы он ни был. Он любит все свои грани, потому что любит себя, изначально любит всё, что есть. Вам тяжело полюбить себя, потому что вы забыли, что такое целостная любовь?

— *Выходит так.*

— Значит, вы выбрали опыт, в котором нет любви. От этого такая тоска. Вы собираетесь продолжать его?

— *Всё больше убеждаюсь, что отпускать его не хочется.*

— *Значит, не всё ещё рассмотрено.*

— *За это и держусь.*

— Но в этом опыте нет любви. Будем продолжать или выберем что-нибудь другое? Я подталкиваю вас к тому, чтобы вы осознали то, в чём находитесь, и сделали выбор. Его можно делать каждое мгновение, но так как вы погружаетесь в опыт и начинаете с ним отождествляться, то к вам надо придти и напомнить о том, что вы — творческие существа, что в любой момент вы можете выбрать другой опыт. Это всё, что я делаю.

— *Меня мучает идея разделенности. Я вижу рядом с собой людей, которые отделены, и хочется постучаться к ним, подойти, что-то сказать, сделать. Но они не хотят слушать, отмахиваются. Я пришла на этот семинар с надеждой научиться этому у вас, потому что хочется поделиться с людьми тем, что я проделала с собой, освободившись от каких-то, пусть самых маленьких, вещей, хочется рассказать, как это прекрасно. Но мешает неуверенность, сомнения в том, имею ли я право, что обо мне подумают, что скажут. Выползают старые тени, и я становлюсь бездейственной. Я хочу действовать, помогать людям раскрываться, потому что сумела немного сделать это сама.*

— Это основное, что стоит делать. А можете вы это или нет — зависит от того, как вы сами считаете.

— *Я слушаю это и думаю о том, что для меня это новая мысль, потому что, когда мне говорят, что я — бог, я не могу этого почувствовать. Мне ближе идея версии, то есть что на какой-то отрезок времени я могу сотворить себя такой или такой. Ваши слова о том, что мы — боги, для меня несут оттенок высокомерия. Какие мы боги! Сидим в соплях и слезах.*

— Да. Это боги сидят в соплях и слезах. Бог проживает и это. И всё это Бог. А Бог сам себя не будет осуждать. Но здесь выдуманно очень много концепций Бога, который осуждает, имеет приоритеты. Боги всех религий имеют приоритеты. Но это бог человека. На самом деле Бог есть всё, и его основная задача — создать пространство для богов-людей, позволяющее им получать всё, что они хотят. Хотят плакать — пожалуйста, любить — пожалуйста. У него нет приоритета.

Но существо, осознавшее свою божественность, переходит на следующие, более прогрессивные версии самого себя. Для нас следующей версией является версия Единства. И если вы понимаете и чувствуете её, то начинаете передавать другим. Для этого не надо учиться, владеть методами, кончать психологический факультет. Это надо чувствовать и передавать так, как вы передаёте.

— *Наверное, надо почувствовать уровень человека, как он слышит.*

— Вы просто говорите то, что говорите. И поверьте мне, вы встретите людей, которые захотят услышать именно вас. Ничего просто так не происходит. Хочу напомнить вам, что мы всё время общаемся с самими собой и больше ни с кем. Реакция собеседника может быть разной в зависимости от того, какой вы в этот момент: стеснительный, агрессивный или спокойный. Важен ваш выбор, и дальше он вас поведёт. Как это будет происходить — узнаете сами.

Основное — это выбор. Если вы его делаете, то он будет разворачиваться у каждого по-своему. И это прекрасно. Потому что, если вы делаете выбор и получаете готовый и уже известный вам вариант того, что будет, то это не интересно, это не новый опыт. Новый опыт — это когда вы не знаете, что будет дальше.

Что значит знать? Знать — это сделать выбор, и дальше быть в нём, то есть принимать то, что последует за ним. И это будет так, как будет у вас. Для этого не нужно никакого специального образования. Чтобы быть тем, кто вы есть, у вас есть всё, что нужно. Как видите, это не традиционная психологическая точка зрения, которая предписывает, прежде всего, получить образование и тогда уже... Говорю вам, что всё у вас уже есть.

— *Потому что мы приходим к себе.*

— Да. Вот это вы и пытаетесь донести другим людям. Ни концепции, ни теории, ни методы. Это творчество. Оно ваше, именно вы это сотворили.

— *Прекрасное чувство.*

— Тогда вы начинаете проявлять свою природу творца. Творец не бежит и не спрашивает о том, какой метод здесь использовался. Это не творец, а ремесленник, может быть и хороший, но ремесленник. Творец формирует намерение, и оно реализуется.

— *Я пришел в школу, чтобы научиться доверию к людям и через людей к самому себе.*

Я пришел сюда не учиться, а творить

— Этому не надо учиться. Повторяю, учиться надо тогда, когда вы чего-то не знаете. Надо сделать выбор. Вот что самое основное. Это традиционная привычная схема: я пришел учиться. Я пришел не учиться, а творить.

Единственное, что мы делаем здесь на земле, — творим. Мы не учимся, мы всё знаем. Мы творим.

— Я сказал так под впечатлением от прочитанной вашей книги «Подарок осознания». Там часто употребляется выражение о том, что мы учимся в Школе. И для меня это урок.

— Всё идет в развитии. Раньше мы говорили об этой реальности как об обучении. Сейчас я предлагаю вам следующую идею, значительно более свободную, чем обучение, идею творчества.

Алгоритм творчества: мысль, слово, действие. У вас появляется мысль о себе самом в новой версии. Что с этой мыслью делать дальше? Её надо высказывать. Когда вы высказываете новые мысли, то утверждаете себя в новой версии. Процесс творения идет — через утверждение новых мыслей, через проговор, через речь. А дальше вы начинаете действовать. Так уходят старые мысли и приходят новые.

Через проговор новых мыслей вы укрепляетесь в новом восприятии себя и начинаете действовать по-новому. Вы делаете выборы и часто удивляетесь: я же так не думал, я же этого не хотел. Но вы сделали этот выбор.

Душа — это то, что мы и есть на самом деле. Здесь она обличена в тело-ум. У тела свои потребности, у ума — свои и у души — свои. Обычно эти три наших звена находятся в несоответствии. На самом деле душа хочет одного — быть тем, кто она есть. Там, где она находится, она и есть это: любовь, свобода, безграничность, бессмертие. Но, войдя в тело-ум, она отождествляется с тем опытом, который здесь является коллективным. Пока здесь коллективным является опыт разделенности, поэтому мы все через него проходим. Но душа хочет проявить то, чем она является на самом деле, то есть опыт безграничности, любви, свободы. Поэтому требуется новая мысль, новая идея по поводу того, кто я есть здесь.

Об этом мы и говорим. Это не является чем-то неизвестным для каждого. Это прекрасно известно всем, потому что мы на самом деле есть. Одно, которое знает об этом. В силу того, что данная реальность пока ещё находится в идее разделенности, мы теряем, забываем это для получения опыта разделённости, чтобы выйти к опыту единства.

Как это делать? Появление новой идеи, новой мысли, проговор этой мысли о самом себе и действия в соответствии с этим. Что я делаю? У меня есть эти мысли, я их проговариваю вам, то есть самому себе, и действую в соответствии с ними. Я действую в соответствии с законом творчества Вселенной. Нет другого закона. Это можно видеть или не видеть, но это так.

Чтобы вы могли выбрать между двумя противоположными сторонами дуальности, вы должны признать их обе как равноправные и равноважные. Если вы

говорите, что видите одно и не видите другого, значит, не можете сделать выбор. Видеть противоположности как то, что есть, — самое важное.

Первое необходимое условие для того, чтобы сделать выбор: вы должны иметь что-то, из чего выбираете. Этим в нашей реальности является полярность. Например, вы видите в себе и говорите: я — нежность и так же я — грубость. Тогда у вас есть две противоположные стороны одной дуальности, из которых вы можете сделать выбор. Но, находясь в состоянии сна, вы можете видеть свою грубость, при этом, не видя своей нежности, и наоборот. Поэтому никак не можете сделать выбор.

Увидьте в себе то и другое и сделайте выбор, решите, чем вы хотите быть на данный момент. И какое бы состояние вы ни выбрали, оно не будет ни плохим, ни хорошим. Оно будет тем, что вы сейчас выбрали.

— *Существует очень сильная зависимость от того, что о тебе подумают. Готов ли ты услышать о себе, чем являешься на самом деле? Вдруг разрушается какое-то представление о себе, образ, и ты испытываешь боль. И чем больнее становится, тем сильнее хочется от этого освободиться.*

— Замечательно. Жизнь — это изменения, поэтому сохранение чего-то постоянным требует невероятных усилий и сопряжено с огромной болью. Сохранять что-то — это идти против жизни и против себя. Тем не менее, все пытаются это делать.

— *Самое важное, что я получил, проходя семинар, это импульс к действию. Я вижу, что всё то, о чем мы говорим на наших семинарах, работает. Я думаю, что у многих сейчас рождается понимание, что это действует. Если мы верим в это, так оно и будет.*

— Если мы стоим, то и будем стоять. Но, если захотели идти, то надо решить в какую сторону. Должно быть намерение. И откуда бы ни пришло решение о выборе направления, мы его сделали сами. Мы не можем не творить, мы созданы как творцы. Но мы можем иметь так же идею о том, что мы не самостоятельно творим. Пожалуйста. И это тоже мы творим и натворили уже достаточно.

Ищущий — ищет, а творец — творит

— Для меня важными со вчерашнего дня являются переживания, связанные с выбором новой версии себя. Мысль, слово и действие. Создание намерения: я хочу и я могу. Это дает уверенность и силы в том, что я могу направить всю энергию на освобождение себя, на пробуждение души.

— То, о чем мы говорили, очень воодушевляющее. Если вы сами творите свою жизнь, то вам не надо ничему учиться. Ваша задача — сформировать новое представление о том, кем вы хотите быть. И это начинает работать.

Возьмём так называемых ищущих. Их не устраивает что-то, и они начинают искать. Они ищут какие-то технологии, ещё что-то, то есть долго и много учатся. Здесь же мы говорим, что учиться не надо ничему, что на самом деле мы всё знаем. Весь вопрос в том, что мы реализуем. Ваша жизнь есть то, что вы реализовали в соответствии с тем, как себя представляете.

Это основной вопрос, из него всё исходит. Всё, что у вас есть, все проблемы исходят из того, кем вы на данный момент себя видите. Если вы хотите сменить то, что вас окружает, надо сменить представление о самом себе. Всё. Не надо ни чему учиться, просто надо увидеть то представление, которое у вас было, почувствовать и выбрать новую версию себя.

Если идут повторы, то это говорит лишь о том, что вы повторяете представление о самом себе, которое у вас было. Его можно повторять в разных вариациях. Это опыт, это не плохо и не хорошо, просто то, что есть. Но если вы понимаете, что вы творец, то знаете, что пришли сюда для реализации высшего представления о самом себе, для получения опыта этого представления.

Каждый из нас получает опыт. Приходят люди и говорят, что им плохо, и они хотят узнать, что надо делать, чтобы стало лучше. На самом деле то, что у вас есть, это лучшее из того, что вы собой представляете. Человек всегда действует из лучшего, но оно же потом приводит его к худшему. И если при этом он наблюдателен, то начинает понимать, что то, что он делал, чтобы придти к счастью, не действует. Все люди одинаковы, все хотят любви, свободы, счастья, но у всех очень разные представления по поводу того, как этого достичь.

Здесь возникает вопрос: «А можно ли достичь этого, если делаешь то, что привык делать?» Очень многие люди не задают себе такого вопроса и продолжают делать то, что не ведет их к тому, чего они хотят. Либо они этого не видят, либо врут по поводу тех целей, которые ставят.

Если вы на самом деле хотите быть счастливыми, радостными, любящими и бессмертными, то надо начать исследовать свою жизнь с точки зрения того, что происходит в результате ваших поступков. Вы творите свою жизнь, вы не можете не творить её. Вы были, есть и будете творцами, и если вас не устраивает ваше творение, то надо смотреть, как вы его создаёте. И, скорее всего, вы увидите, что ваши действия по отношению к поставленной цели и сами цели сильно расходятся.

— *Вчера я очень четко увидела, что при отсутствии видения нет выбора.*

— Физическая реальность устроена таким образом, что здесь одновременно существуют противоположные тенденции. То, что мы называем двойственностями. Здесь всё создано таким образом, чтобы у нас был выбор. Мы хотели иметь выбор, мы его имеем, но не видим этого.

Для того чтобы выбрать, вы должны изучить как ту, так и другую свою сторону, то есть вы не можете не изучить сторону, называемую злом. Иначе у вас не будет выбора. Мы как душа, знаем, что мы есть любовь, бессмертие, творчество, но выбрали прожить это знание заново. Там, где находится наша душа, этот опыт она получить не может. Что ей надо сделать? Ей надо заснуть и войти в физическую реальность, где можно получить такой опыт. Именно это мы и сделали.

Если нет выбора, то нет и представления о том, что это такое. Например, как мы узнаем, что такое добро?

— *Мы знаем, что есть зло.*

В жизни есть только одно постоянное — это изменения

— Да, мы знаем, что такое плохо, и сравниваем с тем, что, по нашим представлениям, хорошо. Как можно выразить наши представления о чём-либо? Только через противоположность.

Мы — изменяющиеся существа. Это самое основное. В жизни есть только одно постоянное — это изменения. Мы же хотим построить свою жизнь таким образом, как будто всё вокруг неизменно и постоянно. Люди хотят стабильности. Самое интересное, что то, чего мы хотим, потом столь же сильно и не хотим.

Для того чтобы пережить ту версию самого себя, которая является самой глобальной, надо соприкоснуться с тем, что не является этой версией. Таков путь познания самого себя в дуальности, и он очень интересный. Мы можем выбрать

быть тем, кем не являемся, для того чтобы проявить то, кем являемся на самом деле.

— *Вы предлагаете нам фантазировать? Не может быть, чтобы это было так легко. Мы проходим тяжелыми земными путями, а вы нам предлагаете легкий путь. Возникает протест по поводу того, что вы говорите. А, может быть, это действительно легко и надо только попробовать.*

— Легко, когда этим проникаешься. Если не проникнётся, то будет сложно.

— *Сначала надо пройти через «сложно», опыт получить. Человек без опыта ничего не получит.*

— Нельзя сказать, что он ничего не получит. Вы всегда получаете что-то в соответствии со своими представлениями. В жизни каждого из вас существуют обстоятельства, которые соответствуют вашим сознательным и подсознательным желаниям. Вы не можете просто жить.

Вы можете следовать трём вариантам. Первый вариант: вы живете в соответствии с хаотическим набором мыслей, которые есть в вашей голове. Второй: вы следуете тому групповому сознанию, которое сложилось на данный момент в том месте, где вы живёте. Третий: вы живёте в соответствии с теми представлениями, которые имеете сами. Именно к этому третьему варианту я и предлагаю вам повернуться. Но это не просто, потому что надо будет выйти из хаотического набора мыслей, который есть в вашей голове, и из группового сознания, которое сейчас в данной реальности ориентировано на разъединение.

Мы уже говорили о тех мифах, на которых здесь строится любая культура. Это миф об изначальной греховности, миф о том, что выживает сильнейший, и различные вариации на эту тему. Поэтому ничего, кроме конкуренции, зависти, борьбы и так далее, иметь при таких мифах невозможно.

Всё здесь построено на этом, но мы как душа этим не являемся. Для того чтобы сделать выбор в сторону того, кем мы являемся на самом деле, нам надо пройти опыт того, чем мы не являемся. Такой опыт получает каждый, никто его не может обойти в этой реальности.

— *Даже, если человек молод, то он уже имеет этот опыт?*

— Любая мать и отец закладывают своему ребёнку программу его получения через формирование его личности. Он не приходит со страхом, не знает, что это такое. Его обучают страху. Восприятие, получаемое нами в мире разделенности, дано нам здесь. Оно передаётся из поколения в поколение.

То, что нам сформировали, как личностную программу, определяет наше восприятие, а восприятие — наши переживания, мысли и поступки. И человек

говорит, что иначе и быть не может, потому что он так видит. Наша культура построена на конкуренции и соревновании: кто — кого. При таком мифе невозможно находиться в состоянии целостной любви, потому что ваше восприятие мира основано не на любви, а на страхе остаться сзади.

Я предлагаю другую версию мировосприятия и, в первую очередь, самих себя построенную на сознании нашего Единства. Мы все — Единое Сознание. Что вы сможете сделать, если ваши руки начнут бороться друг с другом. Если вы видите мир и окружающих людей как части самого себя и при этом ревнуете к ним, это значит, ваша правая рука ревнует к вашей левой руке.

Ревность возникает в связи с тем, что вы цените больше всего, чего больше всего хотите. Любовь переходит в страх. Вы хотите быть свободным, но вы и боитесь, что не будете свободным. Изначально страх появился из вашей любви к чему-то.

Посмотрите, всему изначально предшествует любовь, даже в этой разделенной реальности. Здесь есть страх и есть любовь, но на самом деле есть только одно — любовь. Нас много, но мы — одно. Если это принять и проживать жизнь, согласно этой идее, то всё меняется.

Человек привык думать о том, как бы его не обставили, не обошли, как бы побольше получить для себя. При этом есть представление об ограниченности того, что вам надо. Вы хотите получить больше, потому что всё ограничено: если вы получите больше, то кто-то получит меньше. Поэтому все время идет борьба.

Другое мировосприятие — мы все есть одно. Если это так, то, делая для кого-то, вы делаете это для себя, и вам же это вернется. Что вы отдаете, вам же и возвращается. Тогда вы будете следовать тому, чтобы больше отдать. Независимо от того, понимаете вы это или нет, вы всегда следуете этому, отдавая лучшее, что у вас есть. Если лучшим вы считаете страх, ревность, боль и так далее, то этим и делитесь. Вы можете делиться только тем, что у вас есть, и получать то, что отдаёте.

— А если я отдаю добро, а в благодарность получаю зло.

Мировосприятие единства

— Если вы действуете из желания выгоды для себя, то опять попадаете в разделенность, в непонимание того, что другие есть вы. Если из одной руки вы что-

то передали в другую, то это останется у вас. Оно было и осталось у вас. Но если вы будете рассматривать одну руку как свою, а другую как чужую, то при передаче чего-то это уйдет от вас.

Вы отдаете другим людям не потому, что хотите получить что-то для себя, потому что иначе у вас существует представление, что мы не одно целое. Если вы рассматриваете других людей как свою левую руку, то передаёте из правой руки в свою же левую руку, а та передаст правой. Это надо прочувствовать. Это другое мировосприятие.

Если вы ждёте что-то в ответ на ваше добро, то не понимаете, что отдали самому себе. Если вы воспринимаете другого человека как часть себя, то, передав ему что-то, оставляете это у себя, потому что передали ни кому-то, а себе. Это очень важный момент. Это мировосприятие единства. Оно противоположно широко распространенному сейчас мировосприятию разделённости. Поэтому все пытаются накопить и получить только для себя. Но чем больше человек получает, тем хуже ему становится, потому что он не понимает, что забирает у себя же. И поэтому он всегда озабочен только одним: как взять больше.

Эта озабоченность исходит из его представления, что он отделен от других, что мир враждебен, что нет безопасности, кроме той, которую он сам себе создаст. Жизнь в страхе — результат такого мировосприятия. Я говорю о другом мировосприятии, когда вы видите других людей, как части самого себя. Когда вы понимаете, что, отдавая нечто лучшее, что у вас есть, вы отдаете самому себе. У вас нет нужды заботиться о том, чтобы выбить из них что-то, потому что из самого себя ничего не надо выбивать.

— *Такое видение исключает ожидание возврата чего-либо.*

— Это обусловленная любовь: вы даёте в ожидании того, что вам вернётся. Это построено на представлении о том, что вы отделены от мира, от Бога. Бог — всё, что существует, и вы есть часть всего, что существует. Человек, попадая в реальность разделенности, отключается от такого восприятия и начинает видеть всё, что его окружает, как нечто чужеродное.

Такое восприятие не приносит ему счастья, хотя он бесконечно говорит, что хочет счастья, свободы, любви. Всё, что он делает, исходя из разделяющих и односторонних представлений, не даёт ему желаемого. Он продолжает повторять одни и те же способы, которые снова и снова заставляют его страдать.

— *Получается, что мы цепляемся за эту маленькую любовь, потому что не чувствуем большой любви. Мне говорят: «Отбрось это маленькое, и у тебя будет всё». Появляется страх потерять всё. А так хочется любви.*

— Я брошу всё, что есть, а будет ли любовь? Страх порождает страх. То, чего боитесь, вы продляете. Вы боитесь потерять любовь, и вы её не имеете. Сразу, как только вы испугались чего-то, вы это потеряли. Ни когда-то потом, а сразу. Страх — это показатель, что у вас нет того, чего вы боитесь потерять. Как можно потерять то, чего у вас нет. Но страх говорит, что это у вас есть, если вы не будете бояться, то потеряете всё. Это иллюзия, которую надо увидеть. Вы привыкаете к такому состоянию и говорите, что ничего, кроме него, нет.

— *Все эти вещи, о которых мы говорим, можно проверить. Очень важно честно и правдиво видеть всё таким, какое оно есть на самом деле. Можно бесконечно повторять аффирмации, но ты либо не видишь, либо не хочешь признаться в том, что с тобой происходит.*

— Чтобы создать новую версию самого себя, надо увидеть то, в какой версии вы находитесь сейчас. Невозможно сделать шаг в нужном направлении, не понимая того, где ты находишься сейчас. Вы должны очень хорошо знать ту версию, которая у вас была. Именно это вы и делали сейчас через осознание своей личностной программы.

Сейчас вы вскрываете ту версию самого себя, которую разделяет большинство людей. Вы видите мифы, на которых она строится, и понимаете, что исходя из них, вы не можете иметь ничего, кроме иллюзий, страха и страдания. Но вас уже это не устраивает, и вы хотите создать новую версию себя, в основе которой лежит другое мировоззрение.

Мы не отбрасываем свой старый опыт. Наоборот, мы благодарны ему. Ведь только опираясь на него, мы можем перейти к следующему.

Бог создал нас как творцов, подобно самому себе. Именно этот аспект Он отразил в человеке — творчество, что является сутью Его Самого. Он постоянно творит, воссоздавая Себя в огромных масштабах всего сущего. Мы также можем воссоздавать свою жизнь в лучшем варианте.

Страх заразителен, но и любовь заразительна. Перед любовью ничто не может устоять, потому что она есть основная и вездесущая энергия. Она есть первичная энергия любого творения. Человек хочет любви, свободы, бессмертия, безграничности и делает лучшее в его понимании, чтобы этого достичь. Но, как видите, деяния людей не приводят к этому. Хотя цель провозглашается.

Организуются войны с целью освобождения, свободы и любви к своему богу, к своей стране. Посмотрите, все исходят из подобных целей. Люди, какими бы они ни были, хотят одного, но почему-то всё, что они делают, не приводит их к этому. Если вы смотрите на свою жизнь и видите, что хотите одного, а имеете совсем другое, это повод задуматься над тем, что ваши методы не работают.

Тогда вы начинаете осознавать то, как живёте и к чему это приводит. Видите, что творите одно и то же, а не то, чего хотите на самом деле. Тогда уходят представления о злодеях, которые хотят причинить вам вред. На самом деле вы видите, что все люди хорошие, все хотят счастья.

— *Получается, что зло маскируется под добро?*

— Из каких соображений один человек убивает другого?

— *По сути, из страха, но говорит, наверное, при этом о добре.*

Перестаньте молиться собственному страху

— Мы уже убедились, что под страхом скрыта любовь. Здесь существует очень интересная вещь: если есть убийца, то есть и тот, кто хочет быть убитым. Необычный взгляд, потому что убийство считается причинением зла. На самом деле все друг друга медленно убивают. Это называется бизнес, политика, семейная жизнь и за это не сажают. Одна сторона затевает войну с другой стороной, в результате — тысячи убитых. Кто-то приходит с войны весь в медалях. Он кто? Герой, замечательный человек, которому надо подражать. А ведь он — убийца.

Кто такой убийца? Убийца за родину — это герой, убийца в пьяном похмелье — это преступник. Но и в том, и в другом случае было убийство, только в первом случае оно рассматривается как героизм, во втором — как преступление. Никто никого просто так не убивает. Ничего просто так не происходит, хотя здесь существуют именно такие представления. Например, невинные жертвы террористического акта. Там были те, кто хотел умереть. Ничего не происходит просто так, без чьего-либо желания.

Бог делает только одно: реализует все желания человека: сознательные и подсознательные. Бог любит нас Безусловной Любовью. Если вы любите человека Безусловной Любовью, то будете выполнять все его желания, потому что они являются вашими желаниями. Вот что значит любить: чувствовать желания человека и удовлетворять их, какими бы они ни были. Бог никого не осуждает.

Здесь создан другой бог, осуждающий, имеющий массу предпочтений, наказывающий за неисполнение его воли и поощряющий за обратное. Что это за бог, кто его придумал? Это бог, созданный людьми по собственному образу и подобию. Так кому они молятся? Своему собственному страху.

Настоящий Бог любит всех, Его любовь в том, что Он дает безграничную свободу всякому человеку, так как всякий человек есть часть Его. Он любит его безусловно и дает ему возможность реализовать всё, что тот хочет. Даже умереть так, как тот хочет.

Очень важно правильно понимать, что такое смерть. Здесь созданы представления о смерти как о чем-то ужасном. Само представление о грехопадении нужно церкви для того, чтобы управлять паствой, удерживать её. Оно построено на страхе, потому что если не будет страха, то церковь такая, какая она есть сейчас, не нужна вообще. Но она не хочет быть ненужной.

— *Но люди-то верят.*

— Потому что они находятся в страхе. Я же предлагаю вам мировоззрение, основанное на любви. И тогда всё, основанное на страхе, не будет вас цеплять. Вас не на чем будет зацепить — ни на грехопадении, ни на покупке индульгенций, ни на исповеди, ни на чём из того, что нужно тому, кто боится. Церковь предлагает сделку: ты ей веру в неё, а она тебе прощение грехов.

— *Как же быть с прощением?*

— Для этого вы должны верить в свою греховность. Вся церковная система рухнет, если вы не верите в свою греховность. Вам не нужно прощение, вы ни перед кем и ни в чём не виноваты. Но если вы обвиняете других, то будете обвинять и себя. Зачем вам даны отношения с другими людьми? Зачем Бог размножился на части? Вы встречаетесь с самими собой в разных обликах, чтобы проявить в своих отношениях следующую версию самого себя.

Допустим, вы не любите себя, обвиняете, считаете себя недостойным и так далее. Вы вступаете в отношения с другими людьми. Что вы будете реализовать в таких отношениях? Свою версию восприятия самого себя.

Вы считаете, что греховны, значит, греховен и другой. Если вы добрый и любящий человек, то, как вы используете отношения с другими людьми тире с самим собой? Вы будете любить других людей и тем самым утверждаться в этой версии самого себя. Если вы ревнуете кого-то, то утверждаетесь в версии самого себя как ревнивого. Если конкурируете, то утверждаетесь в версии конкурента, и все для вас будут конкурентами.

Отношения с другими людьми — это зеркало восприятия самого себя. Изначальный вопрос: кто я есть, кем себя воспринимаю? Вы будете утверждать в своих отношениях своё собственное восприятие.

— *А если человек считает себя хорошим, но другие люди не чувствуют этого и думают про него совсем другое?*

— Мы говорили о том, что каждый человек действует лучшим из возможных способов, имеющихся у него. Это первое. Второе: каждый человек стремится к счастью, любви и истине, поэтому он будет утверждать, что делает лучшее, то есть добро. При этом он получает обратную связь, которую не хочет видеть в самом себе.

Если он захочет, то сможет увидеть через другого то, что представляет собой это «лучшее». Здесь всё построено на насилии. Сам миф о разделённости порождает насилие, то есть вы должны заставить другого — быть хорошим. Железной рукой к счастью — принцип, основанный на насилии.

— *Мы искусственно разделяем внутренний и внешний мир, а на самом деле это одно и то же?*

— Да, это условное разделение, но оно существует и отражает дуальность этой реальности.

— *Вернусь к тому, что я ни перед кем не виноват и могу делать всё, что захочу. Это же пофигизм.*

Разрешение на убийство

— Вы и так делаете всё, что хотите. Можно делать то же самое только без вины, но тогда вы не сделаете многих вещей, которые, имея вину, могут быть совершены. Мы все делаем то, что считаем нужным. Можно затеять войну, оправдывая свои действия поступками террористов, принесшими множество жертв. Если вы понимаете, что все остальные люди есть вы, то, как вы будете их убивать?

— *Это уже не пофигизм. А кто-то, не поняв, может сказать, что послушал вас и решил, что всё дозволено.*

— Каждый услышит то, что захочет. Более того, он всё равно сделает то, что захочет. Если человек не берет ответственность на себя, то, сославшись на кого-либо, пойдёт и убьёт. Но не я же родил в нём желание убить, оно было в нём. Ему надо было сослаться на кого-то, кто, как ему кажется, разрешил это сделать. Он не хочет отвечать за себя сам.

— *Православие нашло оправдание своим крестовым походам.*

— Так человечество развлекается в мифе о разделенности, и это сопряжено с убийствами, насилием и тому подобным. Так было, есть и будет до тех пор, пока превалирует концепция разделенности. Видение нашего единства это исключает.

— *А если я не чувствую этого единства? Чтобы это почувствовать для начала нужна концепция?*

— Хорошо. Вы не чувствуете единства, но тогда что вы чувствуете?

— *Разделённость.*

— Вы чувствуете разделенность и в соответствии с этим поступаете. Мы называем разделенность концепцией, так же как и единство. Можно назвать как-то по-другому. Но это не значит, что если вы чего-то не чувствуете и не осознаёте, то этого нет. Это и есть механическое существование, когда что-то есть внутри вас, и в соответствии с этим вы ведёте себя, но не видите этого.

Вы не сможете увидеть единства, если не осознаете свою разделённость. Мы приходим сюда, чтобы прожить версии того, чем не являемся, с тем, чтобы выйти к версии того, чем являемся.

Мы вошли здесь в то, чем не являемся, в разделённое существование и проживаем этот сон как реальный, чтобы придти к выбору между разделённостью и единством. Когда вы наживётесь досыта разделённостью, убьете всё, что можете убить в себе и других, когда вас начнёт тошнить от этого, захочется выть, тогда вы будете готовы к другому — к выбору варианта Любви и Единства. Тогда это будет выстрадано вами.

В этом никого нельзя убедить, и я не пытаюсь это сделать. Я просто рассказываю о том, что работает для меня. Но если человек не готов к восприятию такого взгляда, то начнёт бороться со мной, отстаивая свою позицию разделенности. И это тоже прекрасно. Я не пытаюсь поставить себя в позицию того, кто знает больше, чем каждый здесь находящийся. Повторяю, здесь все всё знают. И если сейчас человек не готов перейти к новому опыту, то только по той причине, что он хочет продолжить старый. Это его выбор. Я уважаю собственный выбор, поэтому уважаю и выбор любого другого человека и не собираюсь его ни в чём обвинять его.

— *Если сказать человеку, что он сидит в страдании, что выбрал его сам, и если он начинает задумываться об этом, то весь его мир перевернется с головы на ноги. Он не может поверить в то, что выбрал это сам. Умом сложно понять, что выбираешь страдание, когда хочешь удовольствия.*

— Это и есть парадокс этой реальности. Мы живём в парадоксе противоположных идей. Этот парадокс внутри нас. Мы пришли сюда за таким

опытом. Как его получить? Опыт запускается через определенную точку зрения. Чтобы запустить опыт, вы должны иметь точку зрения. И то, что я говорю, это тоже точка зрения. А эта реальность создана для того, чтобы получать такой опыт. И как мы видим, опыт здесь парадоксальный, А конфликт возникает в связи с выбором вами одной из дуальных точек зрения как своей.

— *Вчера, слушая вас, я подумал, что вы человек, имеющий свою точку зрения. Сегодня вы говорите, что вынуждены её иметь, потому что в обратном случае вам придется выйти из этой реальности. Вчера это сработало на охлаждение к вам, а сегодня я увидел нечто большее.*

Точка зрения — это возможность получить опыт

— В этой реальности мы не можем иметь ничего, кроме точек зрения. Точка зрения даёт нам отправную позицию, с которой мы начинаем получать опыт. Каждый человек это определенная точка зрения, которая позволяет ему разворачивать во времени и пространстве его опыт. Если он меняет точку зрения, он меняет свой опыт.

То, что происходит с вами, определяется вашей точкой зрения, с которой вы смотрите на то или иное явление. У каждого из вас есть на меня определенные точки зрения, и в соответствии с ними вы воспринимаете то, что я говорю. Меня здесь столько, сколько и вас. И при этом вы так заботитесь о чужом мнении по поводу себя. Оно будет разное. Сколько людей, столько и мнений. Невозможно сохранить постоянство мнения других людей о себе.

— *Иногда они совпадают.*

— Они совпадают только в силу того, что используются одни и те же слова для описания различных восприятий. Не может быть среди разных людей похожих восприятий. Они разные. Невозможно создать одно и то же. Для этого надо иметь очень большое мастерство либо быть совершенно неосознанным.

Я произношу слово «любовь» и предполагаю, что вы понимаете его точно так же, как и я. Мы пожимаем друг другу руки, а потом вы делаете нечто такое, от чего я удивленно вопрошаю: «И это любовь?», на что получаю утвердительный ответ. Одно и то же слово используется для совершенно разных представлений. Убогость языка не позволяет объяснить какие-то вещи, но приходится это делать. Если вы что-то говорите, а другой в ответ кивает головой, совершенно не значит, что он понимает точно так же, как и вы.

Теперь в отношении того, что кто-то поступает не так, как вы предполагали. Здесь тоже очень интересный момент. Мы всё время требуем гарантий от других людей. Всё здесь построено на гарантиях. В политике, в семье, на работе: ты обещал, ты и сделай. Но что это, как не ограничение? Можно ли дать гарантию того, что с вами будет? Может ли дать гарантию человек, живущий неосознанно, в постоянном хаосе мыслей?

Здесь люди обещают то, чего не могут выполнить. Человек в какой-то момент что-то обещает, но в этот же момент в нём присутствует и противоположное желание, которое ищет возможности реализации. Но оно не может реализоваться напрямую, потому что человек связан обещанием. Тогда происходит извращенная реализация, и вместо того, чтобы выполнить обещание, он начинает ругать того, кому его дал.

Не осознавая себя, мы считаем, что можем сделать то, чего сделать не можем. Мы есть постоянно изменяющееся существо. Это единственная правда. И это постоянно изменяющееся существо начинает давать обязательства по поводу того, что будет с ним потом. Но мы не можем этого знать. Единственное, что можно сказать, что мы изменимся.

— В обществе это подкрепляется ложью о постоянстве людей, а добродетелью считается как раз постоянство, верность.

— Верным считается тот, кто отстаивает один взгляд и настаивает на нём как на истине. Ни сам взгляд плох или хорош, а плохо то, что вы настаиваете на нём как на единственной истине. И здесь ни один политик не пройдёт, если не будет выдвигать какие-то лозунги, а потом утверждать, что выполнит их. Попробуйте выйти с программой и сказать, что, возможно, через два дня вы скажете что-то другое.

— У нас политики говорят одно, а делают совершенно другое.

— Они не могут выполнить то, что обещают. Это иллюзия постоянства. Они обещают то, что не могут выполнить, иначе они не пройдут: их никто не изберёт, если они будут говорить то, о чём мы с вами говорим. Они вынуждены врать, и чем выше поднимаются, тем больше врут. Потом перестают даже чувствовать, что врут. Это сумасшедший дом, в котором самый безумный становится самым известным.

— Мы говорили о том, что точка зрения через время и пространство определяет опыт. Чтобы получить другой опыт, я должен увидеть, то есть осознать эту точку зрения?

Смерть как смена точки зрения

— Совершенно верно. Тогда вы получаете этот опыт полностью. Переход к идее Единства сопровождается осознанием опыта, полученного в разделенности. Если такого осознания нет, вы не можете перейти в единство. Это невозможно. Если вы видите полностью, как творили разделенность, то можете перейти в единство. Тогда у вас есть выбор, до этого его нет. Выбор есть, когда вы ясно видите противоположные опыты в самом себе. Чтобы выбирать, надо знать и тот, и другой.

В том мире, откуда мы вошли сюда, нам это известно, но здесь мы это забыли. Когда мы воплощаемся в этом мире, то начинаем видеть мир не целостно, а с определённой точки зрения, получая, таким образом, определённый опыт. На опыт только одной точки зрения мы можем потратить несколько жизней. Потом мы меняем её на противоположную и проживаем уже другой опыт. Таким образом, мы детально исследуем дуальность этого мира.

Когда мы как душа находимся в состоянии полного видения, то видим всё сразу. Здесь мы можем только выбрать точку зрения, и уже из неё воспринимать то, на что смотрим, и получать опыт.

— *Это и есть разотождествление: когда отстраняешься от того, на что смотришь и начинаешь понимать, в чём находишься?*

— Да. Но прежде надо набрать опыт. Когда вы отстраняетесь от той точки зрения, в которой находились, то ясно видите, что, как и почему происходило. Пока вы с ней отождествлены, вы этого не видите. Такова особенность нашего пребывания здесь.

Пока вы отождествлены со своей точкой зрения, вы просто набираете опыт. Когда человека, не готового к тому, чтобы этот опыт увидеть, пытаются силой отодрать от него, он начинает сопротивляться другим взглядам. Поэтому я и говорю, что никого ни к чему не надо принуждать. Если человек отождествлён со своим восприятием, то пусть получает опыт. Это не плохо и не хорошо. Когда он его получит полностью, то будет готов к тому, чтобы отойти и посмотреть на него со стороны. Он отойдет, посмотрит и переместится в другую точку зрения. Но не раньше, чем будет готов к тому, чтобы отпустить старую.

— *Можно освоить какой-то скоростной метод получения опыта?*

— Это осознание. Именно этим мы здесь и занимаемся. Это самый быстрый способ интеграции своего опыта. Кто-то может потратить на изучение одной точки

зрения много жизней, кому-то достаточно и одной. А так как Бог любит и принимает всех такими, какие они есть, и удовлетворяет все их желания, то даёт нам столько жизней, сколько мы пожелаем, для изучения разных точек зрения.

Хочу отметить, что смена точки зрения сопровождается очень сложными состояниями. Это воспринимается как шок. Это смерть. Смена точки зрения — это смерть. А так как здесь отношение к смерти негативное, то и отношение к изменению точки зрения столь же негативно.

— *На одном из наших занятий я испытал страх оттого, что ушло состояние, в котором я тогда находился. Я отпустил его и испугался нового состояния. Вы тогда сказали, что ум привыкает к чему-то, пусть плохое, но свое, родное. Нового состояния всегда пугаешься.*

— Всякая смена точки зрения связана с шоком. Потеря того, что тебе привычно, — это шок.

— *Не хочется терять то, что есть. Привычное всегда важнее, если даже оно не доставляет удовольствия, если даже это боль.*

— Смотрите, у вас в руке копейка, а я вам даю рубль. Но вы говорите, что не надо, пусть останется то, что есть. Ведь для того, чтобы взять рубль, надо отпустить копейку. Но когда вы осваиваете изменение точек зрения, то для вас это уже не так страшно. Да, вы не знаете, что будет дальше, но знаете, что будет очень интересно. Вы знаете, что меняете копейку на рубль. Когда вы что-то отпускаете, приходит значительно большее. Потом и это отпустите, и придет еще что-то более значительное.

— *Это прыжок в неизвестное.*

— *Где черпать силы, когда остаешься один на один со своими состояниями?*

— В себе. Когда ученик готов, появляется учитель. Если вы готовы к изменению, придет тот, кто будет отражать вашу готовность. Я приезжаю для того, чтобы отразить вашу готовность к изменению и подкрепить свою.

— *Получается процесс взаимообмена.*

— *Это любовь.*

— Да. Что вы отдаёте вовне, то вам и возвращается. Поэтому, если вы хотите иметь чего-то больше, начните это отдавать. Отдавать может только тот, кто имеет. Что это за действие — отдавать? Вы не можете отдавать того, чего у вас нет. Если вы отдаете, значит, у вас это есть.

Как можно переключить свой ум на новое мышление? Например, человек считает, что он бедный, а я прошу его отдать деньги. Но он отвечает, что у него их

нет. Я возражаю, утверждая, что денег у него хоть и немного, но есть. Если он отдаёт то, что у него есть, то начинает чувствовать себя богатым. Ведь отдавать может только богатый, тот, у кого что-то есть. Что вы отдадите, если у вас ничего нет?

— *А раз он чувствует себя богатым, то и становится им.*

— Таким образом, можно изменить свое состояние. Врать здесь невозможно, можно только действовать. Хотите стать богатым, действуйте, как он. Богатый — это тот, кто имеет. А кто имеет, тот отдает.

Если вы богаты любовью, что вы делаете? Отдаёте её. И не считаете при этом кому сколько отмерить. У вас её безгранично много. Вы её отдаёте, и она к вам возвращается стократ. Но вы отдаете не потому, что хотите получить взамен, а потому, что у вас этого в избытке. Когда исходишь из состояния избытка, хочешь им делиться. Когда исходишь из состояния недостатка, хочешь удержать.

Почему вы хотите что-то удержать? Потому что считаете, что этого у вас не хватает. И чем больше вы так считаете, тем меньше хотите отдавать. Таким образом уходит и то, что у вас есть.

«У кого есть — прибавится, у кого нет — последнее отберется». Речь идет не только о материальном богатстве. Богатство это всё, что вы считаете богатством. Это может быть любовь, красота, ум, осознание, всё, что вы считаете важным. Здесь мы пытаемся создавать какие-то ценности и беречь их для себя. Если вы можете чувствовать себя умным только по отношению к глупым, значит, будете собирать вокруг себя глупых. Если вы хотите казаться счастливым, то окружите себя несчастными. Но всё это вам только кажется.

А если вы видите в других самого себя? Тогда отдаёте не для того, чтобы на контрасте увидеть различие между собой и ими, а для того, чтобы увидеть единство себя и их.

Три в одном: душа, ум и тело

— *Для меня самым важным из всего услышанного остаётся осознание всего прошлого опыта.*

— Я попросил вас высказаться, для того чтобы создать еще большую возможность осознания. Выскажите свое намерение. Мы творческие существа: что высказываем, то и реализуется. Может возникнуть страх, что-то останется

невысказанным, застрянет и будет продолжать воспроизводиться. Любая высказанная реакция даст правильный результат. Если это страх, то вы его будете видеть, если это ваше намерение, то оно исполнится.

— *У меня возникло очень сильное желание прочувствовать, что мы все — одно. Очень сложно, видя каждого отдельно привычным физическим зрением, понять, что мы — одно целое. В связи с этим возникло тяжелое состояние. Тяжело оттого, что невозможно охватить это.*

— Да, привычным для вас способом восприятия сделать это невозможно.

— *Сначала было сопротивление тела и души. Потом я представила, что душа отделяется от тела, летит над всем миром и наблюдает за всем, что творится. В каждом человеке она видела себя, и была легкость оттого, что я это понимаю. Не хочется выходить из этого состояния, не хочется разделенности.*

— Наши сложности и наше величие заключается в том, что мы состоим из трех частей: души, ума и тела. Душа находится в любви, единении, бессмертии и у нее одни желания. Ум и тело находятся в иных состояниях, и каждый из них имеет свои желания. Эти желания могут не совпадать.

— *Это непонимание?*

— Это разное понимание. Каждая из этих частей живет своей жизнью, и каждая имеет свои желания и тенденции. Они могут не совпадать. Возникает внутренний раскол, который воспринимается как тяжелое состояние. Наша задача заключается в том, чтобы соединиться. Когда душа, ум и тело начинают работать как единый организм, тогда выбор души начинают реализовывать ум и тело.

Душа — это и есть та основная версия нас самих, которую мы хотим достичь, и она нам её всё время передает. Ум — это творящий механизм мысли, мысль творит реальность, а тело действует в реальности.

Когда мы соединим Высшее «Я» с творческим аппаратом и проявим это в действии, то получим опыт, который выбрала наша душа. Я это называю Царствием Божьим на Земле. Пока этого не произошло, будут возникать всевозможные состояния, связанные с различными тенденциями каждой из этих частей. И если мы их проговариваем, то можем видеть, а если видим, то можем изменять. Мы можем изменять только то, что видим.

— *Когда мы разговаривали, я ощущал простоту произносимых слов о любви, единстве. Одновременно это же и очень сложно. И еще было ощущение величия всего сказанного. Я почувствовал прилив сил, что я это могу.*

— Очень важно почувствовать самого себя как такое величие, как то, что вы и есть это. Величие создаётся нами всеми вместе и каждым в отдельности. Попадая

сюда, мы чувствуем себя несчастными, брошенными, сирыми, убогими, одинокими. А на самом деле мы — величайшие существа, творящие реальность. Одновременно и то, и другое. Одно не исключает другое. Я — бог, творящий всё, и я — человек, чувствующий себя несчастным. И то, и другое — правда.

— *Пришло желание жить и счастье от сознания этого.*

Глава 6. Хотеть или быть?

Некто жил в доме без окон и всегда жаловался, что солнце к нему не заглядывает. Однажды он отыскал Муллу Насреддина и сказал:

— Ай, Мулла, ты человек умный. Мой дом лишен солнца. Даже самый маленький луч не проникает в комнату. Что мне делать?

Мулла подумал, подумал и, наконец, спросил:

— Хорошо, а на пашню твою солнце заглядывает?

— Да, заглядывает.

— Тогда, — ответил Мулла, — перенеси свой дом туда.

Выбирайте, кем быть, а не что иметь

— *Мое тело реагирует на то, что происходит на наших занятиях. Я никак не могу это объяснить.*

— А как вы считаете, где находится ваш ум?

— *В голове.*

— В голове мозг. Мозг состоит из множества клеток, но ведь и всё ваше тело построено из клеток. Так где располагается ум? В каждой клетке. Каждая клетка ведёт себя сознательно, в каждую вложена программа. У вас сейчас идет перестройка клеточных программ вашего тела. Что такое смена взгляда? Это перестройка сознания каждой клетки тела, а не только того, что мы называем мозгом. В связи с таким процессом в вашем теле происходят разные ощущения.

— *Мы говорили о единстве, и я понял, что знаю, чувствую это. Но внутри меня возникло разделение, как будто тело раскололось на две половинки: я не знаю «как», но знаю, что это есть.*

— *Я испытала облегчение от того, что вы говорили. Прошло напряжение от постоянно задаваемого себе вопроса: «Что делать?» Теперь я знаю, что есть этот закон, есть эта возможность, пусть не для всех, но она есть, и от этого какое-то спокойствие.*

— Она была, есть и будет всегда и для всех. Но не все готовы ей пользоваться.

— Но что-то мешает полностью до себя это допустить. В отдаленных уголках ума ещё есть сомнение. Спасибо вам за то, что вы принесли эту весть. У вас прозвучало, что всё это останется, что мы останемся этим, и внутри возник вопрос: «Да сколько же можно бороться с самим собой?» Сначала появляется желание что-то изменить в себе, потом, после очередной попытки сделать это, приходит мысль о том, что ты опять тот же самый, опять в том же самом. Конечно, изменения есть, но нет уверенности в том, что делаешь то, что нужно.

— Давайте разберемся в ваших желаниях. Например, вы хотите денег. Из чего вы исходите?

— Из того, что их у меня нет.

— Если вы всё так же хотите денег, то какое состояние продолжаете? Их отсутствия. Если вы хотите свободы, то исходите из своей несвободы. Продолжая хотеть, вы поддерживаете это состояние. Вы не получаете то, чего хотите. Тужитесь, пыхтите, хотите достичь чего-то, бесконечно задавая один и тот же вопрос «Как?». Никак.

Если хочешь быть счастливым — будь им. Воспринимается как шутка, но это факт. Вот почему мы говорили, что надо идти не от состояния «иметь, делать, быть», а от состояния «быть», потом делать и иметь то, что в связи с этим имеете.

Чтобы быть счастливым, не надо искать для этого никаких дополнительных средств. Надо стать счастливым, и тогда вы будете иметь всё, что нужно счастливому человеку. Здесь же все действуют наоборот: пытаются иметь, стараясь через это получить состояние «быть». А надо быть, и тогда вы будете делать то, что надо, и иметь то, что хотите.

Основное заблуждение — попытка пройти в состояние «быть» через «иметь». Но иметь можно только через «быть». Когда вы выбираете новую версию себя, то выбираете, кем вам быть, а не что иметь. Это очень важно. Если вы думаете о том, что вам иметь, то заказываете только то, что у вас уже есть, увеличивая это количественно.

— Наверное, в человеке желания быть счастливым больше, чем всё остальное. Просто это или сложно, но это мой выбор. Важно почувствовать, что есть возможность выбора.

— Мы с вами говорили, что все стремятся к счастью и свободе, но при этом идут через «иметь». Они полностью отождествлены с физическим планом и считают, что счастье придет как результат, например, наличия денег. Бегают, ищут деньги, но не становятся при этом счастливее. Кто-то имеет деньги, кто-то — нет, но те и другие несчастливы. Вопрос Гамлета: «Быть или не быть?» Основной вопрос: «Кем быть?», а не «Что иметь?».

— *Быть самим собой.*

— Что это такое? «Давайте жить просто», «Давайте жить дружно» и так далее. Это всё просто лозунги. Они не идут дальше простого провозглашения, не показывают того, как к этому придти и что это такое.

Повторяю: мы приходим в этот физический план, чтобы пережить то, чем не являемся, чтобы воспроизвести версию самого себя, которая соответствует тому, чем мы являемся на самом деле. Поэтому мы переживаем очень много опыта, связанного с тем, что не есть мы, то есть страха во всевозможных разновидностях, чтобы выйти на ощущения того, кто мы есть на самом деле.

Если вы начнёте говорить душе о страхе, то она ничего не поймет. Для нее нет страха, ревности, разделенности. Она находится в Вечной Любви, Безграничности, Блаженстве. Но она не переживает наш опыт так, как мы его можем пережить здесь. Мы должны иметь сравнение с тем, чем мы являемся на самом деле. Только через него мы можем вспомнить себя истинного.

Поэтому переживание страха во всех его разновидностях необходимый элемент для того, чтобы выйти на то, чем мы являемся. Поэтому те, кто проживают свой страх как единственную реальность и считают наши разговоры полной чушью, просто проживают свой опыт. Они выйдут к этому, когда внутренне будут готовы к следующему шагу.

— *Все наши несчастья от хотения. Желая чего-то, ты рождаешь ситуацию переживания того, что не имеешь.*

Хочу быть счастливым или я уже счастлив — механизм желания

— Совершенно верно. Чтобы хотеть чего-то, вы должны этого не иметь. Тогда вы должны создать ситуацию, при которой этого не имеете, и проживать свое хотение. Этим и занимаются люди. Допустим, они хотят денег и соответственно имеют ситуацию, при которой их нет. Они хотят, и Бог отвечает им: «Ты хочешь? Пожалуйста, хоти». Денег нет, но есть желание их иметь.

Очень важно понять, как реализуются желания и мысли. Вы пытаетесь встать со стула или просто встали с него. Это разные вещи. Вы хотите быть счастливым или вы счастливы. Есть разница?

Если вы хотите быть счастливым, значит, вы несчастны. Пожалуйста, вы будете несчастны, но при этом будете хотеть стать счастливым. Посмотрите, именно так формулирует свои желания большинство людей, находясь при этом в ситуациях, где имеют возможность хотеть того, чего они хотят. Вы не можете хотеть счастья, если счастливы. Вы находитесь в этом счастье, вы и есть это счастье.

Человек отождествляется с мечтой о чем-то и не хочет с ней расставаться, не хочет иметь то, о чём мечтает, он хочет хотеть. Большинство хотят быть счастливыми, радостными, богатыми, а сами несчастные, сирые, бедные.

Если вы выбираете быть счастливым — это совершенно другое. Это выбор. Тогда происходит та работа, которой мы занимаемся. Вы видите и то, и другое и делаете выбор. Вы должны сделать различие между тем и другим. Это не простая работа, и именно этим мы и занимаемся. Очень просто сказать, что я хочу то, хочу это. Но это поверхностно, потому что человек не проделал работу различения. Он не понимает, что такое быть счастливым, он просто говорит, что хочет им быть.

Быть счастливым — значит, воспринимать других как часть самого себя и делать для них то, что хотите делать для самого себя. Всё уже сказано, я не говорю ничего нового, ничего из того, что вы не знаете. Но я говорю под таким углом и так расставляю акценты, что это становится чем-то новым для вас.

Всем всё ясно и понятно, но делается опять всё то же самое. Значит, нужно нечто большее, чем то, что человек называет «я знаю». Смена мыслей очень непростой процесс. Мы говорим, что все хотят счастья, но при этом несчастны. Как изменить это? И вот здесь начинает работать представление о том, что другие есть вы. При этом, делая что-то другому, вы делаете это для себя, реализуя свой выбор — кем быть.

Вы выбираете любовь. Замечательно. Как его осуществить? Начинайте проявлять его по отношению к самому себе тире к другим. И если вы строите свои отношения на любви, то это и есть вы. Вы и есть ваши отношения. Вы и ваши отношения — это одно и то же.

— Не принимая в себе какую-то часть, я нахожусь в постоянной вражде, причем с кем-нибудь. Но иногда возникает состояние, при котором ты не оцениваешь, состояние отсутствия беспокойства и страха. Начинаешь ощущать влияние души. Но для себя я отметил, что следом наступает другое состояние, в котором всё начинает проявляться. Это состояние ума. Надо принять эту часть и увидеть, что там проявляется.

— Совершенно верно. То, что вы не приняли в себе и не видите, будет появляться извне, реализуясь в каких-то ситуациях и людях, с которыми вы будете бороться, испытывая страх. Если вы это приняли, то спокойно относитесь к тому, что говорит или делает кто-то. Это не значит, что вы с этим согласны, потому что у вас есть своя точка зрения, которая может не совпадать с чьим-то взглядом. Но это и не значит, что вы с ним враждуете и боитесь его. Хотя для человека непосвященного это может восприниматься как борьба.

Право на существование имеют и та, и другая точки зрения. Более того, вы начинаете испытывать к другому человеку благодарность за то, что он позволяет вам отточить и увидеть все нюансы своей точки зрения. Находясь в этой реальности, мы не можем не иметь точек зрения. Поэтому мы будем иметь и противоположные точки зрения, которые могут возникать, принимая облики других людей или ситуаций. У нас есть выбор либо бороться с ними, если мы их не признаём в себе, либо просто принимать их как помощь в том, чтобы увидеть лучше то, что считаем правильным для себя.

— *Со стороны это может выглядеть как ссора.*

— Если кто-то видит в этом ссору, это говорит о том, что у человека не отработаны те же вещи. То, что здесь происходит, даёт возможность посмотреть на себя с разных точек зрения. Меняя свои точки зрения, вы меняете отношение к тому, что происходит. Вы не меняете то, что происходит, а изменяете своё отношение к этому. Но это изменение идет через видение в себе того, чего вы не хотели видеть, или того, чего боялись.

— *Ты хочешь мира, но при этом отсутствует внутренний взгляд на то, что боишься войны. Мы своими страхами провоцируем те или иные ситуации.*

Парадоксы данной реальности

— Да, так провоцируется война. Чтобы бороться за мир, нужна война. Чтобы бороться за здоровье, нужны нездоровые. Именно этим занимается здравоохранение, и именно поэтому оно не заинтересовано в здоровье. То же самое касается полицейских и военных, которые борются за безопасность. Если не будет опасности, они станут не нужны.

Это касается любых ролей, построенных на конфликте. Парадокс в том, что говорящий о мире, хочет войны, говорящий о здоровье, хочет болезней и тому

подобное. На этом строятся силовые и экономические структуры, институты, политические партии, которые работают против провозглашаемых ими целей.

— *Как другие люди не понимают того, о чем мы здесь говорим?*

— Это просто факт. Но через этот факт вы можете сделать себе проблему, высказывая претензии тому, кто этого не понимает.

— *У меня так в семье.*

— Почему вы находитесь рядом с тем, кто вас не понимает? Что это отражает? Своё собственное непонимание. Таким образом, своё непонимание вы проецируете на других людей, и они вам это возвращают.

— *Но я прикрыт пониманием и не вижу своего непонимания.*

— До тех пор пока вы будете прикрываться своим пониманием, вы не будете видеть целостно. Сказать можно всё, что угодно. Если вы хотите обвинить кого-то, то можете использовать для этого всё, что пожелаете, в том числе, и мои слова. Любое слово и факт можно использовать по-разному в зависимости от того, как посмотреть.

Я вам говорю о некоторых фактах, но то, как вы их будете использовать, зависит от вас. Если вы чувствуете, что мир един, то, придя домой, не упрекнёте жену в её непонимании. Потому что понимаете, что, называя её дурой, говорите это о себе, затеяв с ней конфликт и пытаясь её унижить, вы унижаете самого себя. Это глубинное понимание вопроса.

Тогда вы будете разбираться с тем, почему рядом с вами человек, который не понимает, и будете делать всё, чтобы не относиться к ней так, как не хотели бы, чтобы относились к вам, независимо от того, что делает этот человек. Когда распинали Иисуса, то смеялись, издевались над ним и кричали ему: «Если ты — Бог, то почему не спасёшь себя?» Он не сотворил чуда на глазах у всех, но когда все оставили Его, Он вознёсся. Его задача не состояла в том, чтобы поразить воображение тех, кто мог истолковать это совершенно по-другому. У Него нет никакого резона доказывать никому то, что Он знает.

— *Мы в детстве любили ходить в комнату кривых зеркал. Сейчас у меня такое ощущение, что эту комнату закрыли на замок.*

— *Есть желания души и личности. Желания личности: ты хочешь, но так и остаешься в этом хотении, и ничего не происходит.*

— Я хотел бы уточнить сейчас, что такое личность. Личность — это дуальная структура, состоящая из противоположных точек зрения или тенденций.

— *Человек, находясь в теле, может испытывать влияния души, то есть он становится живой душой. Его состояние — это и есть душа. И ещё в отношении*

единства. Допустим, происходят ситуации, при которых я испытываю страх. Если я меняю свою точку зрения, то при той же ситуации у меня уже не будет страха. В отношении принятия себя. Могут приходить любые состояния, которые ты будешь просто наблюдать, не отпихиваясь от них, а принимая себя в них. И потом спокойно рассказывать о них.

— Когда из чего-то не делается тайны, это становится нормальным. Совершенно нормально чувствовать то, что вы сейчас чувствуете. Даже если это ненависть, вы можете спокойно сказать об этом. Вы её выражаете. Обычный человек чувствует ненависть, но не говорит об этом, но при этом проявляет её.

Любое желание, которое появилось, ищет проявления. Подавление желаний приводит к их извращённому проявлению. Мы здесь начинаем открывать заслоны для проявления определённых чувств и желаний, которые у нас есть, но были заперты. Может пойти волна агрессии, но пойдет она совершенно по-другому. Если мы делаем это, понимая, что мы все — одно и что у нас много скрытых желаний, которые мы просто не реализовали, а сейчас хотим это сделать, то это уже совершенно другое.

Если вы подойдете к кому-нибудь здесь и скажете, что ненавидите его, то только, чтобы увидеть своё состояние. Фактически вы подходите к самому себе и говорите самому себе. Вы просто показываете то, что у вас есть, чтобы это трансформировалось. Если вы боитесь говорить об этом, то оно останется и будет находить свои способы выражения.

Одно дело, если вы подходите с тем, чтобы увидеть и трансформировать это, другое — чтобы продолжить и укрепить. Одно и то же действие может быть совершенно по-разному в зависимости от намерения. Вы можете подойти и сказать, что ненавидите, чтобы начать конфликт. А можете сказать это как самому себе с целью трансформации его. Есть разница? Это не продолжение воспроизведения старого, а освобождение от него.

Молитва мастера не просьба, а благодарность

— Как часто вы благодарите Бога за то, что происходит с вами, за то великое явление, которое называется жизнью, и является бесконечным, безграничным и очень увлекательным процессом? Когда вы с мольбой вопиёте к Богу, чтобы Он дал вам что-то или жалуется, то, что вы продляете? Вы продляете состояние, по поводу которого вопиете.

Бог не чиновник, который рассматривает поступающие жалобы с тем, чтобы какие-то из них удовлетворить, а какие-то нет. Он создал великолепную Вселенную, работающую по законам Любви, и в соответствии с этими законами всё происходит. Но когда мы забываем эти законы и отделяем себя от Бога, то имеем состояние разделённости и тьмы, внутреннего непонимания.

Что такое тьма? Это непонимание того, что вы есть часть этого великого, огромного Целого, которое можно назвать Богом или еще как-либо. Когда есть такое понимание, то возникает чувство великой благодарности. Когда отталкиваешь его, забываешь о нём, то возникает состояние одиночества, страха, боли, ненависти, ревности.

Поэтому тот, кто понимает, как устроена Вселенная и что мы все являемся частями Одного, всегда благодарит. Он знает, что Вселенная реагирует на то, что в нём происходит, что она реализует все его мысли и чувства. Поэтому его молитва — это не просьба, его молитва это благодарность. Он знает, что то, за что он благодарит, всегда произойдёт. Его состояние — это вечная благодарность, и нет ничего прекраснее этого.

Но как часто в жизни происходят моменты, когда вы благодарите Бога за то, что вы есть часть Его, любимая Им безмерно? Его любовь проявляется в том, что Он даёт полную свободу каждой своей части делать то, что она хочет. Есть ли какое-либо состояние, испытываемое человеком, которое более соответствовало бы пониманию этого, кроме благодарности?

— *Любовь.*

— Любовь и является благодарностью, это то же самое. Когда вы любите кого-то безусловно, то благодарите за то, что этот человек просто есть такой, какой он есть. Любовь это вечное благодарение. Это общедоступно и не является привилегией кого-то избранного. Избранным становится тот, кто начинает избирать это. Избранный тот, кто избрал быть этим. Ни кто-то кого-то избирает, а сам человек делает это, и из того, что он избирает, будет следовать его жизнь. Так что вы избираете и что получаете в результате? Каждое мгновение жизни — это возможность выбора.

— *Получается, что выбираем страдания и получаем боль.*

— Выбираете страдания и получаете их. Значит, вы избрали для себя страдания. В такие моменты выбора забываешь о том, что ты есть Бог. Вы избираете то, что не является Любовью.

Мы говорили о том, что эта реальность построена на принципе двойственности: есть любовь и есть ненависть. Ненависть и страх необходимы, чтобы прочувствовать любовь. Когда выбираете страдание и страх, то попадаете в

них для того, чтобы потом, почувствовав, что устали от этого, вы захотели выбрать любовь.

Когда выбираете любовь и находитесь в благодарении, то чувствуете свою связь с Богом, и то, что вы — часть Его. Выбирая страх, не чувствуете этого. Вопрос каждого в его выборе. Потому что ваша жизнь такая, какая она есть сейчас, и если она вам не нравится, то это создали вы как бог, как тот, который творит.

— *В нас же просыпаются какие-то моменты любви, понимания, видения всего этого. Но, с другой стороны, есть страх и другое состояние. Что случается при переходе с одного на другое? Сможем ли мы увидеть картину целостно и сделать состояние любви постоянным или мы обречены видеть только фрагменты и на основании этого видения приближаться к такому состоянию?*

— Здесь есть возможность узнать и то, и другое. Поэтому есть возможность выбора. Здесь есть страх и любовь, и вы всегда находитесь в возможности выбора того или другого. Но когда вы выбираете страх, возвращающий вас на круги одних и тех же ситуаций, то забываете, что у вас есть выбор.

Вы хотите, чтобы вам кто-то помог, не обращаетесь к себе, забывая, что являетесь творцом, способным к выбору, теряете связь с Любовью, с Богом. Но на самом деле это иллюзия потери: вы не можете потерять связь с Богом, потому что вы сами Бог, вы Его часть отныне и навсегда. Поэтому в минуты самых тяжелых и мрачных состояний вы были и остаётесь Богом. Можно отречься от Него, но Он от вас никогда не отречётся.

— *Проблема в том, что мы не видим в себе бога в таких состояниях? То есть состояние и чувство этого тоже может оставаться?*

— Мы ищем то, что имели и имеем всегда, потому что каждый из нас есть производное Любви. Нет ничего, кроме Любви. Потому что даже страх есть Любовь.

— *Если ты бог, откуда вообще возникает страх?*

— Что происходит, когда вы пытаетесь избежать чего-то? Вас это преследует. Вы боитесь чего-то и тем самым вызываете это. Весь вопрос в том, как умело вы пользуетесь тем, в чём находитесь. Наша реальность создана великолепнейшим образом, но, не зная ее законов, мы уподобляемся тому, кто сует два пальца в розетку, желая узнать, что такое электричество.

Всё, что порождает в вас страх, изначально представляло собой желание, которое вы не реализовали. Первично желание, а оно порождено интересом. Основное — интерес. Если вам что-то интересно, то не требуется никаких условий,

чтобы делать то, что интересно. Долг, ответственность, обязательства требуются, чтобы делать то, что неинтересно.

Здесь желания делятся на правильные и неправильные, на хорошие и нехорошие. Когда у вас появляется желание, определённое кем-то как нехорошее, вы его блокируете. Оно не исчезает, оно начинает притягивать ситуацию для самореализации. Когда какое-то желание не реализовано, то появляется страх. Лучший способ избавиться от желания — это уступить ему.

«Я боюсь быть обманутой...»

— *Я боюсь быть обманутой.*

— Как возникает ситуация, в которой вы чувствуете себя обманутой? Маленький ребенок хочет что-то получить, а ему отказывают.

— *Ему ставят условие, говорят, что ты это получишь, если сделаешь то-то и то-то.*

— Да. Он понимает, что не может напрямую говорить о своих желаниях, что надо хитрить. Надо сначала узнать, что предпочитают родители, с тем, чтобы получить своё. Если нет прямого пути получить то, что хочешь, значит, надо понять систему верований мамы и папы. А это обман.

Непосредственно возникающее у человека желание, как правило, не удовлетворяется. Поэтому он начинает искать обходные пути для его удовлетворения. Потом он так запутывается, что забывает желания, которые были у него, и начинает их бояться. Это то, в чём находится большинство людей.

— *А если попробовать обмануть создавшуюся ситуацию, сказав: «Хочу быть обманутым». Повернется колесо в обратную сторону?*

— Надо допустить возможность того, чего пытался избежать. Например, вы готовы к тому, что будете обмануты, что у вас уведут мужа или жену, обворуют и так далее. Вы проживаете это и принимаете то, чего боитесь, как своё скрытое желание. Или допускаете возможность того, что не произойдет то, чего вы так хотите. Таким образом, будут распутаны клубки, которые образовались из-за подавления ваших желаний.

— *Если допускаешь возможность чего-то, то возникает страх, что привлечешь эту ситуацию.*

— Давайте разберёмся с обманом. Сами слова являются обманом. Когда вы называете что-то, что с вами происходит, обманом, то начинаете переживать, эту ситуацию именно так.

Но слова — это просто символы. Первичным в передаче опыта жизни являются чувства. Чувства — это язык души. Враньё — это когда кто-то говорит не то, что вы полагаете за правду. Но он в свою очередь полагает, что врёт вы, потому что говорите не то, что он считает правдой.

Имеется множество точек зрения на один и тот же факт. И если рассматривать ситуацию только с одной точки зрения, то все остальные будут враньём. Поэтому очень важно увидеть единство множественности точек зрения. Потому что множество точек зрения на один факт создаёт возможность целостного восприятия любого факта. Другими словами, эти точки зрения не противоречат, а дополняют друг друга.

Нас много, но мы одно, и каждый из нас индивидуален, каждый выражает какое-то одно представление о том, что происходит. И оно не является неправильным. Оно столь же правильно, как и мнение любого другого. Если вы примите это, то изменится ли отношение к происходящему в вашей жизни?

— *Наверное, изменится. Если примешь обман, то перестанешь обманывать других.*

— Тогда вы не будете так настойчиво бороться со всяким, кто выражает противоположное вам мнение. Эта реальность является иллюзорной. В принципе, она является обманом, сном. Если вы это понимаете, то, как изменится ваше отношение к происходящим в вашей жизни событиям?

Этот сон можно прожить либо в кошмаре, либо в радости и благодарности. Когда я говорю, что эта реальность является сном, то имею в виду, что каждый из нас находится в мире сём, но не от мира сего. Если вы считаете, что вы есть тело-ум и ничего, кроме этой реальности, нет, то ваша жизнь будет кошмаром. Если вы знаете, что вы тот, кто был, есть и будет всегда, что ваше нахождение здесь является неким экспериментом, опытом, избранным вами до вашего воплощения здесь, что вы перейдёте после так называемой смерти в состояние чистой Любви, Истины и Свободы, то изменится ли ваше отношение к происходящим с вами событиям? Изменится очень многое, если вы действительно это чувствуете.

— *Перестанут существовать такие понятия как злость, обман?*

— Понятия останутся, но отношение к ним изменится. Вы можете менять своё отношение к ним. Одно и то же событие может рассматриваться вами с противоположных точек зрения, при этом без внутренней борьбы и осуждения.

Что вам не нравится в вашей жизни? Например, то-то и то-то. Если оно вам не нравится, то вы будете с ним бороться. Но борьба только усилит ваше осуждение и чувство вины.

Можете ли вы принять наличие чего-то, что вам не нравится, как факт, как просто то, что существует? Вы не будете бороться с этим, вы просто примете это как то, что есть. Такое принятие изменяет ваше состояние по отношению к действиям, которые до этого оценивались вами как унижение или оскорбление. Из тех же самых фактов вы начинаете получать другой опыт, другие переживания.

Когда вы чего-то боитесь, то это и получаете. Дальше вы можете продолжить ещё больше бояться, либо увидеть это по-другому. Если вы увидите это по-другому, оно не будет больше вас задевать. А если не будет задевать, то не будет повторяться.

— *Как это всё выглядит в отношении удовольствия? Есть вещи, которые мне нравятся, например, выпить в компании красивой женщины.*

Почему я хочу выпить?

— Давайте разберёмся в том, почему вы хотите выпить. Что это вам дает? Ведь вы хотите выпить не просто для того, чтобы уменьшить количество спиртного на земле. Вы получаете в результате этого некое состояние, переживание. Так что вы получаете, когда выпиваете?

— *У меня пропадает беспокойство.*

— Значит, вы хотите не выпить, а получить спокойствие, избавиться от страха. Выпивка — это средство, которое на данный момент вам известно и которое дает какой-то результат. Допустим, вы выпили, получили желаемое состояние, но остаётся ли оно?

— *Непродолжительное время. Потом наступает обратное состояние, и оно усиливается.*

— То есть вы сначала что-то убрали, а потом оно же и усилилось. Таким образом, вы получили обратный эффект. Если вы видите одновременно два этих факта, то вам будет легче начать искать другой способ получения и удержания желаемого вами состояния. Если вы выпили и почувствовали, что вам хорошо, то никто и никогда не заставит вас отказаться от этого. Но если вы выпили, и сначала было хорошо, а потом по этой же причине стало плохо, то, что тогда?

Мы выяснили, что человек пьёт, чтобы избавиться от гнетущего состояния, в котором он пребывает. Это способ, применяемый подсознательно. Если у вас есть цель, то есть много способов её достижения. Почему особенно в России так много пьют? Здесь не такое количество психотерапевтов, как например, в Америке. Вся психотерапия здесь сводится к стакану водки. Человек пытается избавиться от ограничений, в которых запутался, применяя общеизвестный способ. Так, может быть, можно применить другие способы?

— *Для меня выпивка становится проблемой.*

— Это раскачка как на качелях: туда — обратно. Потом так раскачаешься, что качели могут развалиться. Человек привыкает к состоянию раскачки: сейчас мне плохо, но хочу, чтобы стало хорошо. Чем ему хуже, тем сильнее хочется улучшить состояние, то есть выпить. Он выпивает, получает свое «хорошо», потом ему опять плохо, и он опять хочет выпить, чтобы было хорошо. Все зависимости строятся по такой схеме.

— *Получается, что удовольствие не в удовольствии.*

— Потом нет уже прежнего удовольствия. Оно весьма сомнительное, но то, что наступает в противоположность ему, очень реально. Но привычка настолько сильная, что вы уже не можете от неё избавиться. Если бы человек наблюдал за тем, что с ним происходит, то экспериментировал бы с этим и искал что-то другое. Но большинство людей придерживаются одной и той же схемы, пока качели не развалятся.

Например, вам нравится женщина. Вы начинаете искать одну женщину, другую и что имеете?

— *Ищу разные варианты, нахожу их. Проигрываю разные жизненные ситуации, получаю удовольствие. Потом чувство новизны пропадает, всё становится привычным. У меня пропадает интерес, я впадаю в состояние неудовлетворенности и остаюсь там до очередного варианта.*

— Смотрите, опять раскачка. Какое первичное желание? Зачем вы ищите женщину? Вы хотите ее любить, хотите испытать любовь, а попадаете в круговорот одних и тех же ситуаций и не испытываете любви. Испытываете некое удовольствие, которое с каждым разом всё уменьшается. Так вот, первично то, что вы ищите любви.

Мы сейчас рассмотрели две тенденции. Первая — вы хотите избавиться от страха. Вторая — вы хотите найти любовь. И это первично во всех наших устремлениях. Но мало кто смотрит на это таким образом. Если мужчина часто меняет женщин, то его называют бабником и осуждают за это. Включается механизм обвинения, наказания, вины.

Мы ищем Бесконечности, Безграничности, Абсолютной Любви, Истины, а попадаем в ловушки дуальности и корчимся в них, как птица в клетке. Частичное решение проблемы не есть ее решение. Вы ищите любви, а находите только её фрагменты. Пытаетесь избавиться от страха, но ничего не получается.

— *Я ищу всё это вовне.*

Вы ищите вовне то, что находится внутри

— Вы ищите вовне то, что находится внутри вас, то есть ищите не там, где потеряли. Если человек начнёт наблюдать за тем, что с ним происходит, то увидит, что не получает того, чего хочет. Он увидит, что делает одни и те же попытки, которые приводят к одним и тем же результатам. И тогда он, возможно, начнёт рассматривать то, как он творит то, что хочет. Но если он не видит этого, то будет продолжать делать снова и снова то же самое.

Человек сталкивается с какой-то ситуацией, которая начинает повторяться. И каждый раз он не идет дальше того, с чего начал. Он ищет вовне опять повторение того же, что было. А те методы, которые он использует и которые узаконены здесь в морали или в, так называемом, здравом смысле, как мы видим, не работают. Они приводят к противоположному.

Вы хотите избавиться от страха, а получаете его же; хотите любви, а получаете ненависть. Это очень важный момент. Если его не понять, вы будете продолжать делать одно и то же.

Вам кажется, что вы знаете ответ. Испытываете страх — значит, надо выпить; хотите любви — значит, надо искать женщину. Но в том, в другом случае получаете обратное. А то, что вы хотели изначально, получаете немножко и временно. Потом смиряетесь с тем, что так происходит со всеми и везде, и для вас уже ничего не изменяется.

— *Живешь в этом стереотипе, считаешь, что это нормально, потому что все так живут, что так должно быть.*

— Да. Но тогда вы не реализуете самого главного своего желания — Необусловленной Любви. Оно не оставит вас никогда, потому что ваша душа знает, что это такое. Но ваша личность оказывается все время в ловушках. Пытается бороться с ними, избавиться от них, но от этого ещё больше

запутывается. Человек забыл самого себя и попал в дуальность личностной программы.

Возможна ли Необусловленная Любовь здесь? Человек перестаёт верить в неё. А когда исчезает вера — это становится невозможным. «По вере вашей дано вам будет». Люди довольствуются суррогатом, принимая его за самое важное, что могут получить. Человек ищет Необусловленной Любви, но чаще всего ограничивает себя сексуальностью.

— *Вы где-то писали, что секс — это духовный мост между мужчиной и женщиной.*

— Да. В это надо верить. Если вы теряете веру в это, то для вас этого не будет. Если хотите максимума, то получите его. Хотите минимума — будете довольствоваться им. Посмотрите, сколько вопросов вокруг сексуальности.

На самом деле общение и есть сексуальность. Всё со всем вступает в сексуальные отношения, но только они значительно шире, чем предполагает человек. Просто переспать это одно, другое — общение на уровне сердца, ума и души. Вы можете получить физиологический оргазм, но включается ли ваше сердце при этом, открывается ли душа. Это вопрос.

Вы испытываете неудовлетворение, которое толкает вас на поиск женщины или мужчины. Но ваши поиски заканчиваются попаданием в очередную ловушку частичного, фрагментарного общения. Возникают взаимные претензии, обиды, чувство вины.

Если два человека любят, счастливы, радостны и бессмертны, то какие могут быть претензии, что можно требовать друг от друга. Если вы чувствуете другого человека как самого себя, то будете дарить ему, а не предъявлять претензии по поводу того, что он вам что-то не додал. Так почему мы не можем выйти на такую версию самого себя? Мы перестали верить, что такое возможно или вообще не знаем об этом?

— *У нас есть представление, что если нет энергии, то не знаешь, откуда её получить.*

— Возникает вопрос: куда расходуется энергия? На претензии, на подавление множества страхов, которые вы не допускаете до осознания. Страхи — это части вас, требующие проявления. Но вы не хотите их видеть и блокируете их. Представьте дом, в котором тысяча дверей, и вы бегаєте и контролируете, чтобы не открылась часть из них, чтобы никто не вышел оттуда. Все ваши силы идут на блокировку, подавление. А если разрешить себе быть таким, какой вы есть?

— *Но тогда никто не будет тебя понимать.*

— Мы уже выяснили, что никто никого и так не понимает, потому что то, что здесь создано и называется моралью, работает против понимания себя. Если вы боитесь быть нехорошим для других, то будете вечно бегать от самого себя.

— *Выход есть?*

— Есть. Открыть все двери, разрешить себе сказать, что вы есть то, что вы есть. Мы есть и положительное, и отрицательное одновременно. На самом деле мы есть всё. Например, кто-то боится, что её назовут проституткой, но при этом давно уже ею является.

Все боятся слов, но на самом деле мало кто пытается разобраться в том, что они значат. Например, что такое проституция? Это продажа тела за деньги. Чем занимаются в семьях? Тем же самым за безопасность, покой, деньги. Я не вижу никакой разницы. А кто еще хочет это видеть? Все только манипулируют словами и боятся при этом. Давайте будем искренними и увидим, что в каждом из нас есть всё. Так почему мы так боимся это показать себе и другим?

Агрессия — мольба о любви

— Каждый из нас делает то, что хочет, но только не понимает, кто это хочет.

— *Хотя и боится.*

— Если вы боитесь чего-то, то изначально в таком страхе присутствует ваше желание. Вы боитесь, что вами будут командовать, но это значит, что у вас есть желание, чтобы вами командовали. При этом вы боитесь признаться в таком желании и отрицаете его. Это не плохо и не хорошо. Это факт.

Все друг другом командуют. Что здесь такого? Но человек говорит, что боится этого, то есть не может признаться в своём желании. При этом он удовлетворяет просьбы других людей. Его просят, и он делает. Как видите, на один и тот же факт или поступок можно посмотреть по-разному.

— *Но ему неприятно это.*

— Почему же тогда он это делает? Если человек делает что-то, значит, его это устраивает. Пока он не признает, что это ему хочется, он будет продолжать создавать проблему из этого. Сделайте то же самое, но с пониманием того, что вы этого хотите сами. Неважно, что вы делаете, важно ваше отношение к этому.

— *Если принять, что он есть любовь, то кто может им командовать? Можно ли тогда воспринимать что-либо как команду?*

— Есть просто действия, поступки, которые человек совершает, если хочет. Но дальше вступают в силу слова, при помощи которых что-то называют хорошим, а что-то — плохим. Реагирование идет на слова. Если вы что-то делаете или не делаете, то вам это нравится. Попробуйте это увидеть в себе.

— *Мне нравится, когда меня просят о чем-то, о какой-то помощи.*

— Вы испытываете при этом удовольствие. А когда расцениваете чью-то просьбу как приказ, то делаете это, не испытывая удовольствия.

— *Да.*

— Так кто делает вас неудовлетворенным? Ваши представления о том, из чего исходит человек, обратившийся к вам с просьбой. Просит он или требует? Если это рассматривается как требование, вам неприятно.

Так что вы хотите? Вы хотите быть в состоянии любви. Каким образом можно находиться в состоянии любви всё время?

— *Поменять свое отношение.*

— Перестать называть что-то приказом. Кто может назвать что-то приказом или просьбой? Кто это оценивает? Вы сами. У кого ключи от собственного счастья?

— *У меня.*

— Вы ими пользуетесь? Это ключи к любой ситуации. Вы относитесь к любой ситуации так, как оцениваете её. Кто оценивает ситуацию? Сам человек, и он может оценить её как угодно. Например, на вас могут кричать, но вы не сердитесь, потому что чувствуете, что кричат из любви.

Что такое команда, манипуляция и тому подобное? Кто пытается больше всех манипулировать? Тот, кому что-то нужно. Кому что нужно? Любовь. Всем нужна любовь. Но когда вы расцениваете это как проявление власти, попытку контроля, то, делая это или не делая, испытываете страх и неприязнь. Что вы видите в человеке, который нападает на вас? Попытку манипулировать вами или просьбу, мольбу о любви?

— *Привычно видеть манипулирование.*

— От кого же зависит увидеть в этом мольбу о любви? Только от вас. Мастер понимает, что агрессия — это просьба о любви. Одно дело видеть в нападающем врага и пытаться защищаться от него, и другое — видеть страждущего любви. Будете вы нападать на него, защищаться или дадите ему то, чего он так хочет?

— Значит ли это, что агрессивные люди обладают минимальным запасом любви?

— Они глубоко несчастны из-за отсутствия любви, поэтому проявляют агрессию. Посмотрите на это таким образом, и ваше реагирование будет отличаться от того, при котором вы видите в человеке врага.

— Я сейчас задала себе вопрос, почему не всегда выполняла просьбы тех, кто ко мне обращался. И поняла, что было представление о том, что мне нечего дать, потому что считала себя обделенной. Возникало чувство вины перед просящим, и одновременно была злость на него и на себя. Теперь я понимаю, что надо находить и создавать новую версию самой себя, когда тебе есть что дать. Предчувствие этого уже есть. Любовь бывает разной, и совершенно не обязательно подчиняться полностью тому, чего от тебя хотят. Ты отдаешь, что у тебя есть на этот момент, и человек чувствует это и перестает страдать. Согревает сознание того, что, делая что-то искренне и сердечно, меняешь ситуацию и человека.

— Чтобы стать любовью, надо просто сделать этот выбор.

Никто никого убить не может

— Когда ребята делились своими переживаниями, я поймал себя на мысли, что они очень точно описывают мое собственное состояние, а, может быть, оно мне передалось от них.

— К вопросу о своих и чужих мыслях. Ум — это аппарат, который улавливает мысли. Как приемник принимает разные станции, так ум перенимает энергию мыслей. При этом какие-то из них он считает своими, а какие-то чужими. На самом деле все эти мысли ваши, так как вы их уловили и можете воспроизвести. Но они полярные и поэтому у вас возникает проблема выбора, которую можно сформулировать и так: «Где мои мысли, а где чужие?»

Когда вы выбираете намерение, то отсеиваете нужные вам мысли от ненужных. Если нет намерения, вы становитесь мусорным ведром для разного рода мыслей. Кто-то подошел и что-то сказал, и вы уже попали в состояние, вызванное его мыслями, подошел другой, и вы снова попали. Так где же вы сами?

Если нет намерения, вы являетесь отражением разных мыслей и соответствующих им состояний тех, с кем имеете дело. А потом удивляетесь тому,

что с вами происходит. Позитивные и негативные мысли приходят вместе, так как они есть две стороны одной медали. Но так как вы хотите сознавать только позитивные, то наличие негативных вызывает у вас страх. Можно удивляться по поводу мыслей, которые у вас возникают, обвинять кого-то в их появлении, а на самом деле вы просто готовы были их поймать.

— *Значит, это всё-таки твоё?*

— Что есть мое, а что — нет? Это вопрос вашего эго, так как оно никак не поймёт само себя. Для вашего Высшего «Я» все мысли, которые у вас возникают, ваши. Но, чтобы понять это, надо принять себя полностью. Другими словами, принять свою негативную и позитивную части как две стороны самого себя.

Всё со всем связано. Мы говорили, что есть Единая Душа, которая порождает множество проявлений самой себя в качестве людей. Так кто управляет вашей жизнью? Ум, тело или душа? Пока вы не увидите себя как эти три компонента, вы будете мучиться такими вопросами постоянно.

А почему при наличии такой дисгармонии внутри человека он существует? Почему не развалился наш организм, состоящий из множества клеток, постоянно меняющихся, отмирающих и вновь зарождающихся? Что удерживает их в том, что мы называем телом?

— *Наверное, энергия души.*

— Да. Когда душа видит, что с этим телом опыт исчерпан, она просто выходит из этого тела, здесь этот процесс называется смертью. Смерть — это возвращение к самому себе. Посмотрите на смерть таким образом. Никто никого убить не может. Это невозможно. «Не умрёте, но изменитесь». Мы всё время меняем форму, мы всегда живы, мы есть сама жизнь.

Так что же удерживает человека и человеческую цивилизацию как единое целое? Как это можно объяснить, если не рассматривать всё как единое целое? Если мы есть просто набор каких-то частей, каждая из которых действует так, как ей заблагорассудится, то почему мы ещё живы? Есть то, что удерживает всё это вместе. Этой силой является Единая Душа, Бог. Но если это Бог, тогда всё со всем связано. Как в нашем теле умирают и вновь рождаются какие-то клетки, так и в масштабах человеческой цивилизации происходит нечто подобное. Приходят и уходят какие-то люди, но организм остаётся.

Мы есть часть тела Бога. Говорят, что человек есть микрокосм. А что такое макрокосм? Это Бог. Он создал человека по образу и подобию Своему. Это значит, что, исследуя самого себя, мы можем узнать, что есть Бог. Эта возможность существует в полной мере, потому что Бог дал человеку то, что является в нём

основным, то есть способность к творчеству. Но пока такое творчество у человека происходит неосознанно.

Каким образом происходит духовная эволюция в человеке? Существует представление о семи чакрах, находящихся в человеческом теле, и понятие о Кундалини, которую надо поднять из первой чакры в седьмую. Это называется просветлением.

Хотя чакры и невидимы физическим зрением, но именно они определяют восприятие человека. Если ваше внимание концентрируется в половом центре, вы будете видеть жизнь как отношения полов. Если ваше внимание концентрируется на первой чакре, то самыми важными для вас станут вопросы безопасности, выживания, страха смерти и различные попытки избавиться от него. Третья чакра — манипулирование другими людьми, стремление разбогатеть за их счет. Это краткая экскурсия в первые три чакры.

Дальше идет сердечная чакра. Если человек поднимает свою энергию до нее, то он начинает ощущать свое взаимодействие со всем миром. Он начинает чувствовать Безусловную Любовь.

Ваше восприятие зависит от того, на какую чакру направлено ваше внимание, то есть в какой чакре вы находитесь. Принципиальные изменения возникают именно в четвёртой чакре. Если человек не прикасается к ней, то живет в мифах о разделённости. Получается, что наше воспоминание самих себя связано с поднятием энергии по чакрам.

Теперь давайте представим, как живет Бог. Если можно провести аналогию, то схема та же самая. Кто поднимает жизненную энергию с нижней чакры до верхней? Мы — люди. Совершая эволюционный круг, мы входим в эту реальность, забыв, что мы есть душа безграничная, любящая, пребывающая в истине, но знающая об этом только в понятиях. Мы входим в этот мир для получения опыта реализации того, кто мы есть на самом деле.

Всё уже есть, всё нам известно, потому что, находясь в тех сферах бытия, мы находимся вне времени и пространства. Там есть только здесь и сейчас, в котором происходит всё многомерное, огромное, бесконечное, многоликое. Оттуда мы видим, знаем и понимаем единство всего, что здесь называется прошлым, настоящим и будущим.

Если вы хотите войти в физический план и пережить что-то на опыте, то попадаете в некую ситуацию, в условиях которой не можете видеть всё. Чтобы прожить этот опыт, вы должны забыть, кто вы есть на самом деле. Только через забвение можно вернуться к осознанию себя тем, кто вы есть на самом деле. Чтобы пройти путь и вспомнить, кто вы есть, включается механизм забвения.

— Получается, что мы сверху спускаемся, чтобы подняться наверх.

Эволюционный путь — это не лестница, а спираль

— С чем это можно сравнить? Со спиралью, по которой совершается наше движение. Как движется энергия в просветленном человеке? Она описывает круги по спирали. То же самое происходит и в масштабах Вселенной. Совершается круговращение, работа по вспоминанию себя. На самом деле всё известно, всё уже есть, мы всё уже знаем, будучи духом или душой. Каждый из нас есть творческий дух. Нам надо это вспомнить. Вспоминая, мы движемся по чакрам или по сферам бытия. Человек совершает поднятие энергии в своём теле, а человечество делает то же самое в теле Бога.

Бог есть творец, и человек — творец. Мы творим себя, Бог творит через нас Себя. Мы обладаем той же самой творящей способностью, поэтому творим себя. Когда мы попадаем туда, откуда пришли, то можем выбирать, куда нам войти снова. Мы можем захотеть опять войти в физический план и прожить еще какую-то жизнь, а можем войти в другую реальность, в другой мир. Это и есть полная свобода. В нет конкуренции, там мы все свободны и вольны делать то, что выберем. Там нет понятия верха и низа, большей или меньшей духовности.

— Если мы перемещаемся по чакрам, то, каким остаётся отношение к тем энергиям, которые находятся в нижних чakraх? Я подумала, что могу одновременно её ощущать и использовать, находясь, например, в сердечной чакре.

— Мы ничего не исключаем, наоборот — всё включаем, но при включении следующей чакры идёт другое видение. Поэтому вещи, которые создавали проблемы на уровне, допустим, второй чакры, уходят. Скажем, вас тянет к кому-то, с кем у вас физическая близость, приносящая удовольствие, но дальше этого всё плохо. Выход на уровень сердца всё меняет. Если это происходит у обоих, то их видение друг друга становится совсем иным, и тогда их сексуальный контакт будет намного больше физического оргазма.

— Пребывая на низком уровне своего сознания, видишь только проблемы, в которые погружаешься: отношения с начальником, в семье. И пока не перейдешь какую-то грань, продолжаешь жить в этом.

— Тогда нет ничего другого, все друг другу конкуренты. Если идет объединение, то только против кого-то. Например, организовалась семья, которая должна бороться за собственное существование. Она борется со всем миром и от

этого чувствует некое единение внутри себя. Но и в ней существует своё разделение. Институт брака не оправдал себя. Посмотрите, сколько разводов. Люди не получают того, чего хотят от брака.

И совсем другое состояние, когда выходите на уровень сердечной чакры и начинаете чувствовать взаимосвязь всего со всем. Вы смотрите на всё по-другому, понимаете, в частности, что дети, рожденные вами, это некие души, пришедшие за опытом.

— *Мне кажется, что путь к сердцу — это тяжелый путь. Иногда думаешь, что ты уже живешь сердцем, а рядом находятся те, кто не хочет тебя понять. Потом заглядываешь вглубь себя и видишь, что кто-то просто отзеркаливал тебя саму, а ты этого не видела. Но, увидев, приняла, как бы тяжело это ни было. Чувствуешь новый прилив сил, и в этом состоянии понимаешь, что окружающие тебя люди, даже оставаясь в прежнем состоянии, не вызывают презрения. Есть ощущение, что знаешь, в этом была и остаешься.*

— Нет избранных, мы все в этом смысле одинаковы, все богоподобны. При таком видении нет конкуренции.

— *Потому что чувствуешь то же, что и другие.*

— Какую роль выполняют люди, находящиеся, скажем, в том, что можно назвать заблуждением, для того, кто вошел в более широкое видение? Они выполняют роль того, кем вы не являетесь. Мы говорили, что пришли сюда, чтобы пройти через то, что не есть мы, и выйти к тому, чем мы являемся на самом деле.

Они живут в страхе, но вы можете почувствовать любовь, опираясь именно на страх. Так идет процесс вспоминания себя. Поэтому они выполняют очень важную и нужную для Целого и вас, в частности, роль. Они поддерживают то, что не есть вы, но именно на основе этого можно увидеть, кто вы.

— *Когда думаешь, что они это не ты, то борешься с ними, презираешь их, избегаешь. А получается, что презираешь самого себя, какую-то частичку, непонятую тобой. И она не оставляет тебя в покое. Казалось бы, окружил себя друзьями, единомышленниками, ходишь на семинары, но стоит выйти на улицу, как тут же попадаешь на старый круг.*

— Вы не принимаете их, потому что не понимаете то, почему они так себя ведут. Сейчас вы можете посмотреть на это с новой точки зрения. И когда примете это, то в вашей жизни всё будет меняться. Чтобы быть тем, кто вы есть, уже не надо будет опираться на то, кто вы не есть. Но в период становления вас настоящим эти люди нужны вам как опора. По мере вспоминания самого себя необходимость в их присутствии в такой степени отпадёт.

Вечная борьба добра со злом. Зло не искоренишь, это невозможно. Но меняется ваше представление о том, что есть зло. Вы начинаете понимать, как трансформировать зло в добро. Со злом надо не бороться, а рассматривать его в себе и трансформировать.

Живи из внутреннего интереса, а не из внешнего долга

— Если вы действуете из интереса к получаемому вами опыту, то вам всё интересно. В этом случае на вас не будет оказывать влияние то, что здесь столь сильно развито: долг, принуждение и их следствия — вина и осуждение. У вас не будет страха.

Есть импульс, из которого вы исходите, и этот импульс есть вы. И он нескончаем. Если, вы исчерпали один интерес, то есть опыт, то переходите к следующему. Но такой способ жизни входит в противоречие со старым, основанным на разделенности и страхе.

Если вы действуете из такого интереса, то вас начнут называть индивидуалистом, эгоистом и тому подобное. Старая система построена на обязательствах без учета интереса самого человека. Если вы начинаете проявлять то, о чём мы говорим, то входите в противоречие с этой системой.

Представьте общество, основанное на другом подходе к жизни, где никто никому ничего не навязывает, каждый выбирает, что считает нужным, и делает это так, как считает нужным.

— *Не получится ли из этого хаос?*

— Получится и в достаточно сильной степени, если считать хаосом разрушение системы, которая сейчас существует. Но он же приведет к образованию новой системы, в которой то, что здесь считается хаосом, будет порядком. Поэтому переходы на другие уровни сознания связаны с сильным хаосом, из которого вырастает новый порядок.

Если взять для примера детей, то станет ясно, что они не хотят никаких ограничений, которым их очень жестко заставляют следовать и, в конечном счете, убивают интерес, то есть самое основное, что характерно для любого из нас — творчество. Их заставляют зубрить, усваивать сумму знаний, заведомо устаревших и неверных, они бунтуют и сопротивляются. Это называется конфликтом

поколений. В конце концов, дети повторяют своих родителей, и так это воспроизводится.

Следовать себе, вспомнить себя здесь нелегко хотя бы в силу того, что та система, которая создана и существует, работает на забывание себя.

Интенсивность ваших изменений связана со сменой точки зрения

— В жизни постоянно происходят какие-то изменения. Но наше восприятие настроено на постоянство, мы улавливаем то, что постоянно. Со стороны человек выглядит как что-то неизменное. Но если посмотреть изнутри, взяв хотя бы только физиологические процессы, то мы увидим, что они всё время изменяются. Это бесконечные изменения в каждое мгновение времени.

Так что же такое человек — что-то постоянное или изменяющееся? Это постоянно изменяющееся существо. Но наше жестко зафиксированное восприятие улавливает только то, что неизменно. Если человеку скучно, то куда бы он ни пришёл, ему везде будет скучно. Меняя восприятие, мы меняем свое состояние.

Кто-то здесь говорил, что ему скучно, что его ум замучил. А что это такое? Это фиксация на одной точке зрения, когда создаётся впечатление, что ничего не меняется. Всё постоянно изменяется, но вы этого не видите, вы зафиксированы на чём-то одном, как вам кажется, неизменном. И поэтому вам скучно.

А кто-то наоборот — видит разнообразие происходящего, потому что всё время меняет взгляды, и его жизнь совсем другая. Если вы хотите однообразной жизни, то фиксируйтесь на чем-то одном, и всё будет одно и то же. Если вы начнёте менять взгляды, то будут происходить изменения, и жизнь станет бурной и интересной.

Интенсивность ваших изменений связана с изменением точек вашего восприятия. Если человек склонен часто менять их, то кто-то может сказать, что он живет беспокойно. А кто-то живет очень однообразно только с одной точкой зрения.

— *Ночью после семинара у меня заболело сердце и так сильно, что я не могла уснуть до утра. Я ждала сегодня нашей встречи, чтобы спросить у вас, от чего это могло случиться.*

— Что такое боль? Мы называем болью всё, что нам не нравится, а на самом деле она показывает на то, что ваше сердце просит уделить ему внимание. У трупа такого не происходит, хотя большинство людей считает, что это и есть идеальное состояние. Если у них что-то заболело, они начинают волноваться, бегут к врачу и делают всё возможное, чтобы снова превратиться в труп. Если что-то болит, значит, живёт и просит вашего внимания. Определяя свои ощущения как болезнь, вы хватаетесь за лекарства, бежите в больницу и так далее.

Я считаю, что не болею, а изменяюсь. Это другая точка зрения, другой взгляд. Мы — постоянно изменяющиеся существа, и только фиксация на нашем постоянстве и неизменности заставляет отбрасывать то, что не согласуется с нашими воззрениями. Но как только мы разрешаем себе измениться, сразу становимся другими.

Измениться, стать другим можно мгновенно. Что такое Царство Божие? Это состояние, когда вы мгновенно в соответствии со своими мыслями меняете всё — от своей внешности до окружающей вас обстановки. Здесь существует инерция, при которой мысль реализуется спустя какое-то время, и вы не видите связи с тем, о чём когда-то подумали, и тем, что произошло сейчас. Там эта связь видна сразу со всей очевидностью.

Здесь человек может очень долго пребывать в неведении относительно того, что всё, что он имеет, он создал сам. Там он попадает в ситуацию, когда его мысли приводят к мгновенным результатам. Если он попадает туда с мыслями о том, что грешен, что достоин ада, то окажется в аду, не потому, что это объективно существует, а потому, что он создал это своим умом. Но потом он увидит, что там всё очень быстро меняется, что та реальность, в которой он оказался мгновенно следует за его мыслью. Поэтому, если он будет продолжать создавать кошмары, то значит, это ему нравится.

— *Раньше меня раздражали люди и повторяемость ситуаций, в которые они попадали. Я думал, что все ответы надо искать в себе, что никто мне в этом не поможет и лучше быть одному. Так родилось недоверие, которое я тем или иным образом всё время подкреплял. Теперь появился интерес к людям.*

— Вовне проявляется то, что внутри вас. Когда вы строите отношения с другим человеком, то строите отношения с самим собой. Если кто-то допекает вас, то это ваша внутренняя часть, которую не видно, приходит к вам в образе внешнего человека. Если у вас есть внутренние страхи, они будут приходить к вам в виде ситуаций и людей.

Вы можете всё больше и больше закрываться от самих себя, отгонять внешний мир, уходить в одиночество, в депрессию. Но тогда не будете видеть,

изучать и изменять себя. Тогда не будет доверия. Почему вы шарахаетесь от людей? Потому что всё одно и то же, всё осточертело и нет никакого доверия.

— *Я осознанно выбрал путь одиночки, самоисследования без коллектива. И мне было комфортно в этом состоянии. Но что-то изменилось, что-то во мне самом почувствовало отход от привычного комфортного состояния, которое чем-то подпитывалось.*

— Это опыт, точка зрения: я — одиночка, я двигаюсь один. Вы проживали этот опыт. Но здесь сейчас собрались люди, желающие получить новый для них опыт. И мы всё время говорим о том, что надо сделать, чтобы получить его. Можно зафиксироваться и очень долго получать один и тот же опыт, который надоел, при этом, не зная, как поменять его. Если вы имеете что-то, значит, вы этого хотели, выбрали это. Но можно продолжать и продолжать одно и то же, а можно поменять и испытать новое.

— *Когда приходишь к тому, что пора менять, неизбежно возникает вопрос: «Как?»*

Интуиция — язык чувств

— Этот вопрос очень часто задается. Он идет из ума, который, если только узнаёт, что есть что-то новое, так сразу спросит, как достичь этого. Если вы прислушаетесь к сердцу, то вряд ли услышите, что оно задаёт этот вопрос. Там нет никаких вопросов. Это совершенно другая область самого же себя, к которой большинство людей не притрагивается. Ум пытается подавить эту область.

Мы говорили о том, что являемся многомерными существами, что нам даны инструменты для познания мира, и слова являются последним из этих инструментов. Первыми являются переживания, чувства, опыт. Вот в чём Бог выражает Самого Себя, вот как Он общается с нами.

В той области всё происходит по-другому, но этим надо жить, и тогда начнёшь понимать язык чувств. Он другой. Это не язык слов, где есть определенная жесткая логика. Интуиция идёт из чувств. Вы интуитивно чувствуете, куда надо идти, не включая аппарат мышления. Можно долго сидеть, логически вычислять, сомневаться или интуитивно быстро сделать, что нужно. Это другая сфера с другими законами, с другой логикой. Именно её я пытаюсь вам передать. Но получается, что передавать приходится, используя аппарат ума.

— *Возникает раздражение оттого, что вы много говорите, что приходится идти через ум в ту область, где хозяином он не является.*

— Совершенно верно. Мы получаем опыт на основании знания. Знание, опыт, бытие. Сначала идет знание, и я его передаю. Например, у вас его нет, вы не вспомнили ничего про своё единство и не будете получать опыта единства, потому что у вас нет вспоминания этого знания.

Вы будете получать тот опыт, знания о котором у вас есть: борьбы, разделенности, вражды, ненависти, что и происходит. При этом вы находитесь в определенном состоянии бытия. Это состояние бытия можно назвать разделённостью или выживанием. У вас есть знания о том, как вам надо выживать. Но нет знания о том, как жить в сознании единства.

Я же даю толчки для вспоминания другого знания, изначально присущего душе каждого из вас, состояния единства. Если это вспоминание начинает происходить, то вы увидите ситуацию в соответствии с новым знанием. Таким образом, вы начинаете получать новый опыт, уже опыт единства и попадаете в бытие, соответствующее этому опыту. Мы все хотим иметь бытиё определенного качества. Мы страдаем и волнуемся оттого, что нас не устраивает наше бытиё.

Но так как мы пользуемся полученными знаниями о выживании, то имеем разделённое бытиё. Теперь надо вспомнить хорошо известные нам знания, касающиеся нашего единства. И тогда это знание начнёт вызывать определенное восприятие происходящего.

Мы не меняем мир вовне, не бегаем с лозунгами и плакатами, мы делаем это внутри, начинаем видеть ту же ситуацию по-другому. Почему? Потому что идет вспоминание того нового знания, забытого нами, и оно начинает определять наше бытиё. И тогда происходит переход на новый качественный уровень бытия.

Мы говорили о счастье, которое невозможно на уровне сознания выживания. Оно возможно в новом состоянии бытия, и мы хотим его получить. Не просто знать, что есть счастье, что все едины, что Бог нас любит, что можно делать всё, что хочешь, а получить это.

Да, я говорю об этом, но этого недостаточно для переживания кем-то всего перечисленного, по крайней мере, сразу. Значит, мы начинаем следовать этому знанию. В результате получаем собственный опыт и попадаем в это состояние бытия. И тогда нам уже не требуется каких-либо доказательств, потому что мы его переживаем.

— *Сегодня у меня было ощущение того, что меня посетила любовь. Я не строила никаких планов, ничего не ждала, не анализировала. Всё происходило так, как должно было произойти.*

Где нужен свет? В темноте

— Это сразу же отразилось вовне. Нет ничего невозможного. Самое фантастическое ваше представление может быть вами же и осуществлено. Вы можете быть всем, кем представляете себя, можете пережить это на опыте. Где нужен свет?

— *В темноте.*

— Иисуса обвиняли в общении с низшими слоями общества, на что Он отвечал, что врач нужен больному. Свет виден в темноте, поэтому наш путь проходит в темноте. И мы получаем свой опыт того, кто мы есть на самом деле через то, чем не являемся. Будут ситуации, в которых тьма может сгущаться, усилится непонимание и так далее. Но самым важным является память о том, кто мы есть.

Мы есть свет, и если тьма сгущается, то мы можем светить ещё больше. Это важно. Сейчас все переживают состояния, связанные с увеличением света, но могут возникнуть и противоположные состояния. Освободиться от темноты совсем можно, только выйдя из этой реальности. То, что здесь присутствует тьма, не является чем-то плохим. Она необходима для того, чтобы мы могли переживать себя как свет всё больше и больше.

Может быть, завтра вы впадёте совсем в другое состояние. И если отсутствует память о том, кто вы есть на самом деле, то будете переживать опять страх и страдание. На самом деле сейчас ваше воспоминание произошло, и именно оно должно сопровождать вас всю жизнь, чтобы ни случилось, в какой бы степени не увеличивалась тьма. Увеличение тьмы дает вам возможность ещё лучше прочувствовать, кто вы есть. Это совсем другое отношение к тому, что раньше вы пытались обойти, убежать, не видеть.

Не будь света и тьмы, всё станет серым. Надо делать это внутреннее различие. Когда Иисус Христос говорил: «Не мир, но меч принёс я вам», то речь шла о различии темного и светлого. Он принес меч разделения добра и зла, чтобы увидеть их, а, увидев, соединить.

В темноте все кошки серые, но при свете видны их разные оттенки. Именно таким образом можно увидеть что-то таким, какое оно есть на самом деле. Свет позволяет ясно видеть всё, как оно есть, а темнота это скрывает. Так входите в темные зоны себя и освещайте их светом осознания.

Страх, боль — это спрятанное, закрытое, невидимое в нас самих. Этого не нужно сторониться, отбрасывать, наоборот, надо приблизить, войти и посмотреть на него. Но, боясь этого и называя его такими словами как болезнь, страшно, мерзко, гадко, вы боитесь видеть самого себя.

А в теневых зонах приготовлены очень большие подарки для нас. И если мы начнём по-другому к ним относиться, то будем стараться их открыть и рассмотреть. Озарение и просветление идет через открытие теневых аспектов себя.

— *Для меня это не просто разговор. Я слушаю вас и начинаю чувствовать, что знаю всё, что вы говорите. У меня идет процесс вспоминания.*

— Это инициация вспоминания, ключом к которой является любовь. На этой волне сразу же начинается резонанс. Все всё знают. Вопрос заключается в том, чтобы воспользоваться этим знанием и реализовать его.

— *Я думал над вопросом: «Как сделать?» Получается, что надо хотя бы раз прожить новое состояние, тогда начнут происходить события, которые мы описывали как круг. Значит, достаточно просто вспомнить, чтобы попасть в новое состояние?*

— Между тем состоянием, в котором находится человек, и тем, в которое он выбрал перейти, задавая вопрос «Как это сделать?», есть разница. Это разные сферы и перейти туда шажочками невозможно. Это не переход из одной комнаты в другую. Это другой дом, и в него можно попасть, перейдя в новое состояние сознания.

— *Для меня это прыжок. А вопрос «Как?» — замедление.*

— «Как?» — это движение пешком, а ведь то, о чем мы говорим, — прыжок, полет. Я не могу прыгнуть за вас, но могу подтолкнуть вас к этому. Мы все здесь подталкиваем друг друга к тому, чтобы подойти к границе известного и прыгнуть в неизвестное. Кто-то подходит, но потом возвращается на одни и те же старые круги.

«Какая может быть гармония в том, что меня ужалила пчела?»

— Мы можем сознанием войти во что угодно, так как всё есть Единое Целое. Единая Душа породила разные формы, но строительный материал один и тот же, поэтому мы имеем доступ к чему угодно. Мы видим вокруг себя мир животных,

растений, минералов. А можете ли вы прочувствовать то, как живут отдельные их представители, например, пчела или цветок.

— *Как-то пчела залетела мне за воротник рубашки, и я прочувствовал, что такое пчела.*

— Вы воспринимаете пчелу как нечто залетевшее под рубашку и мешающее вам. А если вы перейдете своим сознанием в неё и будете рассматривать себя с точки зрения пчелы? Мы все Одно, и если говорим о единстве, то не только между людьми. Единство со всем сущим: деревом, травой... всё, что есть, это мы.

Как смотрят на нас деревья, когда мы идем по лесу, как воспринимают нас? Чтобы понять это, надо перейти сознанием в них. Посмотрите, сколько вариаций форм и способов жизни. Только на одной Земле миллионы существ животного и растительного мира.

Например, камень. Вот он лежит неподвижный, а сколько в нём происходит процессов. Внешняя форма неподвижна, а внутри двигаются с огромной скоростью молекулы. Но, применяя обычный взгляд, мы будем видеть только камень, который неподвижен.

— *Мы так же можем входить в любого человека и чувствовать его.*

— Да, потому что вы — это он. Если исходить из разделенности, то это невозможно. На самом деле это элементарно, потому что все мы есть Одно. Я как человек могу чувствовать, что ощущает, например, мой мизинец или другая часть моего тела. По сути, мы можем воспринимать всё.

Бог одновременно воспринимает всё, находится во всём, поэтому Он есть Гармоничное Целое. Но наше восприятие себя разделённое, частичное и дисгармоничное.

Какая может быть гармония в том, что меня ужалила пчела? А если я одновременно и пчела, и я? Это уже совсем другое. Когда внимание сконцентрировано на том, что мы называем проблемами, насколько фрагментарным получается наше восприятие мира.

Сексуальность: обмен или выброс?

— Что характерно для низшей формы сексуального влечения? Когда безразлично то, как реагирует партнер, главное — моё желание. Другой человек

при этом не рассматривается как часть себя. Он просто возможность для вашего удовлетворения. Что вы не принимаете в сексуальных отношениях?

— *Я не принимаю многого, потому что прожил это.*

— Как долго можно проживать что-то и не принимать этого? Если вы что-то приняли, то у вас к этому нет осуждения. Если вы не принимаете, осуждаете что-то, то вас влечёт к этому именно в силу привязки, связанной с осуждением. Если вы что-то прожили и приняли, то можете спокойно смотреть на это с пониманием того, что кто-то проходит свои уроки.

Вы познаёте себя через то, чем не являетесь. И не принимая то, чем вы не являетесь, вы не сможете увидеть то, чем являетесь. Тогда у вас нет выбора.

— *Не принимаю односторонний секс, когда нет желания обмениваться с партнером своей сексуальной энергией.*

— Но есть ли у вас это желание в других сферах общения? Если в этой оно отсутствует, то будет ли оно присутствовать в других? Если вы разрешаете насиловать себя в постели, чтобы избежать скандала, то делаете это везде и всегда. Посмотрите, сексуальная сфера не отделена от других сфер жизни, всё едино.

— *Для меня трудно принять ситуацию, при которой человек что-то делает, но ничего при этом не получает.*

— Если есть жертва и насильник, то жертва получает жертвенность, насильник — насилие. Все что-то получают. Но если вы, получая что-то, говорите, что ничего не получаете, то, значит, не видите то, что получаете, и тогда вы привязаны к этому. Привязаться можно позитивно и негативно.

Кто-то силой берет, а кто-то силой удерживает. Жертва может сказать, что её все насилуют. Но сила, которую она применяет, чтобы быть жертвой, равна силе, которую применяет насильник, чтобы насиловать жертву. Только один проявляет силу активно, а другой — пассивно. Это же имеет проявление во всем, не только в сексуальности.

Всё, что здесь говорится, относится к каждому. У каждого это есть.

Изменять, не изменяясь

— Слово «измена» происходит от слова «изменение». Обычно человек изменяет, не изменяясь. Изменитесь, постройте новую версию себя. Кажется, что

измена — это предательство, а предательство ужасно. Но кто, кого и за что предает? И что такое предательство?

Вы считаете, что любимый должен быть только с вами. Если вы должны быть с одним, то и он должен быть только с вами. Много ли вы знаете людей, которые считают, что могут быть с одним, в то время как другие вольны быть с кем угодно? Это редкость.

То есть вы даёте обязательства выбрать одного из всех и любить его. Предполагается, что и он имеет то же самое обязательство. И если он проявляет другое, то вы кричите, что это измена, что предали ваши лучшие чувства.

Душа не имеет никаких ограничений, но, входя в тело-ум, их получает. Является ли ограничением то, что вы должны любить только одного? Безусловно, и на этом построен современный брак. Что будет делать душа по отношению к такому ограничению? Она будет бунтовать.

Откуда появилась идея однолюбства? Выбирается один объект и произносятся слова: «Я тебя люблю». Это сделка, договор. Потому много шума по поводу не соблюдения договора.

Можно ли любить нескольких людей? Допускаете ли вы наличие разных мужчин и женщин, которые могут проявить разные стороны вас? Мы допускаем наличие разного рода продуктов, фильмов, музыки или еще чего-то, но в сфере близких отношений такого допущения у нас нет.

Такая любовь — это фиксация. Вы фиксируете положение дел, заявляя: «Я перестану тебя любить, если ты сделаешь хоть шаг в сторону». Таким образом, вы делаете себя очень узко специфическим, скажем, сортом колбасы и требуете от другого, чтобы он потреблял только её и ничего другого. Как долго можно есть одно и то же?

— *Получается, что брак — вещь совершенно не нужная и можно жить по трое, по четверо?*

— Этого я не знаю. Если вы женаты на ком-то, это не значит, что вы исключили всех остальных людей из своей жизни. Но вам даже не дают посмотреть в их сторону. Чем больше вы съедите соли, тем больше захочется сахара.

Понятие высокого чувства невозможно без понятия низкого чувства. Более высокая продвинутая версия самого себя невозможна без более низкой версии. Так обстоят дела в нашем дуальном мире. Здесь мы находимся в мире относительности, то есть двойственностей, и узнаём, кто мы есть через то, кем не являемся. Но это надо увидеть, чтобы осуществить выбор. На самом деле мы выясняем, кто мы есть,

исходя из того опыта, который получили, будучи тем, кто мы не есть. Не будет нашего опыта, не будет и такого понимания.

— *Есть двойственности и есть какая-то сила осознания этих двойственностей.*

— Целостное восприятие и выбор возможны только в осознании себя, в этой третьей силе. Если вы видите то, что вы не есть, то можете видеть и то, что вы есть.

— *А если нет осознания, а просто видение того, что ты не это?*

— Тогда невозможно сделать выбор. Тогда вы живете, исходя из того, что не есть вы. Отсюда все страдания. Если вам тяжело с людьми, если постоянно что-то раздражает в них, то это то, что вы отрицаете в самом себе.

— *Надо вытащить все гадости мира, посмотреть и смириться с тем, что это всё в тебе есть, и прочувствовать это?*

— Гадость то, что вы называете гадостью. Но найдутся и те, которые назовут то же самое прекрасным. Вы сами создаёте гадость и прекрасное своим восприятием.

Ничего не меняется, меняется только ваше восприятие этого. Что такое быть радостным? Это творить радость. То, что раньше пугало вас, теперь радует, и вы творите радость.

Сексуальное влечение — это стремление к единству

— Сексуальность всегда позитивна. Если в уме, в чувствах есть двойственность, то в сексуальности ее нет. Либо есть влечение, либо его нет. Оно не двойственно и всегда положительно окрашено. Суть сексуальности состоит в сближении, соединении. Двойственность вносит ум, называя нечто хорошим, а нечто плохим.

Если бы не было сексуальности, то пара «мужчина — женщина», одна из самых мощных здесь двойственностей, вряд ли вообще имела бы дело друг с другом. Возникает некая сила, влекущая вас к определённом человеку противоположного пола. Что это за сила, куда она зовет? К единству.

В сути силы сексуальности лежит единство, но полное слияние на уровне только второй чакры невозможно. Если включается сердце, то всё меняется. Всё стремится к единству, к тому, из чего изначально вышло.

— *Как прожить, чтобы не зависеть ни от каких форм сексуальности? Они приводят к удовольствию, которое потом переходит в отвращение.*

— Что такое соединение двойственностей? Мужчина и женщина — это двойственность. Сексуальность — сила, выполняющая роль соединения. Вы не можете соединиться, если что-то не принимаете, скажем, в той или другой женщине.

Если у вас возникает сексуальное влечение, то это импульс к единению. Но дальше вступает ум и начинает создавать множество разделяющих понятий. Поэтому вопрос идет о принятии женщины и мужчины в самом себе. Это принятие всех качеств, которыми они обладают. Фактически, это экзамен.

Есть много зачетов по разным двойственностям. А это экзамен. Полное соединение мужчины и женщины в самом себе — это просветление, причём в счастье, в радости. Когда соединяются два тела без души и сердца, происходит физиологический оргазм. Настоящий оргазм возникает при полном соединении тела, ума и души. Это и есть состояние единства.

— *Чтобы принять мужа или жену, надо выйти за пределы двойственностей, за то, что не принимаешь?*

— Прежде всего, принять это надо в себе. Будет ли это с мужем или женой, не знаю. Пусть это произойдет хотя бы с одним мужчиной и с одной женщиной. Если не делать внутренней работы, если не открыто сердце, то переберите хоть тысячу партнеров, всё равно не испытаете этого.

— *Пассивность в сексе я воспринимаю как сопротивление. Получается, что не принимаю в себе пассивность, которую вижу в другом человеке. Я хочу быть не пассивным, а активным.*

— Мы здесь исполняем танец. Вы стоите на каком-то месте и удивляетесь тому, что ваш партнер не занимает этого же места. Но на нём стоите вы. Здесь невозможно встать на место, которое кто-то занимает. Надо сделать движение и сойти с него, и тогда другой человек сможет встать на ваше место.

Фактически другие выполняют ваши желания. Но вы меняете своё желание на противоположное, когда они его исполняют, и поэтому возникает недовольство. Когда вы принимаете обе стороны своих желаний, то исполняете гармоничный танец. Тогда вы понимаете, что другие исполняют ваши желания и благодарите их за это. Но если вы не понимаете этого, то только осуждаете и обижаетесь на них, продолжая играть в игру «жертва — насильник». Жертва пассивна, насильник активен, и они исполняют танец насилия. Это танец плохих танцоров.

Обычная сексуальность не ведёт к духовности, и вы не можете через неё выйти к сердцу. Сердце включает всё, и сексуальность, проявляемая через сердце, — путь к себе. В мире единства сексуальность существует как способ ещё более полного соединения, а не конфликта.

Материальное и духовное — две стороны одной медали

— Птица Феникс сгорает и возрождается в новом качестве. Нам не человек надоел, а его образ. Пусть он сгорит и возродится. Вы уходите утром и возвращаетесь вечером совершенно другим. Но ваш ум держится за восприятие, что всё стабильно, постоянно, одно и то же. Это не так. Каждое мгновение мы меняемся, становимся другими.

Разрешите себе увидеть, что этот человек уже другой. Вы привыкли его видеть одним, но он уже совсем другой. Какой он? Вот оно — первое чувство и первая любовь.

— Да, конечно. В юности это большая страсть и привязанность. Сейчас я вижу, что это совершенно другое, и не хочу потерять его навсегда.

— Вы не можете потерять, потому что нельзя потерять то, что есть. Вы можете перейти в другое качество любви: любовь — мудрость. Мудрое сердце и любящий ум. Тогда нет претензий и страха потерять.

— У меня постоянно возникали претензии по поводу его пренебрежительного отношения к домашним делам.

— Он уравнивает ваше беспокойство по поводу ведения хозяйства. Если кто-то находится на одной стороне дуальности, то другой будет занимать противоположную. Иначе и быть не может.

Он брал ответственность за духовное, вы — за материальное. Оба одинаковы в этом смысле. Вам надо увидеть привычное разделение на духовное и материальное как одну дуальность. Вы одинаково ответственны, но только в противоположных сферах жизни. А так как вы смотрели только в свою сторону, то получалось, что он совершенно безответственный. Но это не так.

Вы — два равных партнера, обладающих необходимыми вам качествами, которые очень сильно выражены. Это просто надо увидеть. Каждый из вас накопил ценнейший и богатейший опыт в духовной и материальной сфере. Вам просто надо

им обменяться. Тогда ситуация выправится, и драматизм, возникший из разделения и противоборства материального и духовного, уйдёт.

Но этот опыт вам был нужен, что бы подойти к такому партнёрству противоположностей. Такой опыт накапливается в состоянии разделения. Теперь вы его накопили и можете интегрировать. Позвольте себе просто быть и радоваться, и всё будет происходить самым чудеснейшим образом.

Влюбленность — это состояние. Если вы постоянно находитесь в таком состоянии, то открывается чудесное видение привычных вещей. Мир отражает то, что вы чувствуете. А если быть влюбленным в жизнь, почувствовать опьянение от этого чувства?

Человеку всегда нужен тот, кого он будет любить. Не сам человек важен, а состояние влюбленности. Вы каждый раз видите с ним как в последний раз и встречаетесь как в первый. Обычно же всё происходит в соответствии с теми привычными образами, которые у вас есть, — тогда всё выглядит одним и тем же. Почему пропадает влюбленность? Потому что вы не дали умереть и возродиться старому образу.

Благодарность — ключ мастера

— Здесь очень важна благодарность. Сила благодарности колоссальна. Благодарите за всё, что вы хотите получить. Благодарность — ключ, который открывает любые двери. Вы испытываете радость — благодарите за неё, и она усилится. Благодарите за то, что вы есть.

Одной женщине здесь не понравилось, что меня благодарят за то, что я говорю и делаю. Ей показалось, что этой благодарностью я тешу свое тщеславие. Но как вы можете видеть теперь, благодарность нужна в первую очередь тому, кто её говорит.

Я предлагаю вам видение меня как вашу часть. Допустим, я — та часть вас, которая продвинулась дальше остальных в понимании себя. Благодаря меня, вы благодарите самого себя.

Состояние благодарности очень естественное. Но с точки зрения обусловленного ума это не так. Он считает, что благодарить это значит тешить чьё-то тщеславие. Именно этого он хочет для себя, но против этого выступает в отношении других.

Если вы благодарите меня за то новое знание, которое я несу, то вы благодарите себя. Если конечно понимаете, что мы есть одно. Тогда ваше понимание себя расширяется. Если расширить свое представление о себе до, скажем, группы, то это будет уже совсем другое восприятие.

— *Для меня очень важно то, что, принимая себя, я принимаю ситуации, которые происходят сейчас и которые будут происходить, потому что всё-таки где-то сидит боязнь нового опыта.*

— Вы произнесли формулировку «боязнь нового опыта». Но как вы можете бояться того, чего не знаете. Вы проецируете старые опасения на новый опыт. Но тогда это боязнь не нового, а старого опыта.

Страх возникает, как нежелание расстаться с тем, с чем вы сейчас себя отождествляете. Это страх страха. Нет страха перед будущим, которого вы не знаете. Но вы можете бояться потерять тот страх, который у вас есть сейчас.

Слова — это символы, научитесь правильно ими пользоваться

— Есть много вещей, на которых вы можете концентрировать своё внимание. Вы можете, например, фиксировать своё внимание на том, что вступаете в дерьмо, и у вас будет соответствующее состояние. Вы будете думать, почему запачкались и как вам очиститься, потом снова попадаете туда же и снова думаете, как же вам почиститься. Или ваше внимание будет привлекать, например, свет солнца, дуновение ветра, шелест листвы.

То, на чём вы концентрируете своё внимание, начинает становиться вашей жизнью и создавать соответствующее состояние. Вы наблюдаете изменения, которые в вас происходят, и благодарите за них. Для вас очень важно прочувствовать гармонию внутри себя.

Это процесс: вы двигаетесь в направлении своей Души. Надо постараться не потерять это направление. Душа, ум и тело могут иметь разные направления своего движения. Ум и тело могут оторваться от души и принимать сигналы только обусловленного ума. Это одна жизнь. И совершенно другая, когда вы слышите душу и то, чего она хочет. Тогда ум и тело действуют в соответствии с душой. Это и есть интуиция.

— У меня такое ощущение от семинара, как будто я попала в очень мощный поток любви, и мне самой хочется стать частью этого потока, любить осознанно, чувствовать себя частью каждого и принимать как свою часть любого человека.

— Именно переживание позволяет нам переживать опыт. Можно читать много книг, воспринимая при этом только слова и мысли. Но слова — это только символы, и если они не наполнены чувствами, то становятся просто пустой тарой без содержимого. Если не включается чувство, то будет повторение старого.

Когда включается чувство, вы получаете опыт, который является только вашим. Его вы не забудете, это не слова, которые можно вызубрить, а потом забыть. Если вы прожили опыт с чувствами, он становится вашим.

Чем определяется новое видение? Новым знанием. Борьба с собой и другими явление нормальное в матрице разделённости. И знание, которое в ней передаётся, поддерживает и укрепляет такую борьбу.

Но если вы готовы к переживанию нового опыта — партнёрства противоположностей, то вам требуется и новое знание. Разворачивание нового опыта идёт через новое знание. Именно ваше знание и определяет ваше восприятие. Если вы знаете, что всё едино, не просто теоретически, как некую концепцию, а используете его, чтобы именно так смотреть на себя и мир, то начинаете получать опыт единства.

Повторяю, всё, что я говорю, вам известно, но был период, когда ваше внимание фиксировалось на том, что не есть вы, на разделении, на страхе и так далее. Теперь я предлагаю увидеть, что же есть вы на самом деле, а для этого вам надо вспомнить себя. Усваивая и проживая новую аксиому жизни, рассматривая всё происходящее с точки зрения нашего единства, вы начнёте получать новый опыт, ради которого сюда пришли. Тогда ваше восприятие становится соединяющим, а не разъединяющим.

Каждый из вас умирает, зафиксировавшись на одних и тех же привычных для вас проблемах и убеждениях. Вы воспроизводите их снова и снова. При этом боитесь умереть, но вы уже умерли. Чего боитесь, то и имеете.

Сейчас у вас есть возможность ожить, приняв свою смерть. Да, это была смерть, и вы её воспроизводили вновь и вновь. Представьте себе свои похороны, которые происходят каждый день, и эта сцена воспроизводится годами. Вы привыкаете к этому, но надо встать из гроба и сказать, что вы живы.

Хотя чего-то, вы имеете обратное

— Неосознающий себя человек попадает в ловушку противоположных желаний. Он находится в парадоксе, думая, что боится чего-то, а на самом деле хочет именно этого. Действует из желания, а получает нежелаемое, и, таким образом, всё время испытывает страдание.

Например, ваше раздражение. Вы будете раздражаться до тех пор, пока не увидите, на что реагируете таким образом. Это что-то конкретное. В частности, в вашем примере вас раздражает то, что вам не уступают. И вы постоянно повторяете такую ситуацию: кто-то делает не то, что вы хотите, и вы раздражаетесь. Но вы хотите раздражаться, значит, кто-то должен вам сопротивляться.

Получается, что вы живете в парадоксе: с одной стороны, хотите, чтобы вам уступили, а, с другой стороны, не хотите этого, стремясь опять прожить то переживание, которое при этом испытывали, то есть раздражение. Вы всё время инициируете других, чтобы испытывать раздражение. Если вам кто-то уступит, то вы будете искать следующего, кто не уступит. При этом видимость принимается за действительность. Действительность — вы хотите раздражаться, видимость — вы хотите делать что-то и чтобы вам при этом не мешали.

Это мир иллюзий, где видимость принимается за действительность. Когда вы начинаете смотреть подтекст, то видите действительность. В вашем случае привычка раздражаться.

Изменение начинается с того, что вы начинаете видеть то, что вы постоянно воспроизводите. Если вы этого не видите, значит, вам еще недостаточно такого опыта. Накапливайте его дальше. Пока вы сами не увидите, что хотите испытывать дискомфорт, то не захотите испытывать и что-то другое. Это реализация ваших неосознанных желаний. В относительном мире всё двойственно. Чтобы что-то поддерживать, надо этого бояться. Это стоп-кадр, который всё время прокручивается.

Глава 7. От страха к любви

Однажды произошло вот что. Женщина судилась с Муллой Насреддином. Мулла всё яростно отрицал. Наконец судья спросил:

— Скажи только одно: спал ты с этой женщиной, Насреддин?

Насреддин ответил:

— Нет, ваша милость, не сомкнул глаз.

Вы готовы дать свободу своему партнеру?

— Мои проблемы тянутся из детства. Жизнь родителей не сложилась. Я считала отца плохим человеком, с которым не стоит общаться, завидовала полноценным семьям, комплексовала и отвечала на вопросы об отце с таким чувством, как будто он умер. Сейчас я живу с чувством вины перед ним за то, что не ценила его. С самого детства нам с сестрой говорили, что мы очень красивы, и я вела себя высокомерно. Мне казалось, что я всего добьюсь своей внешностью. Когда это не удавалось, я чувствовала боль, входила в ступор, потому что внутри была пустота. Еще была вина перед мамой за её неоправданные ожидания моих больших успехов в спорте. Для меня самыми страшными были четыре вещи: тюрьма, проституция, наркомания и нищета. Сейчас я вижу, что начинаю делать вещи, которые всегда осуждала. Пробовала наркотики, до иглы, правда, не дошла. Начала употреблять спиртное в больших количествах. Осуждая проституцию, сама поступила подобным образом. Встретила человека, полюбила его, но уехала в Америку и изменила ему там с другим. Это было очень сильным толчком к пониманию того, что любить можно ни за что — просто так. И тогда мне захотелось разобраться в своём внутреннем мире, в том, что приводит нас к тем или иным поступкам, что нами руководит. Я живу с большим чувством вины за то, что делала вещи, которые сама же и осуждала. Во мне затаился страх перед теми пунктами в списке, до которых еще не дошла.

— Чего боитесь, то и получаете. Как вы это проживаете?

— Сначала ничего не осознаётся. Но когда это накапливается, то понимаешь, что дальше идти некуда.

— Вы поступили так же, как и люди, которых вы осуждали. Вы пережили этот опыт. Это страшно?

— *Потом страшно.*

— Потом, когда вы начинаете думать, что нельзя было этого делать. Но само по себе это — страшно?

— *Нет. Но, делая это, я не задавала себе вопрос: «Готова ли я потерять то, что имею?»*

— А почему вы должны это потерять?

— *Потому что боюсь потерять из страха перед одиночеством.*

— Есть представление о том, что муж не должен гулять от жены, а жена от мужа. Это рамки. И в них проходят свои уроки очень многие люди. Они делают то, что запрещено, а потом испытывают вину. Если вы останетесь в таких рамках, то будет то же самое. Вы будете бояться и от этого делать то, чего боитесь, потом винить себя, потом опять делать и так далее. А если увидеть, что это просто рамка?

— *Я вижу, но страх не уходит.*

— Вы готовы дать свободу своему партнеру?

— *Нет. Внешне это выглядит так: я говорю ему: «Делай, что хочешь», но внутри нет на это разрешения или, если это произойдет, я уйду от него или поступлю точно также.*

— И это будет продолжаться до бесконечности. Зачем вы сошлись? Чтобы удерживать друг друга в жёстких рамках?

— *Чтобы быть свободными и счастливыми.*

— Если это так, что мешает этому?

— *Эти ограничения.*

— Совершенно верно. Чем больше человеку будут запрещать делать что-то, тем больше он будет стремиться нарушать такой запрет. Именно страх перед нарушением запрета будет толкать его, и он будет его нарушать. Если запрет убрать, то станет ли он его нарушать?

— *Он даже не задумается об этом.*

— Да. Запреты получает каждый ребёнок при формировании его личности или, по-другому, при воспитании. При осуждении и запрете на что-то, у него возникает фиксация внимания на этом, и он начинает бороться с собой. Так происходит обучение борьбе с самим собой и миром.

Но бороться можно только с тем, что есть, значит, надо создавать запретные ситуации, чтобы бороться с ними. Опять создать и опять бороться и так далее. Мы сейчас пришли к начальным запретам, которые были вложены в ребёнка. Если вы хотите снять их с себя, то сделать это можно, только сняв их с других.

Другие люди — это я. Мы вступаем в отношения с другими людьми, чтобы проявить себя такими, какими себя воспринимаем. У вас есть представления о себе, и вы хотите реализовать их практически.

Допустим, вы не любите себя, что собственно и прививается с детства через осуждение. Например, вы не любите себя за то, что вы проститутка, наркоманка, не состоялись в жизни. Всё это формы нелюбви к себе. Вступая в отношения с другими людьми, как вы будете проявлять себя в них?

— *Так же.*

Отношения с другими людьми — это отношения с самим собой

— Да. Потому что вы хотите удостовериться в том, что вы — это вы. А вы думаете, что вы проститутка, наркоманка и, значит, по отношению к другим будете действовать так, чтобы показать им, что вы есть это. Все отношения с другими людьми — это отношения с самим собой. Поэтому разбираться надо, прежде всего, с собой, иначе разобраться с другими невозможно.

Изменить что-то можно только через себя. Вы заглядываете внутрь себя и видите запреты, осуждение, вину. Вы видите, что не любите себя, и поэтому не можете любить других.

Появляется чувство вины за то, что вы плохой. Это внутренний механизм, который вкладывается в ребёнка и работает всю жизнь. Такой механизм постоянно вызывает у вас переживание чувства вины за то, что вы делаете не так, как от вас требовали.

Вина — это следствие осуждения. Теперь вы сами осуждаете себя и за это чувствуете вину. Надо увидеть, как мы делаем себя несчастными, потому что на самом деле мы другие. Но, воплощаясь на земле, мы получаем некие программы разделения и нелюбви. Чтобы увидеть эти программы, надо начать видеть их внутри себя. Тогда вы видите, как они работают.

— *Иногда обманываешь саму себя. Кажется, что видишь, но на самом деле...*

— Изначальными являются заложенные в программу представления о том, что такое «хорошо» и что такое «плохо». Такие представления определяют ваше восприятие самой себя. Например, зная о том, что проституция — это плохо, вы начинаете думать: проститутка вы или нет. Такие мысли начинают создавать соответствующий опыт и его проживание.

— *Так оно и есть. У меня бывает такое. Тогда мне кажется, что это нормально, что этим можно заниматься. Но одновременно выступает другая сторона и говорит, что это ненормально.*

— Вы и прокурор, и подсудимый. Когда вы делаете то, что нехорошо, то ваш прокурор обвиняет, а подсудимый испытывает вину.

— *Мне очень хочется избавиться от чувства вины, но боюсь, что не получится, не приживётся то, о чем мы говорим.*

— Ваша программа защищает себя. Каким образом? Опять же двойственным: одна сторона говорит, что у вас получится, другая — что не получится.

— *У меня это получится, потому что я этого хочу.*

— Кто я?

— *Мой внутренний мир.*

— А что это такое?

— *Моя душа.*

— То, о чем мы сейчас говорили, не душа, а личностная программа.

Душа, ставшая человеком и попавшая в мир разделенности, забывает саму себя. Она спит и ей снится сон, в котором она борется сама с собой, пытается выжить. Мы сейчас пытаемся вспомнить себя как Душу и вернуться к целостному восприятию. Для этого надо увидеть ограничения и рамки, в которых находится наша личность, чтобы раздвинуть их или выйти за их пределы.

— *Очень тяжело жить в рамках. Они причиняют боль.*

— Это и есть то, что толкает человека к тому, чтобы он начал вспоминать себя.

— *Иногда опускаются руки, не видно никакого просвета.*

Вина и страх — защита старых программ

— Я могу рассказать то же самое. Мне понятно всё, о чём вы говорите, так как я переживал такие состояния. Это фазы движения по пути к себе.

— *Почему вина всё стопорит так, что ничего не можешь делать?*

— Вина и осуждение — это и есть страх, на котором работают личностные программы. Вы начинаете наблюдать за своей программой, но она сопротивляется этому, вызывая в вас чувство вины и осуждения. Задача такой программы выжить в том виде, как она сейчас есть.

— *Иногда становится страшно оттого, что врешь сама себе.*

— В неосознанном состоянии это нормально. Вы это делали постоянно, как и все остальные. Теперь вы начинаете видеть свои противоположные части и понимать, что каждая из них имеет противоположную правду и от этого усиливается страх. Хотя такое положение дел у вас всегда, просто вы его не видели так ясно, как сейчас.

Сейчас это факты, которые вы просто отмечаете. Если вы будете продолжать такое наблюдение, то с каждым разом уровень вашего самоосуждения и вины станет уменьшаться. Вы просто отмечаете осуждение самой себя, возникший страх и так далее. Это и есть самосознание или наблюдение за тем, как работает ваша личностная программа. Вы начинаете четко видеть механизмы работы вашей программы. Просто видеть без какого-либо осуждения.

Потом происходит встреча с ситуацией, которой вы боялись. Если вы видите механизм её возникновения и выбираете не продолжать борьбу своих противоположных частей, то происходит ваш переход на следующий уровень сознания. Надо пройти все ситуации, которых вы боялись, встретиться со своими страхами и увидеть, что они — просто иллюзия.

— *Но это всё происходит реально.*

— Реально то, что вы считаете реальным. Страх и борьба реальны для того, кто в них верит.

— *Но тело чувствует реальную боль в тех или иных ситуациях. Со мной произошел случай. Когда я испугалась не физической боли, а, возможно, уродливого отражения в зеркале своего лица. И только потом появилась физическая боль.*

— Страх быть некрасивой? А на самом деле это страх потерять привычный способ достижения своих целей. А вы используете внешность как средство их достижения.

— Однажды я испытала страх оттого, что стало известно то, что я хотела скрыть. Несколько дней ходила в очень подавленном состоянии, которое перешло в истерику. Я выплакалась, и мне стало очень легко и радостно.

— Вы сделали что-то, чего так боялись, и увидели, что это не страшно. Вы усилили свой страх до невероятной степени. Он проявился, вы его увидели и пережили, что позволило вам войти в состояние радости и лёгкости.

— На тот момент пропало чувство вины. Сейчас, вспоминая ту ситуацию, мне становится неприятно.

— Вы сделали это вместе с человеком, находящимся с вами в той ситуации. Так кто здесь виноват, а кто — нет?

— Но физически это сделала я.

— Вы сделали вместе, и вам это было нужно.

— Это было нужно, чтобы подтолкнуть меня.

— В жизни так и происходит. Чтобы перейти к следующему, надо прожить то, что есть сейчас. Если вы хотите быть свободной, но при этом не даёте свободу другому, вы не будете свободной. Вы изменяете себя через других, потому что другие есть вы. Избавиться от того, что надоело можно, только искренне увидев это так, как оно есть, и, рассказав об этом другому.

— Дальше будет его выход.

— Люди все время крутятся вокруг ограничений. Если мы принимаем друг друга полностью такими, какие мы есть, то можем делать что угодно без вины и осуждения. Здесь все привыкли давить друг друга: я сделаю, что ты хочешь, если ты сделаешь что-то для меня. Они живут из страха друг перед другом.

Какая может быть любовь? Нет ни мгновения любви. Есть иллюзия слов и ограничения друг друга. Все говорят о любви, но её нет, есть только страх. Какие могут быть обещания? Если я хочу быть с тобой, то я с тобой. Если захочу уйти, то уйду и вернусь, если захочу. Это искренне.

— Получается, что муж и жена могут уходить из дома.

— Они могут делать всё, что им угодно. Когда снимаются ограничения, то люди живут в состоянии безграничности и свободы, и всё, что они делают, искренне. Никто не знает, что будет дальше, но до тех пор, пока они хотят быть вместе, они искренне вместе. Желание расстаться тоже будет искренним.

Брак сейчас — это гарантия безопасности, которая заключается в том, что ты не один, что у женщины есть средства к существованию, что у мужчины есть дом и сексуальные отношения. Но это сделка, та же самая проституция. Получается, вы

боитесь того, что уже имеете. Вы думаете, что это может быть, боитесь этого и имеете это. Увидьте, что то, чего боитесь, вы уже имеете.

— *Получается, что у меня есть всё?*

Зачем человек потребляет наркотики?

— Да. В каждом из нас есть всё: и положительное, и отрицательное. Но если мы чего-то очень сильно боимся, то начинаем реализовывать это. Если вы боитесь стать наркоманом, то у вас будет соответствующее окружение. Зачем человек потребляет наркотики?

— *Сначала интерес, потом оправдание этого интереса, что все так делают.*

— Возможно, вы хотите быть похожим на тех, с кем общаетесь. Но почему наркотики? Можно же выбрать что-то другое. Что дают сами наркотики? Это кайф, свобода.

Посмотрите, мы все изначально хотим вернуться в то, чем являемся. Мы хотим любви, безграничности, свободы и начинаем использовать какие-то средства, чтобы получить это. Эти же средства приводят нас в тупик.

Получается, что вы, желая свободы, начинаете принимать наркотики, но, в конечном счете, попадаете в зависимость от них. Наркотики дают эффект изменения тела и привыкания к ним. Дальше — деградация. Мы говорим о получении свободы другим путем. То, на что мы вышли, свобода?

— *Да.*

— Тогда вам не нужны наркотики и алкоголь. Зачем вам нужен алкоголь?

— *Мне нравится вкус хорошего вина. Я получаю удовольствие.*

— Какое состояние вы получаете?

— *Я получаю свободу в общении, в движении.*

— Если вы удовлетворяете желание свободы через снятие внутренних ограничений, то вас это не разрушает, а исцеляет. Скажем, если раньше вы пили, чтобы снять напряжение при разговоре, то сняв ограничение, вы уже не испытываете этого напряжения.

— У меня никогда не было друзей в доме, потому что мама очень много пила, и мне было стыдно за неё. Я просила ее не делать этого, но она продолжала, при этом, запрещая мне делать то же самое.

— Парадокс. Родители запрещают детям то, что делают сами. Она тоже делает это ради обретения свободы.

— У меня есть всё, что мной осуждалось, но сейчас я это увидела по-другому: есть и есть.

— Оно просто есть, но это не значит, что его надо осуждать.

— Я не смогу повторить то, что сделала. У меня идет запрет на это.

— Я утверждаю, что все участники вашей ситуации делали то, что хотели.

— Да.

— Теперь вы будете осуждать себя за свои желания? Вы их не принимаете в себе?

— Я часто представляю себя в постели с разными мужчинами.

— Но не даёте себе это реализовать. Если вы это представляете, то оно есть в вас. Представляя такие картинки, вы усиливаете своё желание, но не даёте ему реализоваться. Но это не значит, что оно исчезает. Оно усиливается и, в конечном счете, реализуется. У вас так и произошло. Но посмотрите, вы это сами создали. И это не плохо и не хорошо. Это то, что есть.

— Если я вспоминаю об этом, мне становится противно.

— Нет ничего плохого в самой сексуальности. Всё взаимодействие в мире сексуально. Здесь же существует представление о сексуальности как о чем-то плохом и грязном. Но именно в силу такого представления все делают это, а потом винят себя. Нет радости, которую дает истинная сексуальность.

Человек — сложное существо, состоящее, условно говоря, из семи чакр. В узком понимании сексуальность — это вторая чакра. Два человека, испытывая влечение, входят в контакт, что само по себе прекрасно. Но они не идут дальше. Допустим, вам с кем-то хорошо в постели, но у вас с ним нет общих переживаний, которые можно было бы разделить. Вы сближаетесь с ним частично, не полностью, только физически. Это не является ни плохим, ни хорошим, оно просто неполное. Если между вами полный контакт, то происходит нечто потрясающее, то, к чему мы все стремимся.

— У меня был страх перед нашей встречей. Я думала, что вы заставите меня делать то, о чём я сейчас рассказала.

Свобода — реализация себя без страха

— Это не страх, а желание. Это можно окрасить страхом, а можно представить, как некое ваше желание, осуждаемое вами. Появляется желание, а потом возникает его осуждение, которое приводит к страху. Есть просто какие-то желания. Дальше — отношение к этим желаниям. Если идет осуждение, сразу же включается страх: это произошло, но это нехорошо и поэтому страшно.

Внутренняя свобода позволяет реализовывать любое желание без страха. Настоящая свобода — это отсутствие осуждения себя за то, что вы делаете. Если вы что-то делаете, не осуждая при этом себя, то реализуете некий импульс, некое желание.

Вы осуждаете себя за свои желания. Любое желание естественно, неестественным является его осуждение. Вы дали обещание. Люди всегда обещают. Но что это, как не полный идиотизм? Обещать невозможно по той причине, что жизнь и мы как часть этой жизни всё время изменяемся. В течение дня у вас меняются представления о самом себе, и соответственно ваши желания. Но если утром дано обещание, а вечером оно нарушено, то вы считаете, что соврали. Почему вы дали обещание?

— *Потому что думала, что ничего не сделаю.*

— Тогда вы так думали, а потом — по-другому. Теперь вы видите, что можете думать по-разному. Поэтому обещать что-то, значит, врать.

— *В связи с этим всплывает зависимость от чужого мнения, потому что я думаю, что со стороны виднее.*

— Это следствие незнания себя и недоверия к себе. Вы, не видя, что ваши действия являются результатом ваших желаний, осуждаете себя за них и начинаете следовать тому, о чём говорит кто-то, снимая тем самым ответственность с себя за то, что делаете.

— *Чтобы было кого обвинить.*

— Опять работает механизм вины. Если вы принимаете полную ответственность за то, что делаете, при этом, разрешая, проявляется всему, что есть в вас, без осуждения, то вам не надо никого ни о чем спрашивать.

— *Я хочу перейти к другой теме. Мне очень трудно отказать кому-то в чем-то. Если это происходит, появляется чувство вины.*

— У каждого могут быть свои желания. Если вы разрешаете другому быть свободным, то разрешаете то же себе. До тех пор, пока не дадите свободу другим, вы не дадите свободу себе. В данном случае вы не разрешаете себе совершать какие-то поступки, называемые вами плохими. Вы ориентируетесь на чье-то мнение, чтобы снять с себя ответственность.

— *Я боюсь, что обо мне будут плохо думать и поступаю наперекор себе.*

— Почему вы так зависимы от чужого мнения?

— *Хочется, чтобы ко мне хорошо относились, любили меня.*

— А что получается?

— *Получается наоборот.*

— Значит, это не работает. Придерживаясь того, чего вы придерживались раньше, вы получаете обратный результат. Как исследователь, вы видите, что это не работает. Значит, надо искать другой способ.

— *Не делать же так, чтобы для всех быть хуже и нелюбимей?*

— Это представление о том, что любить вас будут только за что-то. Разве это любовь? Любовь — это когда любишь другого человека независимо от того, что он делает. Он часть вас, и если вы любите себя, то не можете не любить его. Получается, что все те программы, которые мы обсуждаем, являются результатом нелюбви к себе.

— *Но мне кажется, что я люблю себя. Или это тоже иллюзия?*

— Вы называете одним и тем же словом совершенно разные вещи. Вы можете любить колбасу и можете любить человека. Слово употребляется одно, но речь идет о разном. Мы используем одно и то же слово для того, чтобы передать совершенно разные смыслы и состояния. Если вы любите за что-то, то это не любовь. Вы любите колбасу за то, что она приносит вам чувство сытости, а не просто за то, что она существует. Обусловленная любовь — это когда вы любите кого-то за что-то конкретное. Это сделка, это опять проституция.

— *Я перестану сомневаться в этом, когда увижу, что это работает.*

— Во всем надо убеждаться только на собственном опыте.

— *Передо мной стоял выбор: карьера, деньги, благополучная жизнь или жизнь с человеком, с которым ничего этого не будет. Я выбрала второе, потому что люблю его и хочу быть с ним.*

— У вас всегда есть выбор, иногда он становится очень явным. Выбрав ту жизнь, вы пошли бы по протоптанной дорожке и у вас было бы всё, кроме свободы.

— Меня никто бы не понял, кроме него, потому что он был с вами и занимался всем этим. Меня поразило то, что при встрече он был совершенно спокоен.

— Для него это тоже огромные изменения. Вы сошлись, чтобы реализовывать новый вариант самих себя. Это произошло не для того, чтобы жить более комфортно, а для того, чтобы двигаться к самим себе.

— Я вижу, что многое перешло ко мне от мамы. И у меня есть запрос на то, чтобы мои дети не мучались, как это было у меня.

Конец родовой программы разделенности

— Прежде всего, вам надо исправить это в себе, и тогда оно не передастся детям. Потому что передать можно только то, что у вас есть. Если начинаются изменения, то они затрагивают всех в роду и передаются из рода в род. Если с вами это происходит, то вы заканчиваете свою родовую программу разделенности и переходите к программе единства. И хочешь — не хочешь, все окружающие вас начинают испытывать её влияние.

— Сестра меня не понимает и даже видеть не хочет.

— Никого нельзя принуждать. Если она захочет, вы передадите это ей, а если нет, то и не надо. Никого не надо ни в чём убеждать.

— Мне хочется встретиться с отцом. У меня очень сильная вина за то, что я не дала ему любви, что всегда отталкивала, унижала. Я хочу просить у него прощения за своё поведение.

— Вы хотите придти к нему с виной, чтобы усилить в нём еще больше то, что и так есть?

— Значит, я могу приехать к нему и сказать, что люблю его. И всё?

— Да. Если вы просите у кого-то прощение, значит, испытываете вину. Здесь это очень распространено.

— Но другой человек ждет этого.

— Он ждет этого, потому что сам испытывает вину. Вы хотите усилить его состояние вины?

— Нет, не хочу. Я просто хочу увидеть его.

— Вот это естественно. Видеть его таким, какой он есть.

— *Я не попрощалась с ним и не поехала его провожать, когда он уезжал.*

— Тогда вы имели другие представления, из которых так действовали. Поймите, что мы меняемся. Тогда вы были такая и действовали из того, что представляли, и это было лучшее. Мы всегда делаем лучшее из того, что можем делать. Но, в конечном счете, получаем худшее: опять страх, вину и так далее, и всё это повторяется до тех пор, пока не увидим и не перейдем к тому, о чём мы говорили сейчас. И тогда не нужны ни вина, ни страх. Если вам хочется поехать и увидеть его, то сделайте это. Не надо обвинять его и просить прощения самой. Вам не за что просить прощения.

— *Я испытываю чувство ревности, когда моя подруга идет к кому-то, а не ко мне.*

— Это опять восприятие разделенности. Если вы видите, что все остальные — это вы, то когда подруга как одна из ваших частей уходит к другой вашей части вас, вы радуетесь тому, что происходит с ними. Ревность возникает из желания получить любовь и внимание только для себя, и вы начинаете её добиваться совершенно не теми средствами, которые её дают. Вы начинаете ревновать, чтобы получить больше внимания себе.

Порадуйтесь за того, кто делает то, что он хочет делать, потому что это делаете вы. То же самое касается и семейной жизни. Если ваш партнер пошел к кому-то, то у него есть на то причины. Если вы боитесь, что он изменит вам, то это произойдет. Мы получаем то, чего боимся.

Но такой страх есть ваше желание. Ничего, кроме любви, нет, и страх — это тоже выражение любви, только в извращенном виде. Если вы боитесь, что произойдет что-то, то одновременно и желаете, чтобы оно произошло.

— *Я даже думать не хочу о том, что желаю этого.*

— Но именно это и происходит. Не происходит ничего из того, что вы не желаете. Если вы чего-то боитесь, то думаете об этом, представляете. А если представляете, то хотите этого и будете делать всё, чтобы оно произошло. При этом, даже не видя и не понимая. Например, вы видите мужчину и представляете себя с ним в постели. Вы хотите этого и одновременно осуждаете себя за это, то есть боитесь. Но, боясь, хотите этого.

Мы даем обещания, которые не можем выполнить

— Вы хотите, чтобы у вас были дети. Одновременно происходит противоположное: вы боитесь, что у вас не будет детей. Страх того, что их может не быть, возникает, как результат вашего желания иметь детей. То и другое взаимосвязано. Страх появился как следствие любви, то есть изначально есть любовь к детям, но тут же вы начинаете бояться, что их не будет. Первичным было желание иметь детей, то есть любовь. Если вы просмотрите появление любого страха, то увидите ту же самую закономерность. Сначала — желание, потом — страх его неисполнения.

Вернемся к предыдущему примеру. Вы видите мужчину и хотите быть с ним. Это желание любви, и оно работает на расширение. Есть ограничение в том, что вы даёте обязательство кому-то быть только с ним, и, значит, не можете быть с другим. Появляется желание быть еще с кем-то, но дальше возникает осуждение в связи с тем, что вы дали обещание. Но опять же первичной причиной была любовь.

— *Получается, что поход в ЗАГС — это игра?*

— В том виде, в котором она существует, это дурная игра, потому что даются обещания, которые потом не исполняются. Самое плохое, что можно делать, — это подавить в себе любовь. Если возникает импульс любви к человеку, а вы его не проявляете, — это самое плохое, что вы можете сделать.

— *Надо подойти и признаться ему в любви?*

— Да, потому что это правда.

— *Получается, что людей можно любить разной любовью, кого-то меньше, кого-то сильнее?*

— Вы всегда будете любить их по-разному. И вопрос не в том, сильнее или слабее. Это просто оценка. Речь идет о части вас самой. Вы встречаете мужчину, в котором вам нравится то, что нравится в самой себе, и вы любите это в нём. Такая идея не укладывается в обычный ум, считающий, что надо следовать данному обязательству, что вы должны быть только с одним человеком.

Если вы представляете себя единым со всем и встречаете кого-то, кто вам нравится, то можете разрешить себе всё, что хотите. Если вы задавливаете собственное желание, оно не устраняется и обязательно найдет выход в извращенной форме. Разрешите себе сделать то, что хотите.

Сколько у вас неисполненных желаний, которые возникали и подавлялись, но они же никуда не пропали. Они находятся внутри и ждут проявления. Но им не

дают проявиться непосредственно, и тогда они ищут обходные пути и проявляются в извращенной форме.

У женщины, считающей, что, кроме мужа, у неё не должно быть никого, возникает много желаний по отношению к другим мужчинам. Эти желания начинают выходить в форме ревности. Если бы она действовала на основе свободы, то её желания не блокировались и не стали бы искать выхода.

Люди, дающие друг другу свободу, уважительно относятся к своим желаниям, потому что понимают, что любое появившееся желание — это нечто важное. Несбывшиеся желания просят реализации, и человек может начать пить, стать наркоманом и реализовывать их в состоянии снятых наркотиком ограничений. А когда с него спрашивают за его действия, он оправдывается тем, что был пьян, ничего не помнит и не отвечает за то, что делал. Но и в таком состоянии не реализуется ничего из того, чего бы он ни хотел трезвым.

— *Почему человек не помнит ничего в этом состоянии?*

— Человек напивается, реализует свои скрытые желания в таком состоянии, но потом не разрешает себе этого помнить. В конечном счете, это приводит к тому, что он вообще ничего не помнит, и это уже полная деградация.

То, на что есть запрет, забывается, но при этом постоянно создаётся внутреннее напряжение, которое может перейти в психически ненормальное состояние. И всё из-за того, что он не давал себе реализовывать свои желания, потому что считал их нехорошими.

Люди сходят с ума, потому что у них возникает сильный дисбаланс между сознательными и подсознательными желаниями. Тогда теряется адекватность отношений с другими людьми. Их считают сумасшедшими, потому что они ведут себя ни как другие, хотя и другие такие же сумасшедшие, как и они. Особой разницы между ними я не вижу.

— *Бывает, что здравомыслящие творят такое, что...*

— Какие же они здравомыслящие? Они мыслящие, но в категории разделённости. А сумасшедший просто потерял контакт с этой реальностью. Когда нет выхода нереализованным желаниям, они принимают формы сумасшествия.

— *Я не хочу этого. Может быть, поэтому последнее время я проговариваю свои мысли вслух.*

— Люди, как правило, не говорят вслух о самом важном, потому что боятся не соответствовать ожиданиям окружающих.

— Однажды я высказала претензию, что не чувствую его ласки, внимания, и он ответил, что у него такое же ощущение. Как только это было проговорено, всё изменилось. Раньше я могла обидеться, молчать неделю.

Любовь — это когда два человека могут сказать друг другу всё

— Если оно не высказывается, то начинает накапливаться и потом ищет выхода через извращенные формы, то есть скандал. Настоящая любовь — это когда два человека могут сказать друг другу всё. Это же и здоровье. Нездоровье возникает из-за блокировки ваших желаний. Стоит запретить себе какое-то желание, как внутри тела происходит блокировка связанного с ним органа физического тела, и начинаются физиологические изменения. Если вы высказали и проявили его, происходит реализация. Реализовавшись, оно оставляет вас.

— *Есть вещи, которые я не позволила бы себе высказать.*

— Это опять представление о том, что вы — плохая. Если вы знаете, что вы есть любовь, то что бы у вас не возникло, оно будет хорошим. И вы можете об этом сказать, потому что изначально всё есть любовь. Мы говорили, что страх это любовь, которой не дали проявиться. А так как большинство людей находятся под давлением многочисленных запретов, то посмотрите, сколько у них страха.

— *Мне очень жаль маму за то, что она не сумела реализоваться, что несчастлива.*

— Но ведь поворотный момент в вашей жизни возник в результате неприятных событий. И именно они привели вас к новому видению. Так что, вы будете жалеть себя за то, что вышли на путь к себе? Она тоже идёт своим путём. Всё, что происходит с человеком, правильно. О чём жалеть?

— *Я болезненно воспринимаю её переживания по моему поводу, её боль.*

— Она переживает не за вас, она вас не видит. Она переживает за себя. Не может человек переживать нечто за кого-то. Если он испытывает чувство жалости, то не к кому-то, а к себе.

— *А если кто-то сломал ногу, и я переживаю за него? Получается, что мне жалко себя за боль, которую я испытаю в подобной ситуации?*

— Если кто-то сломал ногу, то получил то, что хотел. Это важно: каждый получает то, что хочет. Но есть разные представления о том, что хорошо и что

плохо. По мнению многих, получить цветы в подарок — это хорошо, сломать ногу — плохо. Но и в первом, и во втором случае получаешь то, чего хочешь. Зачем же жалеть человека за то, что он получает желаемое.

На таком уровне видения мира и себя ваша мама получает то, чего хочет. Мы говорили о разделённом восприятии, исходящем из выживания. В таком состоянии человек хочет побольше урвать и поменьше отдать. Он исходит из своей отдельности от других людей.

Как изменить такое восприятие человека? Только через его страдание, которое заставляет хоть кого-то задуматься над тем, что и почему с ним происходит. Возможно, это приведёт его к тому, о чём мы сейчас говорим.

Принцип жизни в единстве — делиться друг с другом, не отделять себя от того, что окружает. При этом вы всё время пытаетесь передать что-то важное для вас. И вам передают то же самое.

— *Меня поразили слова о том, что в нас есть всё: от ангела до убийцы.*

— Мы познаём себя через то, чем не являемся. Наша жизнь — способ узнать, кто мы есть на самом деле. Кто-то проживает жизнь, по его мнению, совершенно никчемную, бессмысленную и глупую. Жизнь того, кто он не есть. Но именно через такую жизнь можно узнать, кто ты есть на самом деле. Как вы можете узнать, что есть любовь, если нет страха. Душе, находящейся в любви, не с чем сравнивать. Здесь есть возможность такого сравнения и поэтому есть выбор.

— *Что же, я могу любить и ненавидеть одновременно?*

— Вы свободны и можете делать всё, что угодно. Наличие полярностей создаёт возможность выбора. Допустим, вы считаете себя некрасивой и переживаете всё, что связано с таким опытом. Потом переживаете противоположную точку зрения. У вас есть выбор из двух противоположных опытов, из которых вы можете выбрать тот, который хотите прожить сейчас.

— *Находятся люди, которые говорят тебе о том, как ты выглядишь.*

— Эти люди и есть вы. Например, вы ненавидите и ревнуете, но через какое-то время видите, что это не делает вас счастливой. А ведь все хотят счастья, свободы и бессмертия. Но у всех разные точки зрения на то, как это получить. И каждый в соответствии с тем, как он это сейчас видит, действует лучшим образом. Но видит, что это не приводит его к тому, что он хотел. Или вернее приводит к обратному. Возможно, такой опыт выведет его на главный вопрос о дуальности его личности.

— *Хочу быть свободной и счастливой. Я не верила в это, пока не встретила человека, который рассказал мне об этом пути, и увидела, что он живет так. Я*

почувствовала, как классно жить свободно. Те ограничения, которые ещё остались, уйдут со временем. Когда чувствуешь свой и его взлет, то понимаешь, что больше ничего не надо, хотя раньше я жила ради денег, которые, как мне казалось, доставляют удовольствие. От одного только представления, что их не будет, я могла впасть в депрессию. Сейчас мне хочется бегать по улице, кричать о своей любви и дарить всем воздушные шарик.

— Первичным является выбор того, кем вы хотите быть. Хотите быть счастливой — будьте ей. Не ищите денег или ещё чего-то, не живите по принципу «иметь». Живите по принципу «быть, делать, иметь». Надо начинать с выбора своего состояния, а всё, что надо, к нему приложится.

«Я манипулировала им при помощи своей внешности...»

— У нас были совсем другие отношения до моего отъезда. Мы просто использовали друг друга в своих целях. Я манипулировала им при помощи своей внешности. Он мучился от ревности и в то же время подталкивал к тому, что я сделала. Но если бы этого не произошло, не было бы и поворотного момента в моей жизни. Я предоставляла ему возможность ревновать. Меня что-то подталкивало на такие вещи.

— Он хотел ревновать и получал это. Сценарий был разыгран вами всеми, вы были и участниками, и сценаристами.

— Почему не всем дан этот путь?

— Когда ученик готов, приходит учитель.

— Раньше мне казалось, что я не смогу жить в таком маленьком городке. Придя к этому пути, я поняла, что можно жить везде. Я не представляла, как смогу здесь удовлетворять свои желания.

— Желания меняются. На смену одним приходят другие, и вы видите ту же ситуацию по-другому.

— Я высокомерна и боюсь унижения, которое иногда испытываю.

— Если вы перестанете быть высокомерной, то перестанете получать и опыт унижения. Высокомерный человек показывает, что он выше других, но в своей противоположности он знает, что очень низок. У него низкая оценка себя, и поэтому он хочет показать обратное. Если высокомерие и низость у вас

уравновешены, то вы не волнуетесь по этому поводу. Кстати, ваши ограничения в общении связаны с этим.

— *В разговоре с вами я почувствовала свободу в общении, не надо было задумываться над тем, что говорить.*

— *У меня бывает страх одиночества. Одновременно хочу, чтобы меня все любили.*

— Состояние одиночества — это любовь или страх?

— *Страх.*

— Вы сами отделяете себя от других, а потом пугаетесь этого и требуете внимания к себе, чтобы его не чувствовать. Но сколько бы внимания вам не уделяли другие люди, вы всё равно будете чувствовать себя одинокой.

— *Теоретически мне это понятно, но когда сталкиваешься, то не всегда приходит понимание.*

— Не понимаете, когда снова отделяете себя, чувствуя свою исключительность, то есть исключённость.

— *Иногда возникает вопрос, почему человек так поступает по отношению ко мне.*

— Потому что испытывает страх. Всё негативное, что делают люди, связано с тем, что они испытывают страх. А страх исходит из восприятия мира как разделённого и враждебного. При таком восприятии тебе нужны не окружающие люди, а подтверждение своего существования, исходящее от них. Но ты боишься, что не получишь его, и поэтому злишься на них.

— *Получается, что я тоже ненавижу, когда говорю, что боюсь потерять.*

— Если присутствует страх потери, то любовь очень быстро переходит в ненависть, особенно когда происходит не то, чего ждёте. Что вы будете испытывать, если, придя домой, застанете его в постели с другой женщиной?

— *Ненависть и унижение.*

— Вот вам и пример.

— *Я могу допустить, что человек поступил так из-за моего страха, что это может произойти. Ведь он принял меня после подобной ситуации и признался в том, что если бы поставил на этом крест, то убежал бы сам от себя.*

Если есть обязательство, то есть и страх его невыполнения

— Хорошо. Посмотрите на ситуацию с такой стороны. Одно дело любить человека безусловно, другое — обусловлено. Обусловленная любовь сопряжена со страхом его потери, то есть в таких отношениях все время присутствует страх потери.

— *Но я говорю именно о потере через физическую измену. Этого я боюсь больше всего.*

— Чего именно вы боитесь?

— *Что не смогу понять.*

— А вам всегда всё понятно?

— *По крайней мере, стараюсь понимать.*

— Стараетесь, но не всё понимаете. Разве надо бояться того, что ни всё и не всегда доступно пониманию? Например, отправляясь в путешествие, вы точно не знаете, что вас ждет. И этого надо бояться?

— *Получается, что надо.*

— Если выбираете любовь, то страха нет.

— *Я испытываю удовольствие оттого, что учусь, от самих занятий в институте, у меня нет страха, что не сдам экзамены, не оправдаю чьи-то надежды. Мне просто интересно.*

— Вы делаете это для себя, а не для кого-то. Как только начинаете ориентироваться на кого-то, сразу появляется страх.

— *Страх может появиться от мысли, что за твою учебу заплатили, а ты не оправдала доверие.*

— Значит, вы считаете себя обязанной. Если существует обязательство, то есть страх его невыполнения. Здесь всё построено на обязательствах и долге. Это и есть обусловленная любовь. Я тебя люблю, поэтому дам денег на учебу, только ты учись хорошо. Если ты меня любишь, то просто дай мне эти деньги или не давай. Но я тебе ничем не обязана. Здорово, если ты меня любишь, но мы свободны. Это трудно для обычного понимания.

— *Но всё это можно понять.*

— Всё становится ясным и понятным, когда переживается на собственном опыте. Новое знание — это возможность пережить новый опыт.

— *А если делаешь что-то ради себя и от сделанного будет приятно самой себе?*

— Если вам что-то нравится, то вы делаете это, потому что вам это нравится. Удовольствие возникает, когда делаешь то, что тебе нравится. Но если вы должны это делать, то оно становится чем-то ненавистным именно потому, что вы обязаны это делать. Опять страх в разных проявлениях.

Если вы хотите чего-то, то боитесь это потерять, если не хотите — боитесь встречи с этим. Система обучения построена на чувстве долга, вины и страха. У вас не спрашивают, нравится вам то, что предлагают или нет. Поступил, будь любезен — учись. А если вам не нравится какой-то предмет?

— *Но его же надо сдавать?*

— Как только возникает слово «надо», появляется страх. Вся общественная система построена на страхе, включая образование. Если вы принимаете эту систему, то попадаете в страх, то есть вину и осуждение.

— *Надо гнать этот страх?*

— Надо видеть в себе механизмы, его порождающие. Всё зависит от того, из чего исходишь: из чувства долга, обязанности или интереса самоисследователя. Если есть интерес, то вы делаете, и вам наплевать, как это оценивают другие. Но для этого надо выйти из страха и всех его следствий.

Интерес — это внутренняя тенденция прожить какой-то опыт. Вы проживаете его и хотите следующего, при этом всегда имеете дело только с самим собой. Поэтому всё, что вы делаете здесь, направлено на получение опыта.

— *Мне нравилось, когда меня хвалили за то, что я пошла учиться.*

— Это значит, что вы не сами оцениваете то, что делаете, а передаете это кому-то.

— *До сегодняшнего дня я так и делала.*

— Вы кому-то отдаёте свою силу. Но потом может случиться так, что они же оценят вас плохо, и вам будет неприятно. Это две стороны одной медали. Вам нравится, когда вас хвалят, и не нравится, когда ругают. Но и в том, и в другом случае вы исходите не из себя. Если вы будете исходить из себя, то эти вопросы не возникнут. Тогда либо вам интересно, потому что вы получаете новый опыт, либо он исчерпал себя, и вы ищете другой.

«Я почувствовал растерянность и одновременно ревность к вам...»

— Мне показалось, что у Кати ничего не получилось с вами, и я почувствовал растерянность и одновременно ревность к вам как к мужчине и злость на нее за то, что она делает что-то, не осознавая, чего на самом деле хочет достичь. Следом пошло отрицание вас как учителя, ваших методов работы. Испытывая всё это, я пошел на эту встречу. Когда стал разбираться, то получилось, что я утверждаю себя в том мнении, что она безнадежна. Мне стало страшно, что все догадаются о моих мыслях, и я попытался подавить их и закрыться. Мне не хотелось признаваться себе в ревности. После перерыва я нашел в себе силы подойти к вам, и проговорить свой страх, но не признался в ревности и отошел с чувством чего-то недоведенного до конца и страхом перед неизвестностью. Я сидел на семинаре и спрашивал себя, где моя рабочая часть, настолько сильны были ревность и негатив, которые я испытывал. У меня давно не было такого, я прочувствовал это как обострение старой боли. Дома на вопрос Кати, что со мной происходит, я ответил, что злюсь. К тому времени я уже чувствовал злость на себя за свои эмоции и начал понимать, что виноваты не вы и ваши методы, которые, как мне казалось, не работают, а я сам не могу успокоиться и войти в рабочее состояние. Я понял, что между вами ничего не было, и обвинять её не за что. Получается, что зря злился. Но состояние не ушло.

— Опять осуждение. А ведь это просто допроживание твоего старого опыта, который не был полностью прожит.

— В тот момент, когда включилась ревность и жалость к себе, прорвалась мысль, что я пытаюсь управлять ею, а она будет делать то, что мне не нравится. Был очень сильный испуг. Я попытался раскрутить ещё раз всё с начала, но ничего не получилось: всё сковал страх, что наши отношения могут закончиться. Спросил себя, что такое наши отношения, и услышал ответ — кайф. Я опять вернулся в прошлое, прожил своё давление на неё, её свободу делать то, что она хочет. Это сопровождалось бурными эмоциями, диким смехом и слезами. Ночью я отпустил всё, почувствовал необыкновенную легкость и сказал ей, что отказываюсь от ревности и выбираю любовь. После этого была интимная близость по своей красоте и полноте не похожая на то, что было раньше.

— Вы допускаете, что между нами действительно что-то могло быть?

— Могу допустить, потому что у меня есть выбор. Я сейчас разговариваю, а надо мной висит и моё ревнивое «я», и то «я», которое ненавидит. Но я знаю,

что могу выбирать, могу включить «я», которое ненавидит и ревнует, а также благословить вас. Мне легко не от сути происходящего, а оттого, что у меня есть выбор.

— Вопрос даже ни в том, случилось это физически или нет. Если вы подумали о чем-то, то это уже произошло в вашем воображении.

— Ревность и вина одни из самых сильных переживаний.

— Что лежит в основе этих переживаний? Чувство собственности. Это моё и никому больше не должно принадлежать. Но тогда и вам оно не принадлежит. Вот что самое интересное. Если вы ревнуете и считаете кого-то принадлежащим только себе, то теряете его. Как только вы представили предательство, то оно стало для вас реальностью.

Давайте посмотрим по-другому. Допустим, вы ревнуете свою жену, представляя её с кем-то. Получается, что это — ваше желание, вы хотите этого. На самом деле никто никому не принадлежит, и когда вы создаете иллюзию принадлежности кого-то себе, то мысли такого рода усиливаются, и вы видите её с кем-то другим. Вам это нравится, вы получаете кайф.

Если бы у вас не было этого желания, то не было бы и запрета на него. Я утверждаю, что вы хотите этого. Если вы ревнуете, то хотите этого, но не разрешаете себе увидеть это и утверждаете, что хотите совсем другого. Получается, наступаете на горло собственному желанию.

Ревность — это извращенная форма истинных желаний. Причём, чем больше ревность, тем больше и желание убедиться в измене. Не удовлетворяется первичное желание и происходит его сублимация в ревность.

— Но можно же всё это не представлять, не ревновать.

— Но она существует и основывается на вашем желании. Получается, что вы его удовлетворяете таким образом. Теперь почувствуйте, что можете получить от этого удовольствие через меня. В основе ревности лежит ваше желание, но вы его не видите.

— Я понял.

— У вас запрет, в основе которого лежит желание измены. Ревнивец все время способствует тому, чтобы она произошла.

— Я попал в другую крайность. Чувствовал вину за то, что толкал ее к этому. Я понял этот механизм, но попал в обратную его сторону.

Вы вините себя за то, что запрещаете себе проявлять

— Винить себя можно за то, что запрещаете себе проявлять. Ревность — это ограничение: вы не разрешаете проявиться своему скрытому желанию. Если вы разрешаете ему проявиться, то получаете удовольствие. Запрещая, получаете то, что получили.

— *Разрешив этому быть, может случиться так, что она не сделает этого?*

— Вам это уже будет не интересно. Это уже не важно. Отпуская ревность, вы разрешаете проявиться своему желанию. Эта классическая ситуация. Именно она блокирует понимание единства, где всё со всем связано. И если у кого-то возникает желание, то оно возникает у нас как у единого целого. Мы все принадлежим единому, как две руки — одному телу. Вы же не будете скандалить по поводу того, что ваша правая рука пожимает вашу левую руку.

— *В реальности это всё — свободный, осознанный выбор? Я выбираю свою реакцию на то, что произошло.*

— Вы нужны друг другу, чтобы осознать себя и двигаться в этом направлении дальше. Поэтому всё, что происходит, есть часть сценария, который вы используете для расширения своего сознания. Всё, что было между вами, будет использовано для того, чтобы увидеть и осознать старый образ себя. И если строить свои отношения на таком партнёрстве, то они становятся бесконечными и безграничными.

В таких отношениях всё правильно, что бы ни происходило, всё используется в качестве дров для поддержания огня осознания. Вы встречаетесь со своими теневыми сторонами и осознаёте их. Важно рассмотреть всё, что к вам приходит, и работа здесь идет друг на друга.

Как только желание возникло, дайте ему проявиться, представьте всё, что хотите, насладитесь этим.

— *Тогда другой человек перестанет чувствовать агрессию.*

— Да. Иначе он чувствует ваше давление и начинает ему сопротивляться. Тогда она будет делать то, что ты так боишься, то есть хочешь. в чём разница между тем, что я пожал её руку, и тем, что мы легли в постель?

— *Если ревнуешь, то разницы никакой нет.*

— Если бы между ней и мной что-то было, вы отказались бы от неё?

— *Сейчас нет.*

— В чём разница между сексом и тем, что мы разговаривали? Контакт в таком разговоре значительно более глубокий, чем сексуальное поверхностное взаимодействие, которым обычно довольствуются. Любое общение является сексуальным. Почему вы не ревнуете нас к нашим разговорам? У нас был очень интимный разговор.

А происходит так из-за материалистического восприятия, при котором изменой считается физический секс. Если вы запрещаете секс, то идите до конца и запретите любое общение.

— *Когда спрашивают, за что мне это, получается, что сбылись твои же желания?*

— Да. Мы сейчас пытаемся пройти по логической цепочке до конца этой мысли. Если есть запрет, то он может распространиться на всё. В каком состоянии вы будете находиться, если всё нельзя?

— *Запретов вообще не существует?*

— Для души запретов нет, а для личности есть. И пока мы их не увидим, почувствовать себя душой будет невозможно.

Александр Пинт «НАС МНОГО, НО МЫ ОДНО»

Версия 2009 исправленная и дополненная

Все, о чем говорить в этой книге, на первый взгляд может показаться парадоксальным. Но только на первый взгляд. На самом деле речь в ней идет о самом интересном из всех возможных путешествий — о движении по Пути обретения человеком Целостности и Любви. Целостное сознание — это сознание Человека, познавшего себя. Это соединение мужского и женского, внешнего и внутреннего, духовного и материального. Это готовность принять себя как Творца и одновременно как часть всего сущего. Это свобода от той иллюзии, которую мы привыкли считать самым собой.

Чтение этих страниц позволит вам обратиться к собственным переживаниям, придаст мужества, чтобы взглянуть в лицо своим страхам и боли, и мудрости, чтобы справиться с ними. А также даст возможность убедиться в том, что в жизни постоянно только одно — это изменения.

Эта книга совершенно бесполезна для тех, кто:

- не готов к встрече с неизвестным в самом себе;
- любит говорить о свободе и истине, но в действительности боится их;
- предпочитает думать, чувствовать и поступать, как все;
- вместо того чтобы переживать свою жизнь, только рефлексит о ней.

Но она может быть весьма полезна для всех остальных.

www.pint.ru