

Вперед в прошлое!

Ступен III

Вадим Зеланд

Предисловие

Дорогой Читатель!

Во все времена люди смутно догадывались о существовании неких сил, управляющих судьбой человека. Благоговейный страх перед неизвестностью всегда служил стимулом для создания всевозможных фантазий и мифов, начиная с древних легенд и кончая моделями, в которых человек является всего лишь маленькой деталью чудовищной структуры-монстра.

Каждого из нас волнует вопрос, насколько мы способны распоряжаться своей судьбой и как это делать. Именно поэтому магия и нераскрытые психические возможности человека вызывали и вызывают живой интерес.

Данная книга, несомненно, удовлетворит ваше любопытство, поскольку она отвечает на этот вопрос с совершенно неожиданной точки зрения. Трансерфинг открывает волшебную дверь в мир, где вам предстоит столкнуться с очень странными и необычными вещами. Вы узнаете, что реальность — управляема. И цель здесь не достигается, а реализуется по большей части сама.

Это звучит невероятно лишь в рамках обыденного мировоззрения. Все мы находимся в футляре ложных ограничений и стереотипов. Настало время очнуться от наваждения.

Несмотря на всю свою фантастичность идеи управления реальностью уже нашли практическое подтверждение. Трансерфинг еще задолго до выхода этой книги пользовался успехом в широком кругу читателей Интернета.

Окружающий мир трансферера непостижимым образом меняется буквально на глазах. Когда повседневная действительность предстает в незнакомом обличье, это выглядит потрясающе. Здесь нет никакой мистики — все реально. И пионеры трансферинга уже смогли в этом убедиться на своем опыте. Вот всего несколько отзывов, которые говорят сами за себя.

«Как это ни странно, трансферинг действительно работает! Удивительно! Некоторые вещи, которые стали происходить со мной, иначе как чудесами не назовешь. Никогда бы не подумал, что такое возможно!»

«Впечатлений масса! Ощущаю какой-то детский восторг оттого, что начинаю понимать вещи, о которых только догадывался раньше».

«Я увидела вокруг себя счастье, и оно с каждым днем теперь только растет! Странно, но ведь оно всегда было вокруг меня, а я просто его не замечала».

«Должен вам сказать, что такой книги мне не хватало всю жизнь. Она как раз описывает взаимоотношения моей души и разума».

«Сначала появилось чувство сдвига реальности. Меня не стало — я была в потоке энергии, излучаемой... Словами? Смыслом? Не могу объяснить. Затем словно какой-то удар выталкивает на поверхность, и некоторое время ничего не замечаешь».

«Все мои жизненные вопросы стали мягко решаться, все улаживается и становится на места. Здорово!»

«Мне не хватает слов, чтобы описать состояние, в котором я теперь пребываю. Это только приблизительно: тишина, покой, счастье...»

«Это действительно работает. Все остальное неважно».

Глава I

ЭНЕРГИЯ

Для занятий трансферингом требуется хорошее здоровье и достаточно высокий уровень энергетики. Здесь даны простые и действенные рекомендации, как повысить свой жизненный тонус и вывести энергетику на должный уровень. Для этого вовсе не нужно изматывать себя тренировками, диетами и прочими методами насилия над собой.

Не боритесь за здоровье и не копите энергию. Впустите их в себя.

Энергетика

Для эффективных занятий трансерфингом требуется хорошее здоровье и достаточно мощная энергетика. Допустим, вы считаете, что и так обладаете достаточно хорошим здоровьем. Но, возможно, вы просто не знаете, как чувствует себя по-настоящему здоровый человек. Если утром вам лень вставать, неохота идти на работу или учебу, если после обеда раскисаете и вас клонит в сон, если вечером у вас нет иных желаний, кроме как только устроиться возле телевизора, значит, нет у вас никакого здоровья. В таком случае энергии хватает только на то, чтобы поддерживать размеренное существование.

Сбросив с себя груз избыточных потенциалов и освободившись от маятников, вы получили достаточно дополнительной энергии, которую раньше тратили зря. Но энергия никогда не бывает лишней. Далее в этой главе будут приведены рекомендации о том, как можно поднять свою энергетику еще на более высокий уровень.

Под энергетикой мы будем понимать способность усваивать и использовать энергию. Можно условно выделить две ее формы в человеческом организме: *физиологическую* и *свободную*. Физиологическая энергия получается в результате усвоения пищи. Свободная — это энергия Космоса, проходящая через тело человека. Вместе они формируют нашу энергетическую оболочку. Энергия человека затрачивается на выполнение физических функций, а также излучается в окружающее пространство.

Энергия Космоса находится в окружающем мире в неограниченном количестве. Однако человек может усваивать лишь ее мизерную долю. Она проходит через тело человека в двух направлениях. Первый поток, идущий *снизу вверх*, расположен на один дюйм спереди от позвоночника у мужчин и на два дюйма у женщин. Второй поток идет *сверху вниз* и расположен почти вплотную к позвоночнику. Величина свободной энергии человека зависит от ширины центральных энергетических каналов. Чем шире эти каналы, тем выше энергетика.

Центральные энергетические потоки были обнаружены людьми очень давно. Мы не будем углубляться в дальнейшую детализацию энергетической структуры человека. Если у вас есть интерес, можете почитать соответствующую литературу. Энергия циркулирует в теле человека довольно сложным образом, но это не должно вас беспокоить. Для наших целей пока достаточно остановиться на двух центральных потоках.

Если нормальное течение энергии нарушается, то есть где-то появляются «пробки» или «дырки», тогда возникают различные болезни. И наоборот, если внутренний орган подвержен заболеванию, энергетическая картина искажается. Трудно провести четкую границу, показывающую, где нарушение циркуляции энергии вызвано физиологическими причинами, например зашлакованностью организма, а где физиологические нарушения вызваны изменением в течении энергии. Иглотерапия, точечный массаж и другие подобные методы могут восстановить нормальную циркуляцию энергии, тогда болезни, вызванные нарушением циркуляции энергии, уйдут. Но это даст только временный эффект. Чтобы все было в норме, необходимо ухаживать как за физическим, так и за тонким телом.

Энергетика человека тесно связана с состоянием мышц тела. Напряженные мышцы затрудняют нормальное движение незримых потоков и вносят помехи в полевое излучение человека. Человек, внутренне напряженный, может появиться в непринужденной компании и, не сказав ни слова, изменить общее настроение: напряжение как бы зависает в воздухе. Так окружающие воспринимают негативную энергию, не отдавая себе отчета. Напряженность создает неоднородность в общем поле и порождает равновесные силы. Равновесие может быть восстановлено либо приведением энергии к общему знаменателю, либо гашением возникшего потенциала энергией противоположного знака. Например, компания начнет подшучивать над излишне скованным человеком.

Настроение и жизненный тонус напрямую связаны с энергетикой. Подавленное состояние, стресс, опустошенность, усталость и апатия свидетельствуют о нехватке энергии. Одной лишь физиологической энергии недостаточно для поддержания высокого жизненного тонуса. Человек может быть физически уставшим, но довольным и бодрым. И наоборот, сытый и неутомленный человек может чувствовать себя подавленно и вяло.

Главную роль в активной жизненной позиции человека играет именно свободная энергия. Если ничего не хочется, значит, налицо недостаток свободной энергии. При ее дефиците можно заставить себя выполнять рутинные функции, но творить и совершать активные действия будет

трудно. За любыми активными действиями человека стоит намерение. Если нет свободной энергии, тогда нет и намерения.

Физиологическая энергия расходуется на собственно выполнение действия. Нас будет интересовать главным образом первый вид, который идет на формирование намерения. Это и есть энергия намерения. Именно благодаря ей у нас появляется решимость иметь и действовать.

Стресс и релаксация

Подавленное или напряженное состояние вызывает блокировку центральных потоков. Центральные каналы сужаются, и циркуляция свободной энергии замедляется или вовсе прекращается. В таком состоянии намерение теряет источник своей энергии. В стрессовом состоянии человек не способен действовать эффективно, поскольку намерение заблокировано. Стресс может воздействовать на энергетические каналы еще и противоположным образом. Каналы могут внезапно расшириться, и тогда человек совершает невероятные действия, на которые в обычном состоянии не способен. Такие примеры известны, но это случается редко. В большинстве случаев способности и возможности человека в состоянии стресса резко снижаются.

В течение дня человек проходит через множество стрессовых ситуаций. Эти ситуации варьируются по силе своего воздействия от совсем слабых, про которые обычно сразу же забывают, до сильных, надолго выбивающих из колеи. Естественная реакция организма на стресс заключается в напряжении тех или иных групп мышц. Эти напряжения уже так глубоко вошли в наши привычки, что мы их просто не замечаем. Например, сейчас, читая эти строки, вы напрягаете отдельные мышцы лица. Но стоило вам обратить на них внимание, они тут же расслабились. Через несколько минут вы забудете о своем лице, и оно снова застынет в маске, отражающей ваше эмоциональное состояние.

Существует ложный стереотип, будто от стресса можно избавиться методом расслабления. На самом деле, расслабляясь, вы пытаетесь бороться со следствием, не устранив причину. Причиной физической напряженности является напряженность психическая. Состояние угнетения, беспокойства, раздражения, страха вызывает спазматическое напряжение мышц. Конечно, сознательное расслабление мышц даст небольшой временный эффект облегчения. Однако психическое напряжение снова вернет все обратно. *Чтобы устранить психическую напряженность, необходимо и достаточно сбросить важность.* Вы находитесь в состоянии напряжения только за счет избыточного значения, которое придаете тому, что вас задевает.

Стресс является следствием важности. Избавиться от стресса можно мгновенно — просто сбросить важность. Поддерживать важность бесполезно и вредно. Вы никогда не сможете изменить ситуацию к лучшему и действовать эффективно с грузом важности. В стрессовом состоянии достаточно проснуться и осознать, что маятник вас зацепил за важность. В чем эта важность заключается, легко определить в каждом конкретном случае. Напомните себе: сбросив важность, вы освободитесь от маятника и сможете действовать эффективно. Нужно отдавать себе отчет в том, что завышенная значимость *всегда* работает против вас.

В любой сложной ситуации достаточно вспомнить про важность и сознательно снизить значимость. Единственная сложность состоит в том, чтобы вовремя *вспомнить*. В состоянии стресса вы спите и не помните ни о каком трансерфинге. *Чтобы избавиться от стресса, необходимо проснуться и сбросить важность.*

Если вы имеете привычку обращать внимание на состояние душевного комфорта, тогда для вас не составит труда вовремя вспомнить. Всякий раз, испытывая дискомфорт, задавайте себе вопрос — почему? Где завышена значимость? Как бы это ни было для вас «важно», отказывайтесь от важности сознательно. Поступайте только в рамках очищенного намерения. Только в этом случае вы будете действовать эффективно.

Для того чтобы приобрести иммунитет к стрессу, необходимо заменить старую привычку напрягаться по любому поводу новой привычкой: по возможности находиться в состоянии релаксации. Расслабленное состояние вовсе не означает вялость и апатию. Это состояние гармоничного существования в окружающем мире, *равновесие*. Равновесие предполагает отсутствие внутренней и внешней важности: я не плохой и не хороший — мир не плохой и не хороший; я не жалкий и не значительный — мир не жалкий и не значительный и так далее.

Отсутствие или, по крайней мере, низкая важность является главным условием достижения состояния релаксации. В любых условиях повышенной важности расслабляться бесполезно. Например, едва ли удастся расслабиться на краю крыши высокого дома, если вы боитесь высоты.

Если сбросить важность невозможно, тогда, по крайней мере, не следует тратить силы на расслабление. Так вы расходуете энергию не только на контроль важной ситуации, но еще на то, чтобы сдерживаться. Не нужно этого делать — *отпустите себя и волнуйтесь на здоровье.*

Для занятий трансерфингом необходимо входить в состояние релаксации в любой обстановке и в кратчайшее время. Никаких словесных самовнушений не потребуется, потому что мышцы управляются не словами, а намерением. Большинство мышц тела можно расслабить сознательно, лишь обратив на них внимание. Обычно мы не обращаем внимания на мышцы, пока не почувствуем боль или дискомфорт. Поэтому достаточно мысленным взором пройти по всему телу и сбросить зажимы. Однако существуют группы мышц, которые отвыкли подчиняться намерению. Это связано с современным малоподвижным образом жизни. Например, мышцами спины трудно управлять сознательно, поэтому с возрастом начинает болеть спина. Как это ни банально, регулярная гимнастика, в особенности для мышц спины, совершенно необходима.

Итак, вся процедура состоит в следующем. Не спеша, но быстро пройдитесь внутренним взором по телу и сбросьте зажимы. Обратите внимание сразу на всю поверхность своего тела как на одно целое. Представьте себе, что ваша кожа — это оболочка, которая вдруг быстро нагревается изнутри. Сфокусируйте внимание на поверхности тела. Представьте себе что угодно: кожа нагревается, или по ней бегут мурашки, или энергетические разряды. Главное, чтобы вы ощутили, что у вас есть кожа. А теперь ощутите, как будто энергия переливается по всей поверхности тела, как радужные разводы на мыльном пузыре. В этот момент вы являетесь частью Вселенной и находитесь с ней в равновесии. Не нужно стараться добиться каких-то особых ощущений. Каждый человек чувствует по-своему. Не нужно стараться вообще. Сделайте это как бы между прочим, но решительно. Интегральное ощущение поверхности вашего тела с переливами энергии и есть состояние релаксации, равновесия и единения с окружающим миром. После нескольких попыток у вас это начнет получаться мгновенно, и вскоре войти в состояние релаксации будет так же легко, как скрестить руки на груди.

Энергетические вампиры

Все мы плаваем в океане энергии. Но получить эту энергию не так просто, потому что она распределяется по отношению к человеку не дифференцированно. Чтобы сознательно получить ее, человек должен намеренно расширить свои энергетические каналы и осознанно пустить туда этот поток. Например, вы пьете воду осознанно и намеренно, но не можете с таким же ясным ощущением пустить в себя энергию. Человек, в принципе, имеет возможность намеренно «подзарядиться» от Космоса, но эта способность находится в зачаточном состоянии.

Гораздо проще получить чужую, уже усвоенную энергию. Этим пользуются так называемые энергетические вампиры. Она легко усваивается, потому что имеет определенную частоту. Чтобы получить чужую энергию, достаточно настроиться на эту частоту. Точно так же колебательный контур радиоприемника улавливает не все радиоволны, а только те, на которые он настроен. Вампиры питаются уже усвоенной чужой энергией. Для этого они настраиваются на частоту ее излучения.

Вампир настраивается на частоту своей жертвы на подсознательном уровне. Внешне это может проявляться по-разному. Он вкрадчиво подходит с каким-нибудь незначительным вопросом, навязчиво заглядывает в глаза, старается прикоснуться, удержать за руку, пристаёт с разговорами, умеет подстроиться под характер и темперамент, в общем, закрадывается в душу и пытается нащупать фрейле своей жертвы. Это тип «вкрадчивого» вампира. Он, как правило, хороший психолог, общителен, но не обаятелен, а вязко навязчив, и это сразу чувствуется. Правда, он осведомлен о своей навязчивости и пытается по возможности таковым не казаться.

Другой тип вампиров относится к манипуляторам. Манипулятор, как вам известно, играет на чувстве вины человека. Такой вампир подсознательно ищет людей, потенциально расположенных отдать себя на чужой суд или попросить совета в затруднительном положении. Человек с малейшим комплексом вины также подсознательно ищет, кто бы его осудил и тут же помиловал. Поддержка и совет требуются тем, кто ставит свои убеждения под сомнение и отдает себя на чужой суд. Таким образом, вампир и донор находят друг друга и получают каждый то, в чем нуждается. Манипулятор с легкостью настраивается на частоту своей жертвы. Технология здесь очень простая: требуется лишь вскользь затронуть проблему, волнующую человека, как тот сразу же раскрывается и сам выкладывает свою энергию.

Третий тип вампира наиболее грубый и агрессивный — это «провокаатор». Такой, особо не задумываясь, сразу идет в лобовую атаку и пытается вывести свою жертву из равновесия. Как действуют провокааторы, вам хорошо известно. Здесь используются все средства, начиная с неявного издевательства и кончая грубым давлением. Главное, чтобы донор вышел из себя, а что будет его реакцией — ответная грубость, раздражение, негодование, страх, неприязнь — не важно, все сгодится.

Энергетическим вампиром человек становится бессознательно. Так же бессознательно он стремится воспользоваться чужой энергией. В течение жизни он подмечает ситуации, в которых получает удовлетворение и прилив сил, а потом неосознанно стремится повторить наработанный опыт. Донор вампира после «сеанса» чувствует себя разбито. Если после общения с человеком вы ощущаете подавленность, опустошенность, слабость или дрожь, значит, вами «воспользовались».

Однако львиную долю свободной энергии у людей забирают маятники. Как они это делают, вы уже знаете. Маятники получают энергию по каналу важности. В отличие от вампира, который действует короткое время, маятник может сосать энергию постоянно, пока человек транслирует свое излучение на частоте маятника. Мощность этого излучения пропорциональна важности.

Когда вас что-то тревожит и гнетет, ваша энергетика ослаблена. Интуитивно, на энергетическом уровне, это чувствуют окружающие люди и животные. Значит, осознанность и уверенность дали слабину. Именно вас среди прохожих на улице может обляять собака. Цыганка может пристать и выманить деньги. Энергетический вампир может получить от вас хорошую дозу энергии. Вы легко можете быть вовлечены в проблемную ситуацию.

Не нужно видеть в каждом человеке потенциального энергетического вампира. Напрягаясь по этому поводу, вы уже открываете доступ к своему биополю. Чтобы защититься от нежелательного воздействия, необходимо укреплять свою энергетическую оболочку, следить за уровнем важности и развивать в себе осознанность.

Осознанность позволит в нужный момент отдать себе отчет в том, что вас пытаются завлечь в игру или ловушку. Низкий уровень важности затруднит настройку на вашу частоту. Следует особенно обратить внимание на признаки наличия малейшего чувства вины. Если я пустой, меня не за что зацепить. Манипулятор, сделав одну-две безуспешных попытки, оставит вас в покое. Ну а прочная энергетическая оболочка будет служить надежной защитой от вторжения.

Защитная оболочка

Каждый человек окружен невидимой энергетической оболочкой. Обычный человек не способен ее почувствовать, но может представить. Ощутите всю поверхность своего тела, как это бывает, когда вы погружаетесь в горячую ванну. Я не говорю «попробуйте». Просто сделайте это. Когда вы не пробуете, а делаете, получается сразу, и тренировки не нужны. Энергия распространяется как медленная волна из центра вашего тела, выходит на поверхность и превращается в шар. Вообразите шар вокруг себя. Это ваша энергетическая оболочка. Не важно, что она реально не ощутима. Уже одним лишь воображением вы делаете первый шаг к управлению оболочкой. Со временем придет и реальное ощущение.

Люди с развитыми экстрасенсорными способностями могут видеть как саму оболочку, так и все дефекты на ней. Каждый человек изначально уже имеет экстрасенсорные способности, просто они не используются, а потому находятся в дремлющем состоянии. Разбудить их можно путем длительных тренировок либо в один момент — это лишь вопрос силы намерения. Конечно, обрести такое намерение довольно трудно. Но для наших целей будет вполне достаточно привести свою энергетику в здоровое состояние. Слабая оболочка беззащитна перед насильственным вторжением.

Здоровую энергетику можно развить и поддерживать, регулярно выполняя специальную гимнастику. Это очень просто и занимает немного времени. Встаньте прямо, как вам удобно, не напрягаясь. Делайте вдох и представляйте себе, что энергетический поток выходит из земли, входит в область промежности, движется вдоль позвоночника (примерно на указанном выше расстоянии), выходит из головы и уходит в небо. Теперь делайте выдох и представляйте, что высоко с неба спускается поток энергии, входит в голову, движется вдоль позвоночника и уходит в землю. Вам не обязательно физически ощущать эти потоки. Вполне достаточно просто вообразить себе это. Со временем ваша чувствительность будет натренирована так, что вы научитесь их ощущать.

Затем представьте, как оба потока одновременно движутся навстречу друг другу, не пересекаясь, каждый в своем русле. Сначала делайте это на вдохе и выдохе, но со временем

постарайтесь отказаться от привязки потоков к дыханию. Вы можете силой воображения (намерения) ускорять потоки, придавать им мощь. Теперь представьте, что восходящий поток выходит и разливается над головой фонтаном. Аналогично нисходящий поток выходит и также разливается в противоположном направлении, как раз под ногами. У вас сверху и снизу два фонтана. Мысленно соедините брызги обоих так, чтобы оказаться внутри энергетической сферы. Затем обратите внимание на поверхность вашего тела. Просто почувствуйте поверхность кожи, а затем растяните это ощущение в сферу, подобно тому, как воздушный шар расширяется, когда его надувают. Когда вы мысленно раздуваете поверхность кожи, сфера замкнутых энергетических фонтанов фиксируется. Все это делается без напряжения. Не нужно изо всех сил стараться что-то почувствовать.

Не беспокойтесь, что физически не ощущаете центральные потоки. Вы так к ним привыкли, что перестали их чувствовать, как и любой другой здоровый внутренний орган. Регулярно время от времени концентрируя внимание на потоках, вы вскоре почувствуете физическое ощущение. Не такое сильное, как, скажем, осязание, недостаточно реальное.

Вот это и есть энергетическая гимнастика. Замыкая потоки друг на друга в сферу, вы создаете вокруг себя защитную оболочку. Растягивая поверхностную энергию тела в шар, вы закрепляете эту оболочку в стабильном состоянии. Пользу от такой гимнастики трудно переоценить. Во-первых, оболочка защищает вас от поражения. Во-вторых, тренируя свою энергетику, вы прочищаете тонкие каналы. Пробки, препятствующие движению энергии, вылетают, а дырки в оболочке, через которые она расходуется, затягиваются. Все это происходит не сразу, постепенно. Но зато не нужно постоянно обращаться за помощью к рефлексотерапевтам и экстрасенсам. Вы сами восстанавливаете нормальную циркуляцию энергии.

Следует отметить, что энергетическая оболочка не может защитить от вампиров и маятников. Эти нахлебники качают энергию за счет настройки на вашу частоту. Когда маятник пытается зацепить жертву, та отклоняется от равновесия. В этот момент, чтобы провалить маятник, вам необходимо проснуться и сбросить важность. Мышцы расслабятся, энергетика придет в равновесие, и маятник провалится в пустоту. Ведь если вы сами не качаетесь, он не сможет забрать энергию. Осознанность необходима для того, чтобы постоянно контролировать те моменты, когда вы произвольно отклоняетесь от равновесия.

Повышение энергетики

Повышение энергетики вовсе не означает ее накопление. Это может показаться странным, потому что мы привыкли к фразам типа «мне не хватает энергии» или «я полон энергии». Накапливать можно только физиологическую энергию в виде калорий. Для этого достаточно хорошо питаться и регулярно отдыхать. Свободную энергию человеку накапливать негде. Она приходит в тело из Космоса. Если каналы достаточно широкие — энергия есть, если они узкие — нет. Поэтому высокая энергетика — это прежде всего широкие каналы.

Свободная энергия всегда присутствует в каждой точке в неограниченном количестве — бери, сколько унесешь. Необходимо научиться впускать ее в себя и ощущать себя частью Вселенной. Это не должно быть каким-то единовременным актом. Необходимо постоянно стремиться к ощущению энергетического единства с окружающим миром.

Человеку кажется, что если он накопит много энергии, он станет сильным и сможет добиться успеха. Такое накопление служит лишь подготовкой к воздействию на мир силой внутреннего намерения. Как вам уже известно, попытки изменить или победить мир силовыми методами — дело крайне трудное, неблагодарное, неэффективное и, следовательно, требующее больших затрат энергии. Человек, взаимодействуя с миром силой внутреннего намерения, слишком много о себе мнит. На самом деле он просто капля в океане.

Внешнее намерение не изменяет мир и не борется с ним. Оно просто выбирает в этом мире то, что требуется. Внешнему намерению в «магазине пространства вариантов» нет необходимости ни выторговывать товары, ни отбирать их у продавцов. Для работы внешним намерением не нужно накапливать энергию. Ее и так навалом повсюду — мы буквально купаемся в ней. Накапливать — все равно что плавать в озере и держать за щеками воду про запас. *Не старайтесь накопить энергию, а позвольте ей просто свободно проходить через вас в виде двух встречных потоков.* Можете иногда замыкать эти потоки в два противоположных фонтана. Вот и все, что требуется.

Не стремитесь превратиться в сгусток энергии, а представьте себя каплей в океане.

Признайте и ощутите, что вы едины с Вселенной, вы часть ее, и тогда вся энергия — в вашем распоряжении. Не концентрируйте энергию в себе, а слейтесь с энергией Вселенной. Расширьте свою энергетическую сферу и растворите ее в окружающем пространстве, не забывая при этом, что вы — отдельная частица. Тогда, лишь пошевелив мизинцем внешнего намерения, вы за некоторый промежуток времени сделаете то, что силой внутреннего намерения сделать невозможно никогда. Я говорю о достижении вашей цели, а не о внутреннем намерении двинуть кого-нибудь по физиономии. Сиюминутные потребности можно удовлетворить действительно только силой внутреннего намерения.

Свободная энергия будет присутствовать в достаточном количестве, если энергетические каналы не заужены. Сужение энергетических каналов происходит по двум причинам: засорение организма и постоянное воздействие стрессов. В зашлакованном организме энергия не может циркулировать свободно. В стрессовых состояниях каналы зажимаются еще сильнее. Кратковременные всплески энергетического подъема обычно сменяются длительными периодами спада. В такие периоды человек не может жить полноценной активной жизнью, а влечит размеренное существование.

Со временем энергетические каналы все больше атрофируются. Это вызвано тем, что человек с возрастом перестает развиваться, входит в размеренный ритм жизни, и работа с каналами практически прекращается. Тренировка каналов происходит тогда, когда приходится использовать намерение на максимальном уровне. Добиваясь жизненно важных целей, человек стимулирует намерение, а следовательно, и каналы. Как только основные вершины взяты, планка намерения начинает постепенно снижаться. Вот и приходит время, когда вечером (и не только) хочется только одного — расплыться в кресле перед телевизором. Энергетические каналы узкие, энергии намерения нет, жизнь не в радость, а в тягость.

К счастью, все можно легко поправить. Для этого не потребуется заставлять свое намерение брать новые вершины. *Энергетические каналы хорошо тренируются энергетической гимнастикой.* Но будет еще лучше, если ощущение центральных потоков и тонкого тела вы будете по возможности всегда носить с собой. Это состояние несет в себе ряд преимуществ. Вы находитесь в гармонии и равновесии с окружающим миром, чутко реагируете на изменения в окружении и успешно двигаетесь по течению. Вы подключены к информационному полю — неограниченному источнику для творчества. Получаете доступ к энергии Космоса. Транслируете гармоничное излучение, что создает вокруг вас оазис благополучия и успеха. Но главное — действуете на грани единства души и разума, то есть ближе к внешнему намерению. Так ваша способность управлять внешним намерением развивается, а значит, желания начинают исполняться все быстрее и легче.

Будет достаточно время от времени в течение дня включать фонтаны энергетических потоков и пытаться мысленно их усилить, но без усердия, не напрягаясь. Если при этом вы ощущаете некоторую тяжесть в голове, значит, восходящий поток по силе превосходит нисходящий. В этом случае следует сфокусировать внимание на нисходящем потоке и немного усилить его. Потоки должны быть в равновесии, так, чтобы центральная точка находилась где-то в середине тела. Из этой точки мысленно направляйте излучение на всю энергетическую сферу, при этом ощущение тонкого тела явно усиливается. Таким образом, вы должны получить комплексное ощущение восходящего и нисходящего потоков, соединенное с ощущением своего энергетического тела.

Если сконцентрировать внимание на нисходящем потоке, энергетический центр переместится вниз. И наоборот, если сосредоточиться на восходящем потоке, энергия будет накапливаться в верхней части тела. Помимо этого физический центр тяжести будет перемещаться так же, как и энергетический. Это свойство можно использовать в спорте. Если требуется устойчивость на ногах, как, например, в горных лыжах, стоит усилить нисходящий поток. А если нужно прыгать, то усилить восходящий поток. Мастерам восточных единоборств хорошо известны эти свойства энергетических потоков. Есть такие специалисты, которых практически невозможно сдвинуть с места, если они сконцентрировались на нисходящем потоке. И наоборот, если мастер сконцентрировался на восходящем потоке, он может выполнять невообразимые прыжки.

Выполняя физические упражнения, обращайтесь внимание на центральные потоки. Не следует это делать слишком старательно — усердием вы ничего не добьетесь. Просто бросайте иногда внутренний взгляд на область перед позвоночником и представляйте, как восходящий поток движется вверх, а нисходящий вниз. Если вы регулярно будете мысленно двигать центральные

потоки, постепенно разовьется свободный навык их ощущения. Может показаться, что некоторые движения никак не согласуются с визуализацией потоков. Не торопитесь, со временем вы научитесь легко соотносить любые движения с ощущением потоков.

Если вы занимаетесь силовыми упражнениями, вы можете ощутимо повысить свою энергетику, концентрируя внимание на центральных потоках. Когда делается движение с напряжением сил, внимание обращено на мышцы. Когда делается возвратное движение, при котором мышцы расслабляются, внимание переключается на центральные потоки. Момент расслабления нужно задержать на одну-две секунды и почувствовать движение потоков.

Возьмем для примера подтягивание на перекладине. В начале подъема дыхание задерживается, выполняется подъем, делается выдох, внимание сосредоточено на усилии. Затем, при возврате вниз, делается вдох, мышцы расслабляются, и внимание переключается на центральные потоки. Представляйте, как во время расслабления энергетические потоки движутся одновременно в обоих направлениях. Необходимо до конца разогнуть локти и повисеть на расслабленных руках одну-две секунды. Тогда вы явно почувствуете энергетические потоки — они словно освобождаются и начинают неторопливо двигаться. В момент расслабления не нужно их ускорять, отпустите их и дайте им возможность двигаться свободно.

Выполняя отжимание от пола, центральные потоки можно, напротив, проталкивать с силой. Разогнув локти, одновременно мысленно с силой толкайте потоки на выдохе. Вдох и выдох в упражнениях делайте в таком порядке, как вам удобней, чтобы это не вызывало дискомфорта. Но вообще в большинстве силовых упражнений на фазе усилия дыхание задерживается или делается выдох, а на фазе расслабления — вдох.

Обратив внимание на потоки, вы тем самым уже стимулируете их усиление. Чередование напряжения и релаксации стимулирует их еще больше, если правильно направлять внимание. На стадии напряжения они остановились и сжались, как пружины. Во время расслабления пружины распрямляются, и сила потоков-коэ возрастает. После напряжения накопленная и сжатая энергия освобождается и буквально с силой проталкивается через центральные каналы.

Повышение энергетики не только повысит жизненный тонус, но и сделает вас более влиятельной фигурой. Ваше излучение станет более весомым. Это пригодится, когда необходимо будет на кого-либо повлиять или в чем-то убедить. Известны также силовые методы энергетического воздействия на людей, но они идут вразрез с принципом трансерфинга, который гласит, что вы не имеете права что-либо изменять, а можете только выбирать. С окружающим миром не нужно бороться и давить на него. Это очень малоэффективный способ достижения своих целей. Как вам известно, на силовое давление мир, как правило, отвечает тем же.

Чем выше ваша энергетика, тем лучше относятся к вам люди, потому что они подсознательно чувствуют энергию и даже в какой-то мере ее потребляют. Но обычные люди не подпитываются целенаправленно, подобно маятникам. Они словно купаются в чужой энергетике, если энергия в избытке переливается через край ваших «фонтанов».

Предоставляя избыток энергии людям, вы добиваетесь их расположения. Люди так привыкли отдавать энергию маятникам, что их всегда радует источник, сам дающий энергию. К таким источникам относятся так называемые магнетические или харизматичные личности. Про них говорят: они обладают каким-то необъяснимым обаянием, магнетизмом. Это и неудивительно. Что вызывает у вас большую симпатию: лужа с застойной водой или чистый родник? Не беспокойтесь, если ваша энергия потребляется окружающими. Тот небольшой избыток энергии, который вы отдаете окружающим, будет работать только в вашу пользу.

Допустим, вам предстоит очень значимая встреча. Откажитесь от важности и включите свои центральные потоки. Пусть они бьют фонтанами. Вам потребуется гораздо меньше умных слов и убедительных доводов. Просто включите свои фонтаны. Притягивая и пропуская через себя свободную энергию, вы одариваете окружающих. На подсознательном уровне они это почувствуют и, не отдавая себе отчета, проникнутся к вам симпатией. Секрет вашего обаяния будет загадкой только для них.

Энергия намерения

Как уже говорилось, энергия входит в тело человека в виде центральных потоков, формируется мыслями и на выходе приобретает параметры, соответствующие этим мыслям. Модулированная энергия накладывается на соответствующий сектор в пространстве вариантов, что

приводит к материальной реализации варианта. Модуляция имеет место только в том случае, если душа и разум едины. В противном случае мысленная энергия подобна помехам в радиоприемнике.

Силой внутреннего намерения вы можете выполнять элементарные действия в материальном мире. Однако материальная реализация потенциальной возможности в пространстве вариантов происходит только силой внешнего намерения. Оно возникает, когда душа и разум едины в своих устремлениях. *Сила ego пропорциональна уровню энергетики.* Внешнее намерение представляет собой абсолютную решимость в сочетании с высоким энергетическим потенциалом.

Энергетика повышается тренировкой центральных потоков и очищением организма. Но в трансерфинге имеется еще один замечательный метод, который поможет расширить каналы, — *визуализация процесса.*

Для повышения энергии намерения требуется само намерение. Вы можете дать себе такую установку: мои каналы расширяются, и энергия намерения возрастает. Занимаясь гимнастикой, выполняйте визуализацию этого процесса. Как вы помните, суть визуализации процесса заключается в констатации факта: сегодня лучше, чем вчера, а завтра будет лучше, чем сегодня. Запуская энергетические фонтаны, повторяйте в мыслях утверждение, что ваша энергия намерения с каждым днем возрастает. Так само намерение будет поддерживать само себя и повышать энергетику по нарастающей.

Не забывайте, что намерение повысить биополе должно быть очищено от потенциалов желания и важности. Старание и усердие в стремлении усилить энергетические потоки даст обратный эффект закупорки. Любое старание и усердие создает избыточный потенциал, потому что вы придаете избыточно важное значение достижению цели. *Намерение — это не усердие, а сосредоточенность.* Имеет значение только сосредоточенность на процессе. Если вы выполняете упражнения с напряжением всех сил, но разум мечтает о постороннем, то напрасно тратите силы и время. Ослабьте хватку усердия и просто сосредоточьтесь на действии.

Шаг намерения

Представьте себе новорожденного обычного человека, которого поместили в общество, где люди стареют очень медленно и живут, скажем, до трехсот лет. Как вы думаете, сколько он проживет? Вот-вот, я хочу сказать, что человека с самого рождения приучают к стандартному сценарию: с возрастом здоровье ухудшается, тело дряхлеет и в конце концов умирает. Несомненно, на то есть обыкновенные физиологические причины.

Однако если рассматривать процесс старения с позиций теории трансерфинга, то это есть не что иное, как индуцированный переход. Можно даже сказать, самый длинный индуцированный переход. Происходит он неспешно, но весьма верно. Сценарий старения настолько привычен и очевиден, что никому и в голову не приходит в нем сомневаться. Попытки изменить сценарий сводились только к изобретению всевозможных эликсиров. Но даже достижения современной фармакологии и генетики не приносят ощутимых результатов.

Отсюда можно сделать вывод, что физиологические факторы составляют лишь некоторую долю в процессе старения. Какую долю здесь составляет индуцированный переход, оценить трудно. Но это не так уж и важно. Главное — осознать, как это происходит.

С самого раннего детства вы абсолютно уверены, что процесс старения неизбежен. В течение всей жизни этому находится масса подтверждений как из чужого, так и из личного опыта. Каждый юбилей сопровождается театральными пожеланиями хорошего здоровья и долгих лет жизни. Но все отлично понимают, что эти пожелания ничего не стоят и не имеют ни малейшего влияния на сценарий. Наоборот, пожелания, в переводе на язык фактов, означают, что здоровье у вас уже далеко не то, да и годы уходят. Это легкие колебания или даже, скорее, заигрывания деструктивного маятника.

Рано или поздно вы отмечаете про себя, что лет десять назад сил и энергии у вас было гораздо больше. Вам хочется поделиться с кем-нибудь этими мыслями. Собеседники тут же находятся и охотно развивают эту мысль. А уж тема болезней в светских разговорах имеет ту же популярность, что и погода. Принимая участие в подобных разговорах, вы излучаете энергию на частоте деструктивного маятника, то есть принимаете его игру.

Маятник может подбросить вам свой толчок в виде недомогания или болезни. Вас это очень беспокоит и вынуждает отметить про себя: «Я, кажется, болею». Это ваш ответ на частоте колебаний маятника, он получает энергию и толкает вас снова — болит все сильнее. Вы идете к врачу, он

подтверждает заболевание, процесс развивается все дальше. Маятник получает энергию и раскачивается все сильнее. Когда наступает кризис, маятник уже все получил, он оставляет вас в покое и наступает выздоровление, если индуцированный переход не забросил свою «жертву» на линию жизни, где вы инвалид.

Резонный вопрос: что же получается, и к врачам не ходить, и лекарства не принимать, и вообще забросить свои болезни? Нет, отказ от лечения уже развившейся болезни — это не выход из игры, а безответственная халатность. Речь о том, чтобы не позволять себя втянуть в игру.

Вы можете спросить сотрудника на работе: «Почему тебя не было?» На что он неизменно ответит: «Я болел». Обратите внимание, не *лечился*, а *болел*. На вопрос: «Что это с тобой?» будет ответ: «Я болею». Конечно, ответ на эти вопросы в форме: «Я лечился (лечусь)» будет неестественным. Это потому, что люди так привыкли играть в игру под названием Болезнь, что само излечение считается не целью, а атрибутом, побочным явлением игры.

Игра с деструктивным маятником начинается с того, что вы охотно принимаете симптомы болезни или, другими словами, хватаетесь за конец спирали индуцированного перехода. Первый толчок маятника можно провалить, если не принять симптомы всерьез, спокойно отвергнуть и забыть о них. Если не получается, можно погасить маятник, приняв элементарные профилактические меры. Если же вы все-таки заболели, не играйте в игру Болезнь, а играйте в Лечение.

Играть в Болезнь — это пассивно страдать, принимать участие в разговорах о разных болячках, охать, жаловаться, капризно требовать от окружающих сочувствия и заботы, считать плохое самочувствие своим непременным атрибутом, носиться со своим нездоровьем как с «писаной торбой», охотно искать и потреблять информацию, связанную с недугами.

Играть в Лечение — это активно действовать, интересоваться методами оздоровления, стараться вести здоровый образ жизни, относиться к болезни с юмором, акцентировать внимание на улучшении самочувствия, стремиться к здоровью, общаться с единомышленниками.

Видите, это две совершенно разные игры. В Болезни вы участвуете в роли пассивной жертвы, излучая на частоте деструктивного маятника, вас засасывает воронка индуцированного перехода. А в Лечение выступаете в качестве творца, активного создателя и хозяина, сами распоряжаетесь своей судьбой, а потому переходите на здоровые линии жизни.

Теперь, если попытаетесь играть в Лечение, спросите себя, достаточно ли искренне вы играете в эту игру. Дело в том, что можно себя обманывать, как это часто бывает. Например, всем разумом признать, что надо вести здоровый образ жизни, отказаться от вредных привычек, выполнять физические упражнения, употреблять здоровую пищу и так далее. Но на самом деле старые привычки засели глубоко, вы стараетесь выполнять правила здорового образа жизни только потому, что «так надо», а вообще-то просто лень.

Это не чистая игра, она называется «Я болею, а меня лечат». На энергетическом плане она ничем не отличается от игры в Болезнь. В этом случае вы стараетесь играть в лечение не по убеждению, а по принуждению. Намерение не чисто и не искренне, поэтому и результат будет соответственный.

Прекрасной иллюстрацией нечистой игры являются попытки представительниц прекрасного пола сбросить вес. Они мучают себя диетами, делая над собой насилие («Я болею, а меня лечат»). Они ненавидят свой вес и свою фигуру, а вы знаете, что это отличный способ излучать энергию на частоте линии жизни, где фигура и вес именно такие. Им не нравятся эти диеты, они хотят есть то, к чему привыкли. Если вы тоже сейчас играете в эту игру, оставьте это бессмысленное насилие над собой. Оно в лучшем случае даст только незначительные временные результаты. Когда вы делаете над собой насилие, подсознание боится, сопротивляется и в конце концов возьмет свое — тогда ждите, что бросите диету и растолстеете еще больше. Вывод можно сделать только один: если хотите иметь здоровье и красоту, меняйте образ жизни. Это означает бросить старые привычки и приобрести новые, но не по необходимости, а по убеждению. Необходимо иметь намерение, и оно должно быть чистым. Вы не сможете излучать энергию на частоте своих здоровых линий жизни, а значит, и перейти на них, если ведете себя по-прежнему. Все не так трудно, как может показаться. Сменить привычки — это только вопрос намерения и времени. Да и времени нужно не так уж и много. Выбор за вами.

Маятники болезней

Каждый хотя бы раз в жизни чем-нибудь болел. Болезнь создает массу неприятностей и

беспокойства для человека, порождает негативные мысли и эмоции, которые излучаются в пространство. Эта энергия является благодатной почвой для развития маятников, связанных с болезнями. Они всегда очень хорошо усваивают негативную энергию.

Маятники, порожденные болезнями, являются одними из самых могущественных. Это прежде всего сами болезни и эпидемии. В оппозиции к ним находятся всевозможные маятники медицины. Представляете, какие это мощные структуры! Клиники, санатории, институты, фабрики, аптеки, наука, образование...

Декларированная цель маятников медицины — борьба с болезнями. На деле эта борьба порождает массу негативных явлений, свойственных деструктивным маятикам, потому что их главная цель — удержать и привлечь приверженцев.

Например, официальная медицина враждебно относится ко всем нетрадиционным (то есть не принадлежащим к ней) методам лечения. Критика устаревших или неверных представлений, если она исходит от приверженцев знахарства, будет объявлена антинаучной. Любые новые методы лечения, ему принадлежащие, будут встречены крайне недружелюбно. Приверженцы нетрадиционных методов, в свою очередь, не прочь при случае кинуть камень в огород ортодоксов.

Человек, находящийся под влиянием маятников болезней или медицины, не может вернуть самочувствие своей юности — того времени, когда вопросы, связанные со здоровьем, едва ли могли волновать. Вы не придавали этому значения и просто не обращали внимания на свое здоровье, потому что оно вас не беспокоило. Соответственно, энергетическое излучение не включало в себя частоты маятников болезней.

С возрастом вы постепенно в той или иной степени попадаете под влияние маятников. Излучая энергию на их частотах, вы отдаете им энергию, попадаете в зависимость и перемещаетесь на болезненные линии жизни. Поэтому для обретения прежнего здоровья необходимо прежде всего освободиться от связей с ними. Это означает не впускать в себя информацию от маятников и не принимать участие в их играх, то есть применять метод провала. Если же вас серьезно беспокоят болезни, нужно играть в игру Лечение и заботиться о своем теле, тогда это будет метод гашения. Рассмотрим несколько примеров поведения маятников болезней.

Реклама медикаментов каждый день демонстрирует вам счастливых людей, принявших определенное лекарство и поэтому получивших здоровье. Да что там здоровье, они добиваются полного успеха во всех делах. Заманчивая приманка. Работает безотказно, поскольку, как мы с вами уже обсуждали, большинство людей живут в полусознательном состоянии. В ваш мозг закладывается программа: «Иди в аптеку, принимай лекарство и получай награду — полный порядок во всех делах». Но это еще не так страшно. В этой рекламе кроется другая, более глубокая, скрытая программа.

Задумайтесь: в рекламе, как правило, показывают вполне нормальных, привлекательных и даже преуспевающих людей. (А вы что, хуже?) Все эти люди чем-то болеют, хотя и быстро выздоравливают от принятых лекарств. (И вы такой же!) Всем нам вдалбливается в сознание и в подсознание тот факт, что мы предрасположены к болезням, уже больны или скоро заболеете. И многие принимают эти условия игры. Это и есть не декларированное, а подлинное лицо деструктивного маятника. Его задача не излечить человека от болезней, а сделать своим приверженцем, то есть внушить, что он болен и должен принимать лекарства.

Еще один любопытный метод привлечения приверженцев — прогнозы неблагоприятных погодных условий. За основу берется информация о магнитных бурях, колебаниях атмосферного давления и других неблагоприятных факторах. (Заметьте, все эти явления происходят в той или иной степени практически каждый день.) Исходя из этих данных, строится прогноз: кому, с какими болезнями сегодня или завтра придется туго. Забавно послушать раз-другой, как маятник аж захлебывается, перечисляя всевозможные болезни и неизбежные последствия для их обладателей. Но потом становится жутковато. Представляете, какая разрушительная программа закладывается в сознание и без того нездоровых людей? Послушать подобное, так можно подумать, что лучше вообще из дома не выходить или сразу ложиться в ящик. Конечно, неблагоприятные факторы влияют на самочувствие, но зачем же себя изначально настраивать на это? А ведь многие, особенно пожилые люди, прислушиваются к этим излияниям маятника и заранее составляют себе программу недомоганий и обострений, как по приговору. Подобные прогнозы представляют собой образец наглого и циничного стремления маятника подчинить людей своему влиянию.

Ну и самый классический сюжет — разговоры о здоровье со знакомыми и близкими. Как правило, разговоры ведутся не на тему укрепления здоровья, а на тему болезней и их лечения. Один с упоением описывает, как он возится со своими болячками, а второй с готовностью кричит в ответ — да, дескать, старость не радость. Участники такого общения активно излучают энергию на частоте маятников болезней. Эта энергия так же заразна, как и болезнетворные микробы. Избегайте подобного общения, иначе сами не заметите, как перейдете на частоту излучения болезни.

Идентифицировать маятник болезни очень просто — *он привлекает вас информацией о болезнях и их лечении*. Если вы решите игнорировать эту информацию, то есть пропускать мимо ушей, не принимать всерьез, маятник будет обескуражен и оставит вас в покое — это его провал. Если встретите эту информацию здоровым смехом и издевками, маятник в ужасе помчится от вас прочь — это его гашение.

Расставшись с маятниками болезней, вы получите полную свободу, но она не может длиться долго. Так уж устроен человек, что ему необходимо быть приверженцем каких-нибудь маятников. Поэтому рано или поздно вы рискуете снова попасть под их влияние. Чтобы этого не случилось, вам необходимо выйти из подвешенного состояния, примкнув к маятникам оздоровления. Они заведуют всем, что связано с укреплением тела и духа. Станьте приверженцем здорового образа жизни, и вы поймете, как это радостно и увлекательно по сравнению с унылой и тягостной борьбой с болезнями.

Совершенно очевидно, что если человек занят заботой о своем хорошем самочувствии, он излучает энергию на частоте здоровых линий и поэтому ему не до болезней. Таким образом, вы видите, что существует два совершенно противоположных образа жизни: лечение болезней и забота о здоровье. Очевидно, что по отношению к болезням первый относится к внутреннему намерению, а второй — к внешнему. Вы сами выбираете свой образ жизни.

Резюме

Физиологическая энергия расходуется на собственно выполнение действия.

Намерение формируется за счет свободной энергии.

Свободная энергия проходит через тело двумя противоположными потоками.

В стрессовом состоянии энергия намерения блокируется.

Чтобы избавиться от стресса, необходимо проснуться и сбросить важность.

Если сбросить важность невозможно, не следует тратить силы и на расслабление.

Выполняя энергетическую гимнастику, вы укрепляете защитную оболочку.

Не накапливайте энергию, а позвольте ей свободно проходить через вас.

Высокая энергетика — это широкие энергетические каналы.

Энергетические каналы хорошо тренируются энергетической гимнастикой.

Очищение организма значительно расширяет энергетические каналы.

Внутреннее намерение — болеть и лечиться.

Внешнее намерение — вести здоровый образ жизни.

Ни в коем случае не принимайте игры деструктивных маятников болезней.

Выполняя упражнения, обращайте внимание на центральные потоки.

Намерение — это не усердие, а сосредоточенность.

Глава II

ФРЕЙЛИНГ

Фрейлинг — это очень обаятельная технология человеческих отношений. Вы хотите научиться оказывать влияние на людей, чтобы добиваться успеха? Это наименее эффективный и весьма сомнительный способ. Не нужно давить на окружающий мир в стремлении добиться своих целей. Вы убедитесь, что мир сам идет к вам навстречу с распростертыми объятиями. Люди чувствуют к вам необъяснимую симпатию.

Откажитесь от намерения получить, замените его намерением дать, и вы получите то, от чего отказались.

Намерение отношений

Успех нашей жизни мы привыкли измерять, с одной стороны, уровнем достижений, а с другой — объемом накопившихся проблем. Трансерфинг помогает не бороться с проблемами и даже не столько решать их, сколько просто не встречаться с ними. Цели достигаются опять же нетривиальным способом — с помощью внешнего намерения. Любые проблемы и достижения, так

или иначе, рождаются в отношениях с людьми, будь то личные отношения или деловые.

Возникает вопрос: можно ли использовать внешнее намерение в отношениях с людьми? Трудность заключается в том, что это нечто неуловимое, его трудно подчинить воле и контролировать. Однако имеются методы, которые позволяют запустить его механизм неявно. Вы просто используете определенный прием, и внешнее намерение начинает работать само по себе, независимо от чьей-либо воли, но в вашу пользу.

Что движет людьми? Внутреннее намерение. Так используйте их намерение, вместо того чтобы использовать свое. Откажитесь от своего и позвольте внешнему намерению запустить механизм внутреннего намерения других. Для того чтобы получить желаемое от внешнего мира, внешнему намерению достаточно только пошевелить мизинцем, потому что оно само ничего не желает и не делает, а позволяет работать внутреннему, настроенному на мир. *Используйте внутреннее намерение людей для достижения своих целей.*

Несмотря на корыстный оттенок звучания этой фразы, вы не используете людей, а просто мешаете им делать то, что они хотят. Все проблемы, так или иначе, рождаются в результате возникновения противоречий между внутренними намерениями людей. Один, руководствуясь своими интересами, хочет чего-то добиться от другого. Другой, в свою очередь, думает иначе и хочет добиться своего. Как сбалансировать разницу в интересах и удовлетворить потребности обоих? Сложная задача, не правда ли? На самом же деле задача очень простая. Для ее решения требуется всего лишь определить то общее, что лежит в основе внутреннего намерения людей.

Так вот, *в основе внутреннего намерения человека лежит его чувство собственной значимости.* Единственное, что движет человеком и в то же время ограничивает его свободу в мире маятников, — это внутренняя и внешняя важность. Чувство собственной значимости относится к внутренней важности. Маятники, как энергоинформационные сущности, порождаются группами людей и начинают существовать независимо, подчиняя людей своим законам. Подчинение реализуется через посредство чувства важности. Поэтому наибольшая часть мотиваций человека лежит в области реализации собственной значимости. Оставшаяся часть относится к фрейле, то есть велениям души. Эта малая часть, как правило, слабо развита, поскольку заглушается постоянной необходимостью поддерживать свою значимость в мире маятников.

Чтобы запустить механизм внешнего намерения в отношениях с людьми, придется взломать еще один ложный стереотип. Вы можете часто слышать такой, казалось бы, правильный призыв: «Не пытайся изменить других, начни с себя». Это сразу вызывает душевный дискомфорт: значит, это я несовершенен, значит, себя надо менять, а как не хочется! И правильно, не хочется. *Не надо пытаться изменить других, но и себя менять тоже не следует.* Что бы вы ни делали с собой или другими, все это будет малоэффективной и вредоносной работой вашего внутреннего намерения. Проблема решается иначе. *Надо позволить другим реализовать свое внутреннее намерение.* Тогда заработает внешнее намерение, а ваше внутреннее реализуется само собой.

Например, женщина хочет, чтобы ее мужчина женился на ней, а он по непонятным причинам отделяется отговорками. Работая внутренним намерением, женщина устремляет все свои помыслы на то, чтобы заставить его жениться. Так она не добьется ничего, а только создаст избыточный потенциал своего желания и важности брака. В результате равновесные силы отберут у нее избранника. Может, он просто не любил? Конечно, нет. Ведь женщина превратила любовь в отношения зависимости: «Если ты меня любишь, то женишься на мне».

Чтобы заработало внешнее намерение, женщине необходимо отказаться от желания женить на себе мужчину и задаться вопросом: чего хочет мужчина в браке. Ответ на этот вопрос она найдет без труда. Он, несомненно, хочет реализовать свой набор значимостей: я любим, меня ценят, уважают, мной восхищаются и так далее. Направив свою энергию на реализацию этих значимостей, женщина не только добьется своей цели, но и получит реализацию подобных же значимостей у себя. Ну а если он не заслуживает того, чтобы его уважали и любили? Тогда вообще зачем с ним возиться? Свобода выбора есть у каждого.

Как видите, *нет надобности менять себя.* Все дело в том, что открытая форточка находится совсем в другом месте. Человек, как правило, всецело поглощен мыслями о том, что он хочет добиться от других, но не пытается определить, чего же хотят они. Переключив внимание на желания и мотивы других, вы легко получите то, в чем сами нуждаетесь. Для этого надо всегонавсего задаться вопросом: *на что направлено внутреннее намерение партнера?* Это означает

отлететь от стекла и наконец увидеть открытую форточку. Как только это сделано, остается лишь *перенаправить свое внутреннее намерение на реализацию внутреннего намерения партнера*. Таким образом, ваше внутреннее намерение будет преобразовано во внешнее.

Очень часто внутреннее намерение направлено на то, чтобы привлечь к себе внимание и преподнести себя в лучшем свете. Допустим, вы озабочены *чем-то*, что как раз не получается. Представьте себе, что отправляетесь на вечеринку. Так вот, там приглашенные сразу же переключат внимание только на вас и все время будут за вами следить. Ведь они собрались только для того, чтобы обсудить, как вы одеты, как двигаетесь, о чем говорите. Если в какой-то группе вы слышали смех, значит, смеются над вами. А сколько поймаете пренебрежительных взглядов! Сочувствую.

Вы, конечно, сообразили, что все это надо понимать наоборот. Все люди прежде всего заняты собой и отношением других людей к своей персоне. А своим отношением к другим — в последнюю очередь. Поэтому можете расслабиться, успокоиться и держаться свободно. Не пытаться держаться естественно, а просто позволить себе естественность и непринужденность.

Надо отметить, что если вы задаетесь именно *целью держаться непринужденно*, то ничего не получится. Конечно, кое-чего можно добиться с помощью слайдов. Но на это понадобится некоторое время, а вечеринка намечается уже сегодня. Непринужденности можно добиться, только устранив важность. Однако сбросить важность тоже не так-то просто. Вы не сможете вот так взять и отказаться от желания преподнести себя в наилучшем свете.

Выход из этой ситуации очень простой. Человек при общении с вами интересуется прежде всего вниманием к его собственной персоне. Можете не сомневаться в том, что люди заняты исключительно собой. *Займитесь и вы ими*. Переключите внимание с себя на людей. Активизируйте своего Смотрителя и *перестаньте играть в игру повышения своей значимости. Поиграйте в игру повышения значимости других*. Интересуйтесь ими, слушайте их, наблюдайте. Не надо заискивать, просто двигайтесь по течению. Как только вы переключите свое внимание с себя на других, избыточный потенциал собственной значимости пропадет сам собой. Вот тогда и получится вести себя непринужденно.

Для того чтобы привлечь к себе внимание, достаточно всего лишь проявить интерес к окружающим. Говорите с людьми не о том, что интересуется вас, а о том, что интересуется их и в том числе о них самих. В таком случае ваше внутреннее намерение трансформируется во внешнее. Окружающие заинтересуются таким собеседником сразу же, им просто некуда будет деваться от вашего внешнего намерения — оно всегда работает совершенно непостижимо. Бесполезно пытаться заинтересовать других своей особой — это внутреннее намерение. Интересоваться другими — внешнее. Отказавшись от внутреннего намерения и переключив внимание на других людей, вы без усилий получите от них желанный результат. Внешнее намерение сделает это за вас.

Казалось бы, каким образом может получиться так, что я интересуюсь другими людьми и тем самым вызываю их внимание к себе? Ну, буду любопытствовать, разве я сам от этого стану интересней? Дело в том, что будь вы хоть в тысячу раз притягательней, чем есть, все люди всегда заняты в первую очередь своей персоной, а уж в последнюю — остальными. Вы сами, пытаетесь привлечь к себе внимание, думаете исключительно о себе. *Когда проявляют интерес к человеку, он получает реализацию своего внутреннего намерения*. Откуда исходит эта реализация? От вас, конечно. После этого кто может теперь заинтересовать его самого? Только вы.

Люди интересуются известными личностями, звездами экрана и эстрады. Но это интерес другого рода. Если вы не звезда, вас рассматривают в качестве потенциального партнера для отношений — деловых, товарищеских или любовных. Возьмем, например, самый крайний случай увлечения звездами. Фанаты интересуются всеми деталями жизни звезды, поклоняются ей, но, как правило, им в голову не приходит рассматривать звезду как партнера для отношений. *В бытовом общении важно не то, насколько вы интересны, а то, насколько вы подходите данному человеку для отношений*. Вот это он и оценивает.

Думая о себе и находясь рядом, этот человек сознательно и бессознательно проводит оценку, насколько хорошо вы вписываетесь в сценарий отношений, при которых он будет получать удовлетворение собственной персоной. Такое удовлетворение человек получает, если подтверждается его значимость в той или иной форме: я нравлюсь, мной интересуются, я не пустое место, меня уважают, я не хуже других, меня ценят.

Теперь рассудите сами, чего вы добьетесь, если в одном случае будете навязывать человеку

себя, а в другом проявлять к нему интерес. Естественно, подойдете ему по всем параметрам, если доставите человеку удовлетворение его значимостью. Если он это получит, то закроет глаза на ваши явные недостатки и простит ваши слабости. Все это человек рассматривает в последнюю очередь. А вот вы, будучи озабоченными своими недостатками, пытаетесь их скрыть и выставить свои достоинства. Повторяю, ваши достоинства и недостатки интересуют партнера в последнюю очередь, а в первую очередь его интересует чувство собственной значимости, которое он получает от общения с вами.

Вы можете быть по всем параметрам — «супер». Но это вам не поможет в поиске друзей и партнеров. Напротив, многие звезды страдают от одиночества. Ваши превосходные параметры могут в определенной степени даже повредить в поиске партнера. Человек видит, что вы «супер», но он в первую очередь оценивает, насколько будет значителен он сам рядом с таким совершенством. Если вы блистаете перед ним во всей своей красе, он, скорее всего, решит, что его личность потускнеет в свете блеска. Махните рукой на свои параметры и обратите все свое внимание на человека, дайте ему почувствовать свою значимость рядом с вами, тогда он будет покорен.

Интересуясь людьми, делайте это искренно. Не дайте понять, что вы знаете приемы, как добиться их расположения, или имеете какую-нибудь корысть. Если претендуете на их расположение, они, по меньшей мере, достойны вашего искреннего участия.

Многие, стремясь завоевать репутацию интересного собеседника, пытаются выставить себя в наилучшем свете: вот какой я умный, вот как я много видел и испытал. Это работа внутреннего намерения. Большинство людей поступают именно так, когда хотят показаться интересными. Сделайте шаг в сторону из этого однородного строя и примите другую позицию. Поставьте себе цель не себя показать увлекательным собеседником, а *дать возможность партнеру проявить себя интересным.* Настройтесь на его частоту и внимательно слушайте, задавая вопросы и выказывая свою заинтересованность к теме и личности партнера. Вы можете общаться в течение нескольких часов так, что говорить будет в основном он. К концу беседы ваш партнер будет *абсолютно убежден*, что встретил очень интересного собеседника и вообще замечательную личность.

Так работает ваше внешнее намерение. Оно позволяет реализоваться внутреннему намерению других. *В результате вы получите то, от чего отказались.* Отказались от выставления напоказ своей личности и позволили раскрыться личности другого. Как только вы это сделали, этот другой становится вашим поклонником, потому что позволили ему реализовать его внутреннее намерение. Ни от одной звезды он не сможет получить ничего подобного.

Ну а если хотите заинтересовать человека, который не рассматривает вас в качестве партнера для общения? Например, нужно, чтобы он принял ваше деловое предложение, а он этого не хочет. Его это просто не интересует. Тогда и подавно вы сможете рассчитывать на его интерес лишь в том случае, если забудете про себя и свое дело и направите все внимание только на него. Искренне интересуйтесь всем, что интересно данному человеку, говорите с ним об этом. Только тогда он проявит интерес к вашей проблеме.

Вы можете спросить: почему я должен слушать других, интересоваться ими, уделять им внимание, любить их, уважать, в то время как они заняты только собой, а меня и слушать не хотят? Хорошо, а почему они должны интересоваться и восторгаться вами, любить и уважать? Все, что вы о себе вообразили — мол, я такой и вот какой по сравнению с ними, — есть всего лишь выдумка внутреннего намерения, облеченная в избыточный потенциал отношений зависимости и важности. Ваше внутреннее намерение состоит в том, чтобы быть значительным. *Вы действительно станете значительны в глазах других, только в том случае, если откажетесь от своего внутреннего намерения и позволите реализоваться внутреннему намерению других.* Ваше преимущество в том, что вы используете свое внешнее намерение, а они — наоборот. Используйте свое преимущество.

Вообще, когда вы хотите что-то получить от человека, можно использовать один универсальный принцип. Суть его заключается в том, чтобы отказаться от внутреннего намерения *получить* и заменить его намерением *дать*. Это делается очень просто.

Вы хотите добиться от человека признания и уважения? Не требуйте к себе уважения. Уважайте человека сами, добивайтесь того, чтобы он чувствовал себя значительным в ваших глазах. Вы нуждаетесь в сочувствии и благодарности? Не ищите их. Принимайте искреннюю заботу и участие в проблемах человека. Стремитесь добиться симпатии? Вы ее не получите за красивые глаза. Проявляйте симпатию к человеку сами, тогда будете ему симпатичны по определению. Нуждаетесь

в помощи и поддержке? Помогайте сами. Тем самым вы повысите свою значимость, а человек не захочет быть менее значительным и не останется в долгу. Наконец, вы хотите добиться взаимной любви? Откажитесь от права обладания и отношений зависимости. У вас это получится, если будете просто любить, ни на что не рассчитывая. Такая любовь встречается очень редко, и перед ней никто не устоит. Во всех этих случаях *вы непременно получите то, от чего отказались*.

Есть еще один вопрос: как побудить человека что-нибудь сделать? Внутренним намерением вы можете заставить его, если обладаете такой властью. Можно так же убедить его в необходимости это сделать. Но самый эффективный способ предлагает внешнее намерение: устроить все так, чтобы человек сам захотел помочь вам. Для этого необходимо согласовать дело с целями и устремлениями данного человека. *Задайтесь вопросом: как, связать то, чего хочу я, с тем, что нужно другому?*

Сначала определите потребности человека, к чему он стремится, чего ему не хватает: деньги, власть, уважение окружающих, удовлетворение от хорошо сделанной работы, забота о детях, престиж, положение в коллективе, известность в обществе и так далее. Все эти вещи представляют собой вариации на тему собственной значимости.

Каждый человек в конечном итоге чувствует себя плохо, если он мало что значит в этом мире. Если он ничего из себя не представляет, если от него мало что зависит, он стремится повысить собственную важность. Добиваясь какого-то результата, человек ставит перед собой новые задачи, планка собственной значимости повышается. Так всю жизнь человек проводит в погоне за внутренней важностью. Ничего плохого в этом нет. Нельзя никого осуждать за его стремление быть значительным. Каждый добивается этого по-своему, но пытаются все. Напротив, если человек остановился в своем развитии и ничего не хочет, это уже скверно. Но так бывает редко. Обычно человек хоть к чему-то да стремится, как правило, что-то его не устраивает в положении, которое он занимает в окружающем мире.

Вот и определите, каким образом сделанное дело повысит его чувство собственной *важности*. А потом *преподнесите человеку задачу в свете повышения его значимости*. Позвольте человеку повысить ее, и он сам захочет это сделать. Когда он это сделает, щедро оцените его по достоинству.

Руководствуясь этим принципом, вы легко сможете побудить других людей действовать в своих интересах. Внутренним намерением вы пытаетесь заставить или упросить их сделать это. Внешним — просто изъявляете желание: пусть все само складывается в вашу пользу. Для реализации внешнего намерения необходимо устроить так, чтобы люди, думая о своем и занимаясь своим делом, действовали в ваших интересах. Для этого необходимо всего лишь проснуться, отвлечься от своих интересов и подумать об интересах других.

Например, если вы занимаетесь торговлей, то, скорее всего, думаете о том, как бы *продать* товар данному покупателю. Он же вовсе не думает о том, чтобы угодить вам, покупая этот товар. Он не хочет, чтобы ему продавали. Он хочет *покупать*. Улавливаете разницу? Мне каждый норвит что-нибудь всучить, но я этого не хочу. Я сам хочу выбирать, что мне надо.

Не думайте, как бы вам продать товар. Думайте о том, что хочет приобрести покупатель. Стремление продать — это внутреннее намерение. Внешнее намерение направлено совсем в другую сторону — *узнать, чего хочет покупатель*. Не обязательно даже знать, какой товар он хочет приобрести. Если его беспокоит ревматизм, а вы искренне интересуетесь этим, подсказываете ему доктора или средство — он покупает товар у вас. Не потому, что этот товар лучший, а потому, что вы, продавая кирпичи, разговариваете с покупателем о его ревматизме. Это упрощенный пример, но принцип, который в нем заложен, работает безотказно.

Всякий раз, когда вам необходимо получить желаемое от другого человека или заставить его что-то сделать, отбросьте свое внутреннее намерение. Задайтесь вопросом: в чем состоит внутреннее намерение этого человека? Поступайте так, чтобы способствовать реализации его намерения. Только тогда, когда вы уже помогаете намерению человека реализоваться, подумайте вскользь о том, что вы хотите от него получить. Занимаясь реализацией его намерения, вставьте как бы между делом свою просьбу. А может статься так, что вам даже не придется заикаться о собственном деле. Все может получиться само собой. В этом заключается волшебная сила внешнего намерения.

Еще более действенным средством воздействия на людей является попытка индуцировать у них внутреннее намерение. Если разобраться, это делается довольно просто. Внутреннее намерение почти всегда мотивируется внутренней важностью. Каждый человек в той или иной степени и тем

или иным способом стремится защитить, подчеркнуть и повысить свою значимость. Если вам необходимо чего-то добиться от людей, нужно лишь придумать, каким образом они смогут тем самым повысить свою значимость. Это называется бросить вызов.

Можно бросить вызов группе людей: «А ну, кто лучше...» Или сыграть на чувстве профессиональной чести: «Не ударим в грязь лицом!» Можно просто обратиться к внутренней важности: «Покажем всем, чего мы стоим!» *Если человек принял этот вызов в контексте собственной значимости, он будет выполнять вашу волю как свою собственную.* Так будет именно потому, что вы отказались от своего внутреннего намерения и обратили внимание на внутреннее намерение другого человека. *Используйте внутреннее намерение других,, а не свое собственное.*

Течение отношений

Обычно либо вы, либо ваша фирма в конечном итоге производит то, что потребляется другими людьми. Как побудить людей *захотеть* покупать именно эту продукцию? Если вам кажется, что они будут покупать только потому, что она просто великолепна, то это заблуждение. Типичной ошибкой будет позиция внутреннего намерения: «Мы создаем шедевры, поэтому люди непременно будут их покупать».

Позиция внутреннего намерения делает тройную ошибку. Во-первых, фраза «мы создаем шедевры» подчеркивает внутреннюю важность. Вы считаете свое творение совершенным, значит, это для вас важно. А коли так, не получится оценивать его объективно. Ведь вы равнодушны к нему. Во-вторых, внутреннее намерение направлено на то, чтобы *продать* ваше творение людям. Они не захотят его покупать, потому что с их точки зрения это вовсе не шедевр, и чье-то намерение *продать* их совсем не интересует. И наконец, самая главная ошибка в том, что внутреннее намерение сосредоточено на самой продукции, а не на потребностях покупателей. Узкая направленность внутреннего намерения приведет тому, что вы создадите совершенный продукт, который окажется никому не нужным. Так очень часто случается.

Позиция внешнего намерения состоит в том, чтобы определить, чего хотят люди, чего им не хватает, в чем они нуждаются, что ими движет, что их интересует. Внешнее намерение направлено по течению вариантов. Занимаясь производством «шедевра», взятого с потолка собственным разумом, вы пытаетесь двигаться против течения. Разум всегда склонен идеализировать свои способности. Он целиком и полностью увлекается процессом творения, не видя ничего вокруг. Разум норовит все подчинить своему контролю. Но покупательский спрос с трудом подчиняется управлению и всегда движется по течению в своем русле. Чтобы как-то направлять течение спроса, требуются большие средства на рекламу, но и это не всегда срабатывает.

Разум не в состоянии предсказать тенденции спроса. Да и не нужно. Все, что вам нужно, — это идти в ногу с течением и подмечать малейшие изменения в его направлении. Нет необходимости изобретать предмет спроса. Почти все изобретения, которые опережают свое время, не находят применения. Это не значит, что не следует вообще создавать принципиально новое. Речь о том, что *если вы рассчитываете получить доход от сотворенного вами шедевра, который опережает течение вариантов, тогда ваша ставка будет, скорее всего, проиграна.* Конечно, если находка действительно гениальна, она может взорвать рынок. Но такое бывает редко.

Гарантированный успех ожидает только предприятие, направленное на удовлетворение текущего спроса. Вот теперь вернемся снова к поставленному вопросу: как побудить людей *захотеть* покупать вашу продукцию? Ответ будет такой: *никак.* Сделать это если не невозможно, то очень трудно. Внутренним намерением вы будете стремиться навязать свой товар. *Внешнее намерение, двигаясь по течению, стремится определить, чего люди хотят и чем они пресытились. Спрос определяется течением вариантов.* Течение вариантов уже содержит в себе все ответы, и только оно может дать гарантию успеха.

Недаром многие фундаментальные открытия или изобретения делаются почти одновременно и независимо несколькими людьми. В этом проявляется феномен движения материальной реализации в пространстве вариантов. То, что должно произойти, случается в свое время. Леонардо да Винчи предвосхитил многие изобретения, которые только сейчас воплотились в материальной реализации.

Казалось бы, все это и так очевидно. Однако разум постоянно забывается и стремится вырваться из потока и подчинить течение своему контролю. Я уже говорил, что *течение вариантов — это роскошный подарок для разума.* Нужно постоянно об этом помнить и пользоваться такой

удачей. Тогда множество проблем и препятствий пройдут стороной.

Значительная часть проблем в отношениях людей является следствием борьбы разума с течением вариантов. *Критика — это одно из проявлений такой борьбы.* Критика является прямым порождением внутреннего намерения. Поощрение и ставка на положительные качества человека относятся к внешнему намерению. Критиковать человека — это то же самое, что бороться с окружающим миром. Никаких дивидендов это не принесет, если не считать дивидендом стремление излить свою желчь и досадить противнику. Поощрение, напротив, является движущей силой по отношению к людям. Обвиняя и критикуя человека, вы пытаетесь воздействовать на него своим внутренним намерением. Подчеркивая его достоинства (несмотря ни на что), вы ничего не теряете, но позволяете ситуации развиваться в собственную пользу.

Не обвиняйте других ни в чем. Многие люди склонны укорять себя сами и носить в себе чувство вины. Но *никто* не расположен терпеть упреки в свой адрес со стороны других. Человек, осуждая себя, может дойти даже до садомазохизма. Однако обвинения со стороны других всегда воспринимаются болезненно.

Человек будет испытывать обиду в любом случае, даже если он неправ и обвинение справедливо. Ну а вам-то какой от этого прок? Вылить свою желчь? Но ведь вы тем самым создаете избыточный потенциал и сами же от этого пострадаете. Если главная цель — убедить человека в его неправоте, вы этого опять же не добьетесь. Выслушивая ваши обвинения, он едва ли целиком признает, что не прав, даже если на словах согласится. Пытаясь обвинением самоутвердиться за чужой счет или установить власть, вы можете добиться результатов. Но в таком случае станете манипулятором.

Если перед вами не стоит ни одна из этих целей, откажитесь от критики и обвинений. Осуждая и критикуя людей, вы лупите руками по воде и пытаетесь плыть против течения. Махните рукой на чужие недостатки и думайте только о достоинствах. Это есть движение по течению, и оно принесет неоценимую выгоду.

Если ваш Смотритель не спит, он всегда поможет найти объяснение, почему человек, которого вы собираетесь осудить, поступает именно так. Смотритель, являясь вашим внутренним наблюдателем, не позволит с головой уйти в игру и затеять спор или ссору. Посмотрите на игру со стороны как зритель, *вспомните*, что критика не принесет ничего, кроме вреда, и двигайтесь по течению.

Обвинения и критика не могут играть позитивную роль, поскольку выбивают человека из колеи, из течения, по которому он двигался. Течение вело его к определенной цели. Ведь все люди руководствуются своими побуждениями и устремлениями. Поощряя человека (несмотря ни на что), вы направляете его в выгодное для себя русло, не сбивая с течения и не противореча его устремлениям. Таким образом, ваши и его желания становятся параллельными. Ничьи права не ущемляются, ничье самолюбие не страдает, а интересы становятся общими.

А вам нравится критика в свой адрес? Вы либо не терпите эту критику, либо пытаетесь себя убедить в том, что она справедлива. И в том и в другом случае вы не принимаете критику, если, конечно, не развили в себе комплекс вины. Критика может подстегнуть, заставить действовать «так, как надо». Однако заставить можно только разум. Душу заставить невозможно. Она всегда либо делает то, что хочет, либо мешает разуму делать то, что положено. *Критика делает душу врагом разума, а поощрение — союзником.*

Таким образом, поощрение является созидающей силой, а критика разрушающей, деструктивной. Именно поэтому кадры для менеджмента предприятий набираются так, чтобы будущие руководители ориентировались не на критику плохой работы, что умеет делать любой головотяп, а были способны организовать атмосферу энтузиазма, при которой люди сами хотят работать хорошо. А когда так получается? Когда люди, делая общее дело, чувствуют свою личную значимость.

Если хотите нажить себе врагов, спорьте и доказывайте свою правоту во что бы то ни стало. В главе «Течение вариантов» мы уже обсуждали, насколько бессмысленно и вредно стремление доказать свою правоту любой ценой. Если спор имеет для вас принципиальное значение, когда ваши интересы действительно не позволяют уступить свою позицию, — спорьте. В остальных случаях предоставьте право колотить руками по воде другим.

Никаких дивидендов собственный выигрыш в полемике вам не принесет. А вот врага вполне

можете заиметь. Если человек с уверенностью городит чушь, и вы даете ему это понять, он никогда с подобным не согласится. Или, точнее, будь у него склонность к самобичеванию и обостренное чувство вины, он может согласиться. Но нужна ли победа над таким человеком? Если ваши интересы никак не пострадают, позвольте другим утверждать то, с чем не согласны. Таким образом вы не создаете избыточных потенциалов и не боретесь с течением.

Спорящие люди обычно с головой погружены в игру. Они спят беспробудным сном. *Чтобы не дать себя вовлечь в игру, необходимо проснуться и активизировать внутреннего Смотрителя.* Если в полемике участвует несколько человек, спуститесь в зрительный зал и наблюдайте за игрой оттуда. Возьмите себе роль рассудительного зрителя — и получите огромное преимущество. В то время как каждый участник пытается реализовать свое внутреннее намерение, доказывая свою точку зрения, вам придет в голову решение, которое не видит никто из спорщиков. Только не надо это решение всем навязывать. Главное — предложить, а копыя пусть ломают другие.

Если вы победили в споре, считайте, что потерпели поражение. Даже если оппоненты формально признали вашу правоту, будьте уверены, в мыслях они найдут массу неформальных доводов в свою пользу. В любом случае проигравший в споре получает удар по своей значимости. А кто наносит этот удар? Тот, кто сумел настоять на своей точке зрения.

Ведь вам бы не хотелось ударить этого человека по лицу? Точно так же *вы должны не хотеть нанести удар по чувству собственной значимости другого.* Люди очень часто наносят такую обиду друг другу. Эта обида носит всегда скрытый характер, потому что переносится молча. Люди не любят открыто демонстрировать свое стремление утвердить значимость. Подразумевается, что значимость уже и так имеется, поэтому никто не желает показывать, что борется за свою значимость, хотя все делают это на каждом шагу.

Если человек получил удар по своей значимости и промолчал, не думайте, что он несколько не задет или смирился с ударом. Обида будет жить — не в сознании, так в подсознании. Вы победили в споре, и вам кажется, что тем самым повысили свою значимость. Но вы это сделали за счет понижения значимости оппонента. Сами понимаете, скрытая обида, которая всегда при этом возникает, не несет ничего хорошего. К тому же побежденный оппонент ни за что не признает эту вашу значимость.

Есть один великолепный способ настроить человека против себя — дать ему понять, насколько вы хороши по сравнению с ним. Не сотвори себе кумира и не сотвори себе врага — вот главный лозунг отношений по течению. *Избегайте, как чумы, попыток задеть чувство значимости людей.* Пусть это станет своеобразным табу. Тем самым вы избавите себя от массы проблем и неприятностей, причины которых не будут понятны из-за скрытой природы удара по чужой значимости.

Чем занимается спорящий с вами человек? Защитой собственной значимости в той или иной форме. Пойдите ему навстречу. Согласитесь с тем, что он говорит. А согласившись, вы дадите ему то, чего он добивался. Теперь можете спокойно поговорить о вашей точке зрения. Не навязывать, не доказывать, а просто поговорить. В этом случае вы не только двигаетесь по течению, но и используете внешнее намерение. В итоге получите непревзойденный результат. Такого результата вы не добьетесь никакими прочими интеллектуальными ухищрениями.

В самом начале беседы с человеком необходимо настроиться так, чтобы вы оба смотрели в одну сторону. Если первое, что ответит человек на вашу фразу, будет слово «нет», считайте, что дальше уговаривать его бесполезно. Он повернулся в другую сторону, и двигаться по течению вместе с партнером он не будет. Важно с самого начала сделать так, чтобы человек сказал «да». Никогда не начинайте беседу с острых углов. Начните с чего угодно, только бы собеседник с вами согласился. После этого можно плавно переводить разговор на спорные вопросы. Теперь появилось гораздо больше шансов, потому что вы по инерции двигаетесь по течению в одном направлении, и излучение ваших мыслей не входит в диссонанс с излучением мыслей партнера.

Если вы где-то допустили промах и ожидаете справедливого обвинения, не готовьтесь к обороне. Просто *признайте свою ошибку упреждающе.* Тот, кто собирается обрушить на вас гнев правосудия, скорее всего, сразу примет великодушную и снисходительную позицию. В таком случае нельзя сказать, что лучшая защита — это нападение. Получается, вы заранее согласились с линией оппонента и тем самым дали зеленый свет его внутреннему намерению. Своим упреждающим повинованием вы реализуете его внутреннее намерение поставить вас на место и заодно повысить

свою значимость. Но поскольку делаете это не вынужденно, а по своей воле, ваша значимость от этого никак не страдает. Таким образом вы убиваете двух зайцев: повышаете значимость оппонента, за что он будет благодарен, и не роняете свою.

Защищая свои ошибки, вы гребете против течения и отдаете энергию маятникам. Желание во что бы то ни стало оправдаться вызвано повышенным уровнем внутренней важности. Сбросьте с себя этот непосильный груз, подарите себе право на ошибки и позвольте себе их делать. *Не защищайте свои ошибки, а сознательно признавайте их.* Вам сразу станет жить значительно легче.

Я уже говорил, что замечания людей, которые вас раздражают, могут быть весьма полезны. Предложения других, которые вы по первому побуждению расположены встретить в штыки, в конечном итоге оказываются не лишены смысла. Вас задевают замечания и предложения окружающих, если вы сами в чем-то зависили уровень внутренней важности. Отбросьте важность, перестаньте сопротивляться течению и признайте чужую правоту или хотя бы примите ее к сведению.

Скажите этому человеку, что он действительно был прав, когда говорил то-то. Увидите результат. Можно было бы и не говорить ему, но все-таки сделайте это. Ведь вы ничего не теряете. Каждый ошибается — и дурак, и умный. Но в отличие от первого умный признает свои ошибки. Так вот, признав вслух, что человек был тогда прав, вы сразу добьетесь его расположения.

Люди живут в агрессивном мире маятников, где нужно ежеминутно отстаивать свои позиции и защищаться. А тут вы сами предлагаете человеку сделать это за него. На данный момент проблема защиты своих позиций по отношению к вам у этого человека решена. Он сразу же испытывает облегчение. Он вам благодарен за то, что помогли ему в схватке. Вы для него уже не потенциальный противник, а союзник. Вся эта ситуация мгновенно прокручивается в голове вашего партнера на подсознательном уровне. Вы мыслите точно так же, когда спите наяву. Но если практикуете осознанность, вам будет нетрудно и даже интересно взять на себя роль *свидетеля чужой правоты.*

Когда кто-то оказался прав, другие промолчат, а вы вслух признайте правоту этого человека. Если для него данный момент имеет принципиальное значение, он будет вашим должником. В любом случае он будет благодарен, причем по большей части неосознанно.

Представьте себе, в каких джунглях живут люди. Им требуется постоянно быть начеку, рассматривать всех в качестве потенциальных противников, даже если отношения внешне выглядят дружелюбными. Каждый заботится о себе и находится в постоянной готовности к обороне. Это вовсе не преувеличение, просто мы все давно привыкли к такому положению вещей.

В такой среде вы станете настоящей находкой для людей, уставших от борьбы. Представляете, сколько союзников можно было бы приобрести?! А требуется для этого всего ничего: сбросить свою важность и не полениться признать чужую правоту. Вы действуете осознанно, и в этом ваше преимущество. А люди спят, и они вам спасибо не скажут. Но если бы они могли проснуться и осознанно выразить свое отношение, то вы бы услышали: «Да этот человек довольно-таки не глуп. Этот человек мне симпатичен. Я чувствую к нему расположение».

Вслух вам это никто не скажет и даже про себя не скажет тоже. Однако если выразить подсознательное ощущение, то оно будет звучать именно так. Люди, озабоченные и отягощенные важностью, кроме нее, как правило, ничего не замечают. У вас есть огромное преимущество: осознанность, отсутствие важности и внимание к людям. Используйте это преимущество, и вы увидите золото там, где другие видят только камни.

Настройка на фрейле

Люди, общаясь между собой, подстраиваются друг под друга в той или иной степени. Учитывается характер, темперамент, уровень интеллекта, манеры и так далее. Если настройка не получается, взаимопонимания достичь не удастся и общение сводится к сотрясению воздуха словами. Не настроившись на частоту партнера, вы не добьетесь взаимопонимания.

Термин «настройка на частоту партнера» носит чисто условный характер. Вы, конечно, понимаете, что я пользуюсь такой упрощенной моделью для удобства. Как именно происходит настройка на физическом уровне, для нас в принципе не важно. Суть в том, что каждый человек имеет характерный индивидуальный набор параметров личности — фрейле.

Устанавливая тесный контакт с человеком, вы занимаетесь *фрейлингом* — настройкой на его параметры. Успех общения напрямую зависит от того, насколько удачно вы сумели уловить сущность фрейле партнера. Это не так сложно, как может показаться. Главным условием успешной

настройки является внимание к собеседнику. Без внимания вообще ни о какой настройке речи быть не может. Это считается само собой разумеющимся, однако, как правило, в любой беседе человек озабочен исключительно своими мыслями.

Один крупный бизнесмен однажды сказал: «Все хотят мне что-то предложить, но никто меня не спросит, в чем я нуждаюсь». Люди, стремящиеся что-то получить от других, думают о своих проблемах и о том, как можно их решить с помощью других людей. Это чисто внутреннее намерение. Напротив, думая о том, чего хотят люди, вы запускаете механизм внешнего намерения.

Как связать то, чего хотите вы, с тем, чего хочет другой? Для этого необходимо прежде всего осознанно сфокусировать свое внимание на его интересах. *Переведите внутренний взор с себя на собеседника.* Человек будет заинтересован встречным вопросом только в контексте его собственных проблем и устремлений. Ваши мысли сосредоточены на том, что хотите получить вы. Но других это абсолютно не интересует. Разве для вас имеет значение, чего хотят другие? Вот так же и они думают о своих заботах, а чужие желания их не волнуют. Поэтому *единственный способ найти общий язык и понимание состоит в том, чтобы вести беседу с человеком в контексте его собственных интересов.* О своей проблеме вы уже подумали предостаточно. Теперь переключите свое внимание на интересы партнера. Заложите в основу общения контекст намерения партнера, а собственную проблему пристройте сверху.

Например, вы хотите уйти в отпуск в августе. Это необходимо, вы думаете о своих интересах. А о чем думает шеф? О вашей работе, но никак не о вашем отпуске. Есть два варианта решения этой задачи. Первый: вы приходите к нему и начинаете стенать о своих проблемах и желаниях. Второй: говорите, что в сентябре ожидается дополнительный объем работы, поэтому хотелось бы получить отпуск в августе и в сентябре все успеть. По-вашему, какой вариант сработает? Может быть, шеф сказал бы, что можно уйти в отпуск и в октябре, но, вероятнее всего, он согласится с вами, потому что слышит речь на своей частоте. Говоря с человеком в контексте его интересов, вы настраиваетесь на частоту излучения его мыслей.

Если ослик никак не слушается и не хочет идти туда, куда надо вам, значит, седок думает о своем, а он о своем. Ослик думает о морковке. Покажите ему морковку, и он пойдет, куда вам надо. Получается, что вы размещаете свое намерение в контексте намерения ослика. Что он будет иметь, исполняя чужое желание? Задавайтесь этим вопросом всякий раз, когда требуется, чтобы человек сделал то, что вам надо. Если нашли ответ на этот вопрос, у вас все получится.

Чтобы настроиться на частоту собеседника, нужно, прежде всего, внимательно слушать то, что он хочет сообщить. Если, конечно, вы сами не хотите навязать свою тему и точку зрения. В большой компании все пытаются что-то сказать, но это не имеет никакого значения, поскольку никто никого не слушает. Конечно, люди могут делать вид, что слушают. Но девяносто процентов их внимания занято своими мыслями. Для того чтобы зарекомендовать себя интересным собеседником, вам не надо блистать остроумием и эрудицией, а достаточно всего лишь внимательно слушать партнера.

Если вы безразличны человеку, но надо вызвать его интерес, участие, *говорите с ним о том, что интересует его.* Забудьте на время о том, что интересует вас. Это совсем другая частота. Перестройтесь на частоту партнера. Поставьте себя на его место. Сделав это, вы поймете, что движет человеком, узнаете причину, по которой он действует именно так, поймете его точку зрения. Когда настроитесь на его частоту, сможете плавно перейти к интересующим вас вопросам.

Первый и самый простой ключ к частоте человека — это его имя. Нельзя игнорировать тот факт, что с самого рождения человек воспринимал обращение к себе по имени. Употребляйте в беседе его имя почаще, и это возымеет свое действие. Обращение по имени служит своего рода паролем, который сообщает, что вы идете с дружескими намерениями и признаете значимость человека.

Каждый человек постоянно в той или иной степени поддерживает защитное поле, оберегающее его значимость. Вы не сможете настроиться на частоту партнера, если он окружен защитной стеной официальности или недоверия. Это препятствие иногда можно устранить с помощью обезоруживающей непосредственности. Если вы сами показываете, что не держите защитное поле своей значимости и не намерены нападать, партнер тоже опускает свой защитный экран. Но наиболее эффективным способом устранения любой разделяющей стены является *проявление вашей неподдельной симпатии к человеку.*

Почему мы любим своих домашних питомцев? Потому что они всегда искренно дают нам понять, что рады нас видеть. Они виляют хвостом, мурлычут, прыгают, верещат, всячески выражают свой восторг. Есть и другие менее общительные живые существа, например аквариумные рыбки. Но подобные существа не внушают любви — они как растения или часть интерьера. Те, кого мы любим, словно говорят нам: «Мне от тебя ничего не нужно, я просто очень рад тебя видеть». Это одна из главных причин того, почему мы любим своих питомцев.

В общении с людьми, если вы хотите внушать симпатию, *давайте понять людям, что рады их видеть*. Не обязательно выражать собачий восторг. Достаточно улыбнуться, поздороваться с энтузиазмом, назвать по имени, внимательно выслушать. А если вы ведете себя, как аквариумная рыбка, то и отношение будет соответствующее.

Механизм здесь очень простой. На подсознательном уровне ваш партнер будет думать так: «Я встретил человека, который рад меня видеть. Значит, я не пустое место, я кое-что значу в этом мире. Данный человек несет в себе подтверждение этого. Какой приятный и симпатичный человек!»

Внимание и участие должно быть искренним. *Нет ничего более пошлого, чем участие, возведенное в ранг этикета*. Люди натягивают на себя улыбку как атрибут. Это уже не улыбка, а что-то вроде галстука. По привычке спрашивают друг друга: «Как дела?» — и ждут стандартного ответа. Ответ, отклоняющийся от ожидаемого, воспринимается как аномалия. Никого не волнуют чужие проблемы. Тогда зачем задавать такой вопрос?

При общении с человеком вы можете входить с ним в резонанс, излучая энергию на его характерной частоте. У каждого человека есть резонансная частота — его «конек». Это то, чем он особо увлекается, интересуется, гордится. Его конек является струной, звенящей на резонансной частоте. Если вам удалось определить, в чем состоит его пассив, беседуйте с ним об этом. Пусть он выговорится с вашей помощью. Это наиболее эффективный способ налаживания контакта. Ухватив эту ниточку, вы легко сможете расположить человека к себе.

Вы можете легко завоевать расположение человека, если попросите его помочь вам выйти из какого-нибудь затруднения или сделать необременительное одолжение. Попросив партнера об одолжении, вы отказываетесь от своей значимости, а его повышаете. Он чувствует себя значительнее, если дать ему понять, что нуждаетесь в его помощи, и предоставляете возможность проявить себя, подчеркнуть свою важность.

Этот человек, оказав требуемую услугу, будет рядом с вами чувствовать необходимость в себе, и поэтому вы наверняка завоюете его расположение. Чувство собственной значимости очень дорого стоит. Тот, кому вы дадите ее почувствовать, не забудет такой щедрости до конца жизни. Согласитесь, ведь вы сами до сих пор с благодарностью вспоминаете тех, кто оценил ваши достоинства.

Вам может показаться, что я преувеличиваю чувство значимости человека. В самом деле, со стороны фрейлинг выглядит так, как будто каждый человек ведет себя словно важная птица. Тем не менее значимость действительно играет решающую роль в поведении и мотивации людей. Как вы считаете, какое действие со стороны других может задеть человека больше всего? Когда его будут игнорировать, оскорблять, избивать, наносить увечья? Нет, самое тяжкое повреждение человек получит в том случае, если его *унизят*.

После собственно жизни нет ничего важнее для человека, чем значимость. Самая сильная жажда после жажды физической — это жажда власти. Конечно, это наивысшая и последняя степень борьбы за значимость. Далеко не у всех людей борьба за свою значимость перерастает в такую форму. Но согласитесь, если у человека есть абсолютно все, ему остается только добиваться власти. Ничто не будоражит так сильно, как власть. Отсюда вы можете сами делать вывод, какую роль играет чувство собственной значимости в поведении и мотивации человека.

Любая критика наносит удар по значимости человека. Это своего рода антифрейлинг. *Никогда не говорите людям прямо, что они не правы*. Даже если вы уверены в своей правоте, всегда более выгодно сохранять нейтралитет. Тогда вы не нанесете удар по значимости человека, а себя оградите от действия равновесных сил.

Еще человеку можно нанести довольно чувствительное повреждение, если задеть его негативный слайд. Слайд держится на пленке важности, поэтому, задев слайд, вы задеваете за живое. Негативный слайд — это когда человеку что-то в себе не нравится. Как вы знаете, человек с негативным слайдом стремится скрыть его от себя самого и спроецировать на других. Но

попробуйте выдвинуть встречное обвинение, то есть отдать проекцию обратно, и вы увидите, какая последует бурная реакция. Человек ни за что не признает чужую правоту и станет вашим злейшим врагом. Так что лучше даже не касаться чужих негативных слайдов. И уж тем более не пытаться объяснить человеку, что у него в голове находится слайд.

Наиболее точной настройкой на фрейле человека является, конечно, влюбленность. Как и почему это происходит, объяснить очень трудно, если вообще возможно. На эту тему уже сказано так много всего. Для того чтобы добиться взаимной любви, нужно отказаться от права обладания и просто любить, ни на что не рассчитывая. Сохранить любовь можно, если не превращать ее в отношения зависимости. А вот чтобы влюбиться, вы не сможете сделать ничего. Вот и все, что я могу добавить.

Таким образом, я обрисовал в общих чертах основные принципы фрейлинга. Как вы могли заметить, разграничение отношений по намерению и по течению носит чисто условный характер. Общение по течению можно рассматривать с точки зрения общения по намерению — и наоборот. Но в конечном итоге все это и есть фрейлинг. Вы настраиваетесь на частоту партнера, потому что поворачиваетесь с ним в одну сторону, действуете в его интересах и общем с ним направлении. В результате вы получаете от человека то, чего не могли добиться обычными методами внутреннего намерения.

Энергия отношений

Я уже упоминал о благотворной визуализации. Напомню, что суть ее заключается в следующем. Допустим, кто-нибудь создает проблему, досаждают, нападают. Или, наоборот, вам необходимо что-то получить от человека. В таком случае нужно попытаться приблизительно определить, чем он озабочен, что его гложет, чего ему может не хватать: здоровья, уверенности, душевного комфорта? Можете не сомневаться, каждого что-нибудь да гнетет, хоть в небольшой степени, особенно если он создает вам проблему или, наоборот, вы ему создаете. Теперь вообразите какую-нибудь ситуацию, когда этот человек получает то, в чем нуждается.

Например, представьте его занимающимся любимым делом, когда он испытывает удовольствие, удовлетворение, спокойствие, комфорт. Не нужно особо задумываться над благотворным сценарием, визуализируйте сразу любую картину, которая придет вам в голову. Допустим, он сидит в кресле у камина с кружкой пива, с наслаждением купается в море, гуляет в цветочной долине, катается на велосипеде, прыгает от радости. Если удастся ему «угодить», человек без видимой причины проникнется к вам симпатией и сделает то, что просите, или смягчит проблемную ситуацию.

Что здесь происходит? Примерно то же самое, что во время просмотра хорошего фильма. Под хорошим фильмом я понимаю кино, которое несет в себе ощущение праздника жизни. Вы смотрите его, и вам становится как-то легко, приятно, празднично на душе. Так вот, кино создает праздник души на ментальном и эмоциональном уровнях. А благотворная визуализация создает этот праздник на уровне энергетическом. Если вам удалось удачно настроиться на фрейле человека и угадать его потребности, он ощутит волну комфорта.

Разница между ментальным и энергетическим праздником в следующем: получая энергетический деликатес, одариваемый ощущает комфорт, но не отдает себе отчета, что явилось его причиной. Но это уже и не важно. Главное, человек чувствует себя комфортно именно рядом с вами. Отсюда и берется его расположение. Следует отметить, что благотворную визуализацию необходимо выполнять искренне, соединяя устремления души и разума. Если вам удастся искренне пожелать человеку добра, тогда эффект будет весьма ощутимый.

Как вы знаете, именно избыток свободной энергии делает человека обаятельной, магнетической, сильной, харизматичной личностью. Люди, зачастую неосознанно, чувствуют сильную энергетику личности. В зависимости от мягкости или жесткости излучения энергетическая личность воспринимается как обаятельная или сильная. В любом случае *сила излучения пропорциональна величине свободной энергии и степени единства души и разума*. Избыток свободной энергии выливается фонтаном на окружающих, и они это чувствуют. Свободная энергия модулируется мыслями человека. Чем ближе устремления души и разума, тем чище модуляция. Недаром все сильные личности производят впечатление внутренней полноты и целостности.

Вообще, как я уже говорил, *обаяние — это взаимная любовь души и разума*. Когда душа освобождается из футляра, личность обретает притягательную силу. Привлекательность состоит не в

собственно силе, а в единстве души и разума. Это как раз то, чего не хватает людям, поэтому они тянутся к такой личности, словно мотыльки к свету. На энергетическом плане обаяние проявляется как чистое излучение единства души и разума. Если при этом сила энергетических фонтанов достаточно велика, личность буквально светится неповторимым обаянием. Обаятельная личность живет в согласии души и разума, то есть в соответствии со своим кредо. Она находится в состоянии праздника души, наслаждается жизнью и купается в своей любви без привкуса самовлюбленности. Вот это ощущение праздника и чувствуют окружающие.

Таких людей очень немного, но вы можете войти в их число. Для этого необходимо повернуться к своей душе, полюбить себя и выйти на путь к своей цели. При этом изменятся не только личные качества, но даже тело станет привлекательным, лицо симпатичным, а улыбка обворожительной. На целевой линии внешний вид, то есть декорация сектора, будет отвечать параметрам излучения, при котором вы довольны собой. Это не настолько невероятно, как может показаться. Если не верите, посмотрите на свои фотографии, которые были сделаны в период, когда у вас была черная полоса в жизни.

Тренируя свои энергетические каналы и повышая свою энергетику, вы развиваете у себя неординарные способности влиять на людей и вызывать их расположение. Вообще, чтобы стать душой общества, необходимо и достаточно отказаться от важности и включить свои энергетические фонтаны. Личность с избытком свободной энергии всегда вызывает интерес и расположение окружающих. Особенно эффективно это проявляется в случае, если частота свободной энергии настроена в резонанс с частотой мыслей окружающих.

Допустим, вы, находясь в коллективе или компании, обсуждаете вместе общую тему. У собеседников частота мысленного излучения настроена примерно на один и тот же объект, и все как бы качаются в унисон. Включайте свои фонтаны, пусть они затопят окружающих вашей энергией. Ощутите свою энергетическую оболочку и почувствуйте, как она расширяется и захватывает всех участников. Тогда ваши замечания будут иметь значительно больший вес. Окружающие почувствуют силу именно ваших мыслей.

Общаясь с партнером один на один, вы можете в мыслях запустить для него благотворную визуализацию. Если при этом работают энергетические фонтаны, вы произведете на него самое благоприятное впечатление. Такой прием дает большое преимущество в ситуациях, когда требуется ваше личное обаяние и сила. Вы будете иметь успех в деловых переговорах, на экзаменах, собеседованиях, в личных отношениях.

Благотворная визуализация настраивает вас на частоту собеседника наиболее эффективным и толерантным способом. Энергетические вампиры настраиваются на фрейле, задевая болезненные струны или залезая в душу. Но в отличие от них вы не «лапаете» фрейле и не забираете энергию, а наоборот, одариваете человека. Он это непременно оценит и будет вам благодарен.

Индюльгенция

Если вам известны свои недостатки, которые могут помешать достичь цели, и вы считаете, что не обладаете какими-то необходимыми знаниями и навыками — смиритесь с этим. Примите себя таким, какой вы есть. *Позвольте себе роскошь иметь недостатки и не обладать необходимыми достоинствами.* Это очень поможет и принесет облегчение и спокойствие. Если вы боретесь со своими недостатками и пытаетесь скрыть отсутствие необходимых качеств, они обязательно дадут о себе знать во время решающего испытания.

Неприятие обязательно даст о себе знать в виде преград. Вы сами создадите себе препятствия. Во-первых, чувство вины и неполноценности создает избыточный потенциал. Равновесные силы еще больше усугубят ситуацию. Во-вторых, внешнее намерение непременно реализует эти опасения. То, что вы пытаетесь заблокировать, безусловно, будет включено в сценарий. Например, вам обязательно зададут вопрос, которого боитесь. Или попросят продемонстрировать то, чего не умеете. Но главное, в решающий момент на вас нападет скованность или оцепенение.

На что расходуется ваша свободная энергия? На поддержание избыточного потенциала важности, на борьбу с равновесными силами и на управление ситуацией, которая стремительно уходит из-под контроля. Чем большее значение вы придаете своим недостаткам, тем неистовее сопротивление равновесных сил. Чем крепче сжимаете хватку контроля, тем сильнее давление течения вариантов, которое вовсе не собирается останавливаться. В итоге вся энергия намерения исчерпана. На что вы способны в таком состоянии?

Представьте, что вам приходится все время таскать с собой поросенка. Он вырывается, визжит, а вы постоянно прилагаете усилия, чтобы его удержать и утихомирить. Но вот вы отпускаете его, и вам сразу стало легко и свободно. Энергия, которую вы раньше тратили на то, чтобы удержать хрюшку, теперь всецело в вашем распоряжении, и вы можете направить ее на другие цели.

Сравнение с поросенком не такое уж грубое, как может показаться. Скрыть недостатки вам вряд ли удастся. Лучше сосредоточиться на своих достоинствах. Вы сами сможете убедиться, насколько вам станет легко и свободно, когда вы отпустите и примете свои недостатки перед мероприятием, где вы должны показать себя с самой наилучшей стороны. Это может быть собеседование, экзамен, выступление, соревнование, наконец, свидание. Снимите свою внутреннюю важность. Выдайте себе индульгенцию (отпущение грехов) на свои недостатки и увидите, что у вас как будто камень с плеч свалился — это исчез избыточный потенциал, и освободилась энергия намерения.

Борьба со своими недостатками является бестолковой работой внутреннего намерения. Это работа мухи, бьющейся о стекло. Устранение избыточного потенциала и освобождение энергии дает вам огромное преимущество.

Недаром говорится: «Глаза боятся — руки делают». Что лучше? Терзаться сомнениями, барахтаться в своих комплексах, облизываться от желания, судорожно прятать свои недостатки и распускать слюни? Или просто стряхнуть с себя всю эту труху и спокойно выполнять работу очищенного намерения? Если важность не удастся сбросить, тогда необходимо отпустить хватку контроля за ситуацией и перейти от переживаний к активным действиям. Просто начните действовать, хоть как-нибудь. Не имеет значения как — эффективно или не очень. Позвольте себе действовать из рук вон плохо. Потенциал важности будет рассеян в процессе движения, энергия намерения освободится, и у вас все получится.

Поиск работы

В заключение этой главы мне хотелось бы продемонстрировать принципы трансерфинга, включая фрейлинг, на одном прикладном вопросе, который волнует всех. Вы, наверно, уже читали в разных источниках о том, как составлять резюме и вести себя на собеседовании. Возможно, из нижеизложенного нетрудно будет сделать для себя новые полезные выводы.

Для начала потребуется определить, какая работа является вашей. Здесь можно целиком положиться на методику выбора вашей цели и двери, так что повторяться я не буду. Вы должны только помнить, что имеете реальное право выбирать, и возможности ограничены только собственным намерением и уровнем важности. В процессе определения вашей работы не думайте о ее престижности, средствах достижения и своих недостатках, а только о том, действительно ли вам эта работа нужна.

Допустим, возникли сомнения, что найдется место на такой хорошей работе, которую вы для себя выбрали. В таком случае следует знать, что маятники вам устроят все условия для беспокойства, разочарования и даже отчаяния. Вы должны отдавать себе в этом отчет и постоянно твердить, что *имеете право выбрать, и если сделали заказ, он рано или поздно будет выполнен*.

Во сне ваше намерение работает мгновенно, но материальная реализация инертна, как смола, поэтому требуется время, терпение и непоколебимое убеждение, что вы имеете право на выбор. В плохом ресторане приходится долго ждать официанта, однако уверенность в выполнении заказа есть всегда. Так что советую пользоваться таким слайдом: *вы сами делаете выбор, определяете, какую иметь работу, а откуда она возьмется, вас не касается*. В пространстве вариантов есть все! Это маятники пытаются внушить разуму обратное. Ваше дело только выбрать и иметь твердое намерение получить заказ.

Конечно, если у вас нет возможности ждать, придется довольствоваться тем, что есть на данный момент, надеюсь, это понятно. Но, получив работу, которая обеспечивает прожиточный минимум, можете делать заказ на самое лучшее и спокойно ждать исполнения.

Если работа вам нравится, но вы чувствуете некоторую душевную скованность, носите в себе слайд о том, как хорошо делаете эту работу, какое удовольствие и удовлетворение она дает. *Если скованность со временем не растворяется, значит, это душевный дискомфорт*. В таком случае стоит попробовать другие варианты.

После того как вы определили свою работу, начинайте крутить в голове слайд о том, как *цель*

уже достигнута. В то же время необходимо, конечно, не сидеть сложа руки, а выполнять то, что от вас требуется. Но, перед тем как приступить к составлению резюме и подготовке к собеседованию, нужно сфокусировать свое намерение в нужном направлении.

Было бы ошибкой сконцентрироваться на цели *быть принятым на работу.* Цель должна присутствовать в мыслях как слайд, в котором *вы уже приняты и все позади.* Думая о том, примут вас или нет, вы неизбежно создадите сценарии поражения. *Вспомните о трансферных цепочках.* Первое звено — это составление резюме. Вот на этом и надо сосредоточить внутреннее намерение.

Составляя резюме, называйте все, что умеете делать, но *указывайте только одну должность, на которую претендуете.* На то есть веские причины. Во-первых, пытаясь показать готовность делать и то, и другое, и третье, вы тем самым выказываете свою неуверенность и рискуете вызвать недоверие работодателя, который будет думать, что вы согласны выполнять любую работу, лишь бы взяли. Во-вторых, ставя перед собой сразу несколько целей, вы расплываетесь по плоскости, и намерение из стержня превращается в амёбу. В-третьих, когда вы берете на себя слишком много, то нагнетаете вокруг себя избыточный потенциал, и в итоге не получите вообще ничего. Можно выбирать, но за один раз вы должны выбрать только одно качество. Ведь, выбирая одну игрушку, вы же не требуете, чтобы она сочетала в себе качества куклы, настольной игры и оружия?

Определите, кем же на самом деле вы хотите быть, какая именно должность вам больше подходит. Не нужно стесняться, ведь это вы выбираете себе работу. Помните, что не надо бороться за место под солнцем, — у вас есть право выбирать. Указывайте именно тот профиль, который избрали. Пусть вас не беспокоит, что такая работа может быть в дефиците. *Если позволите себе иметь, вы получите именно то, что хотите.* Как это реализуется, вас не должно волновать. Предоставьте эту заботу внешнему намерению.

При составлении резюме *внутреннее намерение направлено на то, чтобы показать, какой вы блестящий специалист.* Внешнее же намерение направлено на то, что *хочет получить работодатель.* Чувствуете разницу? Конечно, всем нужны блестящие специалисты. Однако если вы новичок в поиске работы, то придете в полное недоумение, когда работодатель предпочтет такому блестящему специалисту обладающего более скромными достоинствами.

Соперник обойдет вас именно потому, что его параметры наиболее точно вписываются в представление работодателя об этой должности. Но ведь и вы вписываетесь, и даже более того! Вот в том-то и дело, что это «более того» создает ситуацию, когда лучшее — враг хорошего. Работодатель полностью увлечен своим внутренним намерением подобрать специалиста, соответствующего параметрам, которые он сам же установил. Вот он и бьется в стекло, не видя рядом такую широкую и открытую форточку, как вы.

Разум не способен предугадать спрос. Он будет стремиться преподнести вас как «шедевр» в его представлении. Но рынок диктует совсем другие критерии. Можно и нужно стремиться показать себя с самой лучшей стороны, не преувеличивая, конечно. Но, делая это, все свои мысли и мотивы направьте на проблемы работодателя. Постоянно спрашивайте себя: *что он хочет от вас получить, в чем он нуждается.* Поставьте себя на его место.

Вы можете поступить очень просто. Просмотрите вакансии вашего профиля, выпишите все обязанности и требуемые качества кандидатов. Убедитесь: во многом они повторяются. Из этой общей массы отберите все, что касается вас, подстройте под свои обязанности и качества и получите то, что хочет видеть в вашем резюме работодатель. Вы можете буквально скопировать в свое резюме все, что работодатель требует от данного кандидата. Стараясь себя приукрасить, *выражайтесь не вашими выдуманными фразами, а языком, на котором говорит сам работодатель.*

Представьте себе, что вы не соискатель, а работодатель, составляющий идеальное резюме своего работника. В таком случае оно будет отвечать не вашим, а его критериям. Но для этого необходимо просмотреть множество объявлений о вакансиях и «влезть в шкуру» тех, кто их дает. Можно и нужно указать все, что вы умеете сверх того, что требуется. Однако *особо подчеркнуть и выделить следует именно то, что требуется.* Ваше резюме должно звучать четким аккордом требований работодателя.

Прежде чем разместить резюме, например, в Интернете, *поставьте себя на место работодателя и поищите резюме специалистов вашего профиля.* Обещаю, вы сделаете для себя немало открытий и получите огромное преимущество. Дело в том, что большинство соискателей, руководствуясь лишь внутренним намерением, идут сразу напролом в разделы поиска вакансий и

размещают там свое резюме. Так вот, попробуйте сначала поискать резюме специалистов по вашей должности. Представьте, что это вы выбираете себе кандидата. Тогда увидите все достоинства и недостатки своих конкурентов, узнаете, что чувствует работодатель, читая эти резюме, и поймете, что надо изменить у себя.

После того как резюме составлено, его можно рассылать в различные компании. Не надо только ломиться в дверь, пусть она сама откроется. То есть нужно себя предлагать, не настаивая. *Сделайте так, чтобы они сами выбрали вас.* Например, опубликуйте свое резюме в различных средствах массовой информации. Не давите на мир своими желаниями и устремлениями. *Перенесите центр тяжести с поиска работы на объявление своего присутствия на рынке труда. Насколько это возможно, позвольте работе самой найти вас.* Никогда не присылайте одно и то же резюме повторно. Нужно уважать себя и знать себе цену. Если вы эксклюзивный специалист, разошлите свое резюме в рекрутинговые агентства и спокойно ждите улова.

Не рассчитывайте на мгновенный отклик. Может случиться, что ждать исполнения заказа придется долго. Это зависит от чистоты вашего намерения. Если желание у вас горит ярким пламенем, равновесные силы будут вам всячески мешать. Часто заказ исполняется тогда, когда надежда уже иссякла. *Чем равнодушной вы относитесь к своему заказу, тем скорее он будет исполнен.* Отсутствие желания дает свободу, которая позволяет сосредоточиться на намерении действовать вместо того, чтобы переживать по поводу возможной неудачи.

Наконец, вас пригласили на собеседование. Теперь следует особенно тщательно следить за направлением своего; намерения. Мысли о том, что даст вам работа на этом предприятии, будут узколобым внутренним намерением. *Концентрация мыслей на том, что сами дадите этому предприятию, будет внешним намерением.* Настало время выбросить из головы целевой слайд, отвернуться от себя и полностью сосредоточиться на нуждах работодателя. *Теперь вас должно интересовать исключительно его внутреннее намерение.*

Узнайте как можно больше о компании из рекламных проспектов. *Определите, чем особенно гордится компания, какие отличия она подчеркивает в сравнении со своими конкурентами.* Уясните себе это хорошенько и обязательно коснитесь данных моментов на собеседовании. У каждой компании, как и у всякого маятника, есть своя резонансная частота. Эта частота характеризуется множеством параметров. Определите дух этой компании. Какая у них корпоративная этика — жестко регламентированная или свободная? Какая принята манера общения — официальная или дружеская? Что больше ценится в отношении к работе — энтузиазм и инициатива или дисциплина и исполнительность? Работа в коллективе или индивидуальность и творчество? И так далее. Все это накладывает ограничения на сотрудников, определяет стиль их поведения и делает собственно членами коллектива. *Если удастся проникнуться духом компании, вас уже на собеседовании будут воспринимать как своего.*

Перед собеседованием выдайте себе индульгенцию на свои недостатки и отсутствие достоинств. Если вам известны свои недостатки, которые могут помешать получить работу, и если вы знаете, что не обладаете какими-то необходимыми знаниями и навыками, — *смириться с этим.* Примите себя так, как есть. Примите в себе все, что хотели бы скрыть, и спокойно идите на собеседование. Идеальных кандидатов не существует, как не существует идеальных работодателей, поэтому можно смело отбросить внутреннюю и внешнюю важность. Вам не в чем оправдываться ни перед собой, ни перед кем другим. Конечно, все сказанное не означает, что не нужно вообще работать над своими недостатками. Но в момент собеседования совершенно необходимо позволить себе их иметь.

Все знают, что на собеседовании нельзя волноваться. Многие пытаются бороться с волнением силой внутреннего намерения. Но сколько бы вы ни твердили себе, что спокойны, сколько бы ни уговаривали себя не волноваться — все бесполезно. Не получится справиться с волнением, не устранив его причину. Борьба с волнением может привести к оцепенению, когда вы будете вести себя, как мумия египетского фараона. *Единственный способ избавиться от волнения — заранее смириться с поражением.*

Желание быть принятым создает избыточный потенциал. Чем больше придаете значения успешному результату, чем важнее для вас получить эту работу, тем меньше остается шансов. *Необходимо очистить намерение от желания.* Вы идете на собеседование не затем, чтобы вас приняли, а затем, чтобы проходить собеседование. Не пройти, а именно проходить. *Не стремитесь к*

цели, а сосредоточьтесь на процессе. Живите и наслаждайтесь процессом собеседования. Там никто никого не съест, вам терять нечего. Это тот случай, когда нужно расслабиться и получить удовольствие. *Настройте себя на это.* Ведь собеседование является прекрасной возможностью показать себя в наилучшем свете. Так позвольте себе такое блаженство. Можно отбросить все мысли о том, что можете сесть в лужу. Ведь вы уже смирились с поражением, значит, терять уже нечего.

На собеседовании все помыслы соискателя направлены на то, чтобы показать себя в наилучшем свете. Это внутреннее намерение. В каком свете вы можете показать себя лучшим? *Внешнее намерение сфокусировано на искреннем интересе к проблемам работодателя.* Только в свете его проблем вы можете быть лучшим.

Ваша задача — отвечая на вопросы, постоянно подводить беседу в контекст проблем работодателя. В то же время *необходимо четко отвечать на поставленные вопросы, не разглагольствуя и не уходя в сторону.* Работодателя очень раздражает, когда соискатель не отвечает на вопрос конкретно, а пускается в пространные объяснения. Но в то же время, как только предоставляется такая возможность, касайтесь вопросов о том, чем занимается компания-работодатель, чем гордится, какие у нее проблемы. Надо строить беседу только на этой платформе. *Ваши достоинства должны быть представлены в свете проблем компании.* Говорите с работодателем о его проблемах и о том, как своими профессиональными качествами вы сможете помочь в их решении. Это и будет внешним намерением. *Если вам удалось перевести беседу в русло проблем работодателя, считайте, что игра идет уже по вашему сценарию.*

В конце концов, если не удалось получить эту работу, значит, она не Ваша. Вы еще не знаете, от каких проблем так легко и счастливо отделались. Будьте спокойны, ждите свою работу, и вы ее получите. Однако если вас приняли на чужую работу — ждите проблем. Поэтому лучше уж поискать свою работу, а как это делать, и сами знаете — мысли о работе не должны вызывать ни малейшего душевного дискомфорта. Это тот случай, когда на работу идешь, как на праздник.

Резюме

Используйте внутреннее намерение людей для достижения своих целей.

В основе внутреннего намерения лежит чувство собственной значимости.

Не надо пытаться изменить других, но и себя менять тоже не следует.

Чтобы вести себя непринужденно, переключите внимание с себя на людей.

Поиграйте в игру повышения значимости других.

Чтобы привлечь к себе внимание, достаточно проявить интерес к окружающим.

В общении человек оценивает не то, насколько вы интересны, а насколько вы подходите для реализации его собственной значимости.

Интересуясь людьми, делайте это искренно.

Внешнее намерение позволяет реализоваться внутреннему намерению других.

Откажитесь от намерения получить и. замените его намерением дать.

В результате вы получите то, от чего отказались.

Спор и критика — это борьба разума с течением вариантов.

Откажитесь от действий, наносящих удар по чувству значимости другого.

В начале беседы с человеком повернитесь с ним в одну сторону по течению.

Не защищайте свои ошибки, а сознательно признавайте их.

Возьмите себе роль свидетеля чужой правоты.

Проявление неподдельной симпатии к человеку снимает защитный экран.

Просьба о необременительной услуге располагает к себе.

Благотворная визуализация вызывает комфорт на энергетическом уровне.

Сила влияния личности пропорциональна величине свободной энергии.

Обаяние — это взаимная любовь души и разума.

Позвольте себе роскошь иметь недостатки и не обладать достоинствами.

Избыточный потенциал внутренней важности рассеивается в действии.

Глава III

КООРДИНАЦИЯ

Для того чтобы добиваться своих целей, вовсе не обязательно быть сильным и уверенным в себе. Есть другая, гораздо более эффективная альтернатива. Координация — это простой способ

мыслить и действовать так, чтобы удача всегда была на вашей стороне. Это все равно научиться ездить на велосипеде. Как только у вас получится, ваша жизнь превратится в сплошное удовольствие.

Я не хочу и не надеюсь – я намерен.

Лабиринт неуверенности

На пути к вашей цели через нужную дверь не может помешать никто и ничто, кроме вас самих. А точнее, помешать может только отсутствие веры и неуверенность. Вообще, отсутствие веры и неуверенность — это вещи одного порядка. И то и другое делает внутреннее намерение неэффективным, а внешнее — практически невозможным.

Что бы ни делалось в состоянии неуверенности, все будет сделано плохо. Чем выше напряжение желания действовать хорошо, тем хуже результат. Отсутствие веры в свои возможности наряду с завышенной оценкой сложности внешних проблем приводит к состоянию скованности или оцепенения. Природа оцепенения состоит в том, что скованность зажимает сама себя. Внешняя важность цели порождает томительное желание ее достичь. Внутренняя важность порождает сомнения в своих возможностях. Все это вместе сливается в неуверенность.

Неуверенность изо всех сил сжимает хватку внутреннего намерения в стремлении добиться цели. Даже не принимая во внимание действие равновесных сил, эффект от такой хватки получается прямо противоположным намерению. Энергия расходуется на поддержание сразу нескольких избыточных потенциалов. Смотрите, сколько их: внутренняя и внешняя важность, томительное желание, стремление держать себя в руках и ситуацию под контролем. Свободной энергии просто не хватает на все это. Человек чувствует себя скованно, зажато и действует неумело и неуклюже. В результате хватка контроля еще "больше сжимается".

Так можно дойти до оцепенения, когда человек не в состоянии ни двинуться, ни сказать что-либо вразумительное. Может показаться, что его намерение зажато в тиски. Но на самом деле намерение вообще отсутствует. Вся энергия намерения пошла на поддержание избыточных потенциалов. Неуверенность в форме тревоги и беспокойства идет напрямую для корма маятникам. Тревога порождается прогнозом типа: «Что будет, если...» В состоянии неуверенности, как правило, прогноз пессимистичен. Энергия тут же направляется на прокрутку негативных сценариев и на переживания по этому поводу. Здесь также расходуется энергия намерения. Но в данном случае сам факт ее расхода не так страшен, как то, на что идет эта энергия. Беспокойство, тревога и страх — это мощные генераторы худших ожиданий, которые, как вы знаете, сбываются.

Еще один богатый источник неуверенности — это чувство вины, которое расцветает букетом неполноценности, ущербности, недостойности. Какая уж тут уверенность! Чувство вины и все с этим связанное ведет к сужению энергетических каналов. Энергии намерения при этом хватает только на то, чтобы действовать вяло, нерешительно и бездарно. К тому же, если вы склонны испытывать чувство вины, вокруг постоянно будут виться манипуляторы, как мотыльки вокруг лампочки. Чувствуя слабость, они самоутверждаются за ваш счет и с удовольствием поглощают незащищенную энергию. Они постоянно играют на вашем чувстве вины, а вы без конца объясняетесь и оправдываетесь перед ними, все больше укрепляя свою неуверенность.

Неуверенность создает замкнутый круг. Чем сильнее важность и желание, тем больше неуверенность. Чем крепче хватка контроля над собой и ситуацией, тем сильнее скованность. Чем больше тревога и беспокойство, тем скорее они оправдываются. Чувство вины вообще превращает жизнь в жалкое прозябание неудачника.

Пытаясь вырваться из этого лабиринта, человек стремится любым способом обрести уверенность. Один из способов — сразу идти в наступление на окружающий мир. Нападая, человек стремится упреждающим маневром продемонстрировать силу и скрыть свою неуверенность. Воздействуя на мир с напором и решительностью, человек стремится возвести стену своей уверенности. Такой путь требует больших энергозатрат, но стена уверенности все равно то и дело рушится. Энергия силового воздействия идет на создание избыточных потенциалов и на сопротивление течению вариантов. В любом случае человек рано или поздно терпит поражение, и ему приходится снова бороться и возводить стену уверенности.

Другой способ обрести уверенность состоит в том, чтобы вообще не строить фундамент уверенности, а играть ва-банк. Самоуверенность — это та же робость, только вывернутая наизнанку. Это когда на пустом месте возникает видимость того, чего там не должно быть. Если уверенность ни

на чем не основана, также возникает избыточный потенциал. Но дело здесь не только в самом потенциале, а в том, что, действуя самоуверенно, вы задеваете чьи-то интересы. Представьте себе: человек стоит посреди пустыни и орет: «Весь мир у моих ног». На здоровье — это никому не мешает, поэтому равновесным силам нет до него дела. Но если безосновательная уверенность ставится в сравнение с возможностями других, возникают отношения зависимости. Уверенность, основанная на сравнении себя с другими, — это чистый избыточный потенциал. Особенно если уверенность основана на пренебрежительном или презрительном отношении к другим людям. Такая ложная уверенность рано или поздно обязательно будет наказана щелчком по носу или, извините, пинком под зад.

Есть еще экзальтированная уверенность, которая возникает как возбужденное состояние робкого человека, вдруг почувствовавшего вкус уверенности. Это тоже ложная уверенность, основанная на временном эмоциональном подъеме, и держится она очень недолго.

Как же обрести подлинную уверенность? Сами понимаете, бороться с неуверенностью бесполезно. Ее невозможно скрыть за ширмой ложного куража. Скрыть все равно не удастся, а энергия, затраченная на его создание, будет обращена против вас. Заставлять себя быть уверенным тоже бесполезно. Совершенно нет смысла принуждать себя быть смелым и решительным, когда на самом деле этого нет. Заставить держать себя в руках тоже невозможно. Как было показано выше, энергия намерения не зажимается, она просто расходуется на поддержание хватки контроля, поэтому на действие ее просто не хватает.

Бесполезно также развивать у себя уверенность каким бы то ни было способом. Может показаться, что она развивается решительными действиями. В самом деле, когда человек прекращает бороться и начинает действовать, энергия намерения освобождает свою хватку и переключается с избыточных потенциалов на реализацию действия. Вот и выходит, что «глаза боятся, а руки делают», и все получается. Но *уверенность не развивается действием — это освобождается энергия намерения*. Уверенность нельзя развить, она такая же, как энергия, — либо она есть, либо ее нет.

Уверенности, так же, как и веры, нельзя добиться самовнушением. Вы можете до умопомрачения твердить себе аффирмации о том, что уверены в себе. Весьма наивное и бесполезное занятие. Это все равно, что бороться со следствиями болезни, не устранив причины. Что бы вы ни делали со своей неуверенностью, она никуда не исчезнет. Как бы ни добивались уверенности, не получите ее. Вы также не сможете поддерживать соответствующую трансляцию своих мыслей, чтобы постоянно находиться на волне уверенности. Можно сказать себе сегодня утром: «Все, я уверен в себе. Ничто не сможет поколебать мою уверенность. Я тверд, как скала». Попробуйте это сделать и увидите, что будет. Некоторое время вы действительно будете чувствовать себя уверенно, и это вселит в вас еще большую уверенность и радость. Но очень скоро какой-нибудь маятник устроит подлую провокацию, и сами не заметите, как свалитесь с волны уверенности. И вот вы опять раздражены или подавлены, снова возникла какая-то неприятность, что-то гнетет, и снова вы боитесь или ненавидите. Показалось, что впереди мелькнул просвет, но вы опять зашли в тупик.

Как же вырваться из этого запутанного лабиринта? Никак вы из него не вырветесь. Из него нет выхода. *Секрет этого лабиринта заключается в том, что его стены рухнут, когда вы перестанете искать выход и откажетесь от важности*. Неуверенность порождается двумя группами причин. Первая группа — внутренние причины. К ним относятся излишняя обеспокоенность своими личными качествами. Отсюда возникают такие чувства, как недовольство собой по поводу наличия недостатков и отсутствия достоинств, чувство неполноценности в сравнении с другими, застенчивость, боязнь потерпеть поражение, оказаться в смешном положении и так далее. Вторая группа — это внешние причины, связанные с неадекватно завышенной оценкой внешних факторов. Как следствие, возникает необоснованная обеспокоенность по поводу несоответствия своих внутренних низких качеств и высоких внешних требований, благоговение перед внешним, ощущение себя маленьким человечком в большом городе, наконец, просто страх перед окружающей действительностью.

Парадокс заключается в следующем: *чтобы обрести уверенность, нужно от нее отказаться*. Стены лабиринта сделаны из важности. Вы ходите по лабиринту, пытаетесь избавиться от неуверенности и обрести уверенность. Так вот, уверенность — это химера. Это еще одно изобретение маятников — ложный мираж, ловушка для важности. Уверенность — это игра маят-

ников, в которой они всегда побеждают. Где есть вера, там всегда найдется место сомнению. Точно так же, где есть уверенность, там найдется место для колебаний и нерешительности. Уверенность — это своего рода вера в успех. В любой сценарий можно включить негативную поправку. Одной маленькой поправки вполне достаточно, чтобы рухнула стена уверенности.

Понятие уверенности построено на избыточных потенциалах и отношениях зависимости. Любые вариации на тему уверенности выглядят примерно так: «Я полон решимости. Я тверд и непоколебим, как скала. У меня получается лучше, чем у других. Меня ничто не остановит. Я преодолеваю любые препятствия. Я сильнее и храбрее других». Ну и так далее.

Уверенность — это просто временный избыточный потенциал, вот и все. В какую бы упаковку вы ее не облекали, она останется всего лишь избыточным потенциалом. Даже самообладание есть не более чем временное нагнетание напряженности. Ведь уверенность — это неуверенность с обратным знаком. И тот и другой потенциал требует затрат энергии. И первый потенциал будет неотвратимо разрушен равновесными силами. Поэтому погоня за уверенностью — такая же бесплодная, как погоня за призрачным счастьем, которое маячит где-то в будущем.

Итак, мы с вами только что разрушили еще один ложный стереотип. Но как жить без уверенности? Тран-серфинг предлагает взамен другую альтернативу — *координацию*. Что из себя представляет координация, вы узнаете из дальнейшего изложения.

Координация важности

Для чего вообще нужна уверенность? Для того, чтобы смело и решительно отвоевывать свое место под солнцем. Маятники навязали нам один незыблемый постулат: ничто не дается просто так, если хочешь добиться своего, надо бороться, настаивать, требовать, обходить конкурентов, работать локтями. А для того чтобы действовать смело и решительно, необходима уверенность.

Как вы знаете, путь борьбы и соперничества не является единственно возможным. Если отказаться от сценария маятников, можно спокойно и не настаивая взять свое, и для этого вовсе не обязательно бороться, а достаточно обрести решимость иметь. Для маятников свобода выбора губительна. Если каждый будет просто брать свое без борьбы, не затрачивая энергии на создание препятствий, а затем на их преодоление, тогда они останутся ни с чем. Несмотря на то что наш мир трудно представить без маятников, ложные стереотипы, установленные ими, не являются такими же незыблемыми, как, скажем, законы механики. *Осознанность и намерение позволяют проигнорировать игру маятников и добиться своего без борьбы. А когда есть свобода без борьбы, тогда уверенность не нужна.*

У неуверенности происхождение одно — важность. Уверенность представляет собой тот же потенциал неуверенности, только с обратным знаком. И то и другое имеет общие корни — *зависимость от внешних факторов и обстоятельств*. Получается такая картина. Маятник ведет человека по своему пути, удерживая его за нити, как марионетку. Человеку кажется, что он не может не только выбрать путь, но и двигаться самостоятельно. Если нити держатся ровно, человек шагает уверенно, словно малыш за руку с мамой. Как только нити ослабевают и начинают тревожно дергаться, человек испытывает неуверенность и стремится эти нити натянуть.

Не маятник его держит — человек сам не отпускает нити важности. *Он боится их отпустить, потому что находится во власти зависимости, которая создает иллюзию опоры и уверенности*. Малыш в конечном итоге отпустит руку матери и пойдет самостоятельно — она сама его к этому подтолкнет. Маятники, напротив, будут всячески убеждать человека в том, что он не сможет выбирать дорогу сам и двигаться без помощи нити. Если человек стряхнет с себя наваждение и отпустит нити важности, он сможет свободно идти куда захочет и просто *выбирать* свою цель, а не бороться за нее.

Получивший свободу человек больше не нуждается в уверенности, создающей иллюзию опоры. Все, что ему нужно, — это координация, чтобы не упасть. Во власти маятника человек привык находить устойчивость и опору, держась за нити важности. Но тем самым он постоянно нарушает равновесие и беспомощно болтается на этих псевдостраховках, отдавая энергию маятнику. Если человек отпустит их, то для сохранения равновесия ему потребуется всего лишь не создавать новые избыточные потенциалы на почве важности.

Уверенность как опора уже не нужна, потому что, если у меня нет важности, мне нечего защищать и нечего завоевывать. Мне нечего бояться и не о чем беспокоиться. Если ничто не имеет для меня избыточного значения, слой моего мира не искажен избыточными потенциалами. Я

отказываюсь от борьбы и двигаюсь по течению. Я пустой, поэтому меня не зацепить. Но это не значит, что я подвешен в вакууме. Именно теперь, если пожелаю, я получаю свободу выбора. Мне нет необходимости бороться. Я просто спокойно иду и беру свое. Это уже не зыбкая уверенность, а спокойная и осознанная *координация*.

Откуда берется спокойствие? Если нет внутренней важности, не требуется никому ничего доказывать. Отсюда и спокойствие. Когда вы чувствуете себя важной персоной, возникает стремление всем это показать и появляется избыточный потенциал. Тогда равновесные силы будут делать все, чтобы развенчать миф о вашей важности. Постоянно будут создаваться условия, при которых уверенность испытывается на прочность.

Малейшее чувство своей ущербности также толкает человека на борьбу за повышение и утверждение своей значимости. Откажитесь от необходимости всем и себе что-то доказывать и примите ее за аксиому. Выбрав борьбу за собственную важность, вы потратите на это всю свою жизнь. Отказавшись от этой борьбы, вы обретете значимость *сразу*.

Неуверенность в себе — это прежде всего низкая самооценка. Как повысить свою самооценку? Думаете, что я сейчас буду призывать поверить в то, что вы на самом деле гораздо лучше, чем себя считаете? Многие психологи, не мудрствуя лукаво, так и поступают. Действительно, оценка окружающих прямо пропорциональна вашей собственной оценке, если она не граничит с сомнением. Как только вы сами, без самообмана, признаете свою высокую значимость, другие сразу же согласятся. Проблема только в том, что убедить себя не так-то просто. Можете проверить: если у вас низкая самооценка, то не удастся убедить себя в обратном. Сколько себя ни уговаривайте, вы никогда до конца не поверите в то, что действительно дорого стоите. Где они, эти достоинства? Недостатки — вот они, налицо. Так вот, я вас не призываю поверить в свои достоинства и повысить свою самооценку. В результате вы получите либо самоуверенность, либо еще большее уныние. Я предлагаю *отказаться от борьбы за значимость*. Не надо ни верить, ни уговаривать себя. Вы просто откажитесь от борьбы и посмотрите, что будет. А будет вот что. Окружающие начнут относиться к вам более почтительно, как если бы ваша значимость в их глазах выросла. Как только встанете перед этим фактом, необходимость убеждать себя и верить отпадет. Вы просто будете *знать*.

Этот парадокс работает безотказно. Борьба за значимость отнимает свободную энергию и направляет ее на борьбу с течением вариантов и создание избыточных потенциалов, что порождает ветер равновесных сил. Все это вместе связывает очень запутанный клубок проблем со всевозможными вредными последствиями. Вы не сможете его распутать. Просто откажитесь от борьбы за свою значимость, тогда вам останется только удивляться и радоваться результатам. При таком раскладе ваша значимость вырастет в ваших глазах сама. Ваша собственная оценка повысится, а окружающие, соответственно вслед за вами, согласятся с ней.

Как бесполезно искусственно завышать свою самооценку, так же бесполезно выдавливать из себя чувство вины. Если есть предрасположенность к чувству вины, вы никогда не сможете ни задушить эту вину, ни прогнать ее прочь. Как же быть? Точно так же, как с низкой самооценкой. *Прекратите оправдываться перед окружающими*. Оправдывайтесь только в крайнем случае, когда действительно необходимо объяснить свои поступки. Помните, никто не в праве судить вас за что бы то ни было, если вы не причинили никому вреда. Не обвиняйте себя публично и не защищайтесь. Пусть манипуляторы провалятся в пустоту. Не хлопая дверью, молча покиньте зал суда, где собрались все те, кто привык наживаться на чужой вине. Оставьте их ни с чем. Если у вас достаточно сильный комплекс вины, тогда на первое время не помешает даже немного придушить свою совесть. *Не отдавайте оценку своей значимости на чужой суд*. Только такими действиями, а не внутренней борьбой можно избавиться от вины. Вы сами увидите, как она сама куда-то улетучится.

Таким образом, отказавшись от борьбы за свою значимость и прекратив оправдываться, вы сведете счеты со значительной частью своей внутренней важности. Чувство вины и озабоченность собственной значимостью — это основные проявления внутренней важности. Все остальные избыточные потенциалы являются производными этих двух. Вы больше не будете нуждаться в защите, поскольку больше нечего защищать. Наступать на других, чтобы предотвратить их нападение, тоже больше не нужно. Есть хорошая поговорка: «Никого не пугай, и сам не будешь бояться».

Точно так же, если снизите важность внешних объектов, они перестанут довлеть над вами своей значительностью. Существует две наиболее гнетущие разновидности внешней важности: сложность проблем и неизвестность. И то и другое порождает гнетущий потенциал тревоги и беспокойства. Любой человек каждую минуту хоть чем-нибудь да обеспокоен. Неуверенные в себе люди предпочитают прогибаться под тяжестью проблем и кое-как тащить свою ношу. Сильные личности стремятся победить трудности своей решительностью и напором. Они берут штурмом эту крепость, пробивая ее стены избыточным потенциалом своей уверенности.

Как неуверенность, так и уверенность требуют затрат энергии. В первом случае энергия расходуется в основном на тревогу и беспокойство, а во втором — на силовое преодоление препятствий. Это очень экстенсивные методы взаимодействия с внешним миром. Но все на самом деле гораздо проще. *Стоит вам осознанно сбросить внешнюю важность и прекратить бороться с течением вариантов, как препятствия устранятся сами собой.* Разве в этом случае вам понадобится уверенность? Нет, теперь нужна только координация, чтобы двигаться по течению и осознанно контролировать не сценарий, а уровень важности. Энергия, которая раньше шла на поддержание всевозможных избыточных потенциалов, теперь идет только на то, чтобы держать равновесие и слегка помогать течению веслом очищенного намерения.

Конечно, просто так окончательно отказаться от важности не получится, как бы вы ни старались. Не надо бороться с важностью. Просто отпустите хватку и трансформируйте энергию переживания в энергию действия. *Начните действовать, хоть как-нибудь, не напрягаясь и не настаивая.* Энергия избыточных потенциалов растворится в действии, энергия намерения освободится, и сложные проблемы превратятся в простые решения.

Что касается страха перед неизвестностью, вы с ним также не сможете справиться ни самовнушением, ни слепой верой, ни ложной уверенностью. Если помните, я настоятельно рекомендовал не думать о средствах достижения цели. Вы никогда не сможете заставить себя поверить в реальность труднодостижимой цели и в стопроцентный успех. Оставьте эти бессмысленные попытки, все равно ничего не получится с вашей верой, а временно обретенная уверенность быстро потухнет.

Вам нужна не вера и не уверенность, а *координация*. Координация означает: *получать удовольствие от мыслей о цели, как будто она уже достигнута, отпустить хватку контроля за сценарием и двигаться по течению вариантов, помогая себе веслом чистого намерения.* Такое поведение не имеет ничего общего со слепой верой в успех. Где есть вера, в том числе слепая, там всегда найдется место сомнению. Ослепляет избыточно нагнетенный потенциал уверенности. *Когда вы осознанно двигаетесь по течению, все становится на свои места без лишних усилий.*

Если будете действовать в соответствии с координацией, вскоре из-за поворота течения покажется то, во что вы раньше безуспешно пытались поверить и что пугало неизвестностью. Сомнения отпадут, когда разум будет поставлен перед фактом. Тогда вера превратится в знание, а страх перед неизвестностью перейдет в радость ощущения собственной силы. Главное, отбросьте важность и отпустите хватку контроля над сценарием. Важно осознавать, что это вам решать, какую степень сложности присвоить проблеме. А изменения в сценарии будут играть в вашу пользу, если сами позволите.

Ну и, наконец, полная координация будет достигнута при согласии души и разума. Если на сознательном уровне вам кажется, что вы хотите и уверены, а в подсознании сидит червь сомнения или угнетенности, тогда координация теряется. Для достижения согласия души и разума достаточно *прислушиваться к велениям сердца и жить в соответствии со своим кредо.* О том, как и зачем слушать голос своей души, уже было сказано достаточно много. Жизнь в соответствии с собственным кредо означает, что я люблю себя, принимаю себя таким, как есть, меня не мучают угрызения совести и чувство вины, я без колебаний поступаю по велению разума и сердца.

Кредо распадается, когда самооценка занижается, а между душой и разумом появляются разногласия. Жить в соответствии со своим кредо просто замечательно, и вы это знаете. Но еще более замечательно то, что его не надо ни создавать, ни изменять, ни бороться с ним. Хотя многие пытаются делать именно это — вырубать свое кредо буквально как статую из мрамора. Ничего, кроме бесплодного самокопания, душевных терзаний и метаний, это не принесет. Кредо не сформируется и не появится в результате борьбы или каких-то волевых усилий. Кредо у вас уже есть, просто оно, так же как и душа, запечатано в футляр важности. Как только отбросите

внутреннюю и внешнюю важность, оно освободится, и вы это сразу почувствуете. Когда важность на нуле, вам нечего защищать и нечего завоевывать. Вы просто живете в соответствии со своим кредо и спокойно и не настаивая берете свое.

Таким образом, отказавшись от борьбы за свою значимость, прекратив отдавать ее на чужой суд и сбросив внешнюю важность, вы обретете то, что принято считать подлинной уверенностью. Это будет не та зыбкая уверенность, которая построена на избыточных потенциалах, а спокойная внутренняя сила — координация.

Подлинная спокойная координация не соотносится ни с чем внешним, а поэтому не требует подтверждения и доказательств. Вы наверняка встречали или видели в кино людей, чья уверенность не вызывает сомнений. Подлинная спокойная уверенность в себе базируется только на внутренней самодостаточности и полноте. Это значит, вы ни с кем себя не сравниваете, а просто пребываете в полном душевном равновесии. Такое равновесие достигается в единстве души и разума, когда вы не чувствуете вины, зависимости, превосходства, обязанности, страха и беспокойства. Другими словами, вы не нарушаете равновесия как с окружающим миром, так и с собой. *Живете в гармонии с окружающим миром и с собой, в соответствии со своим кредо.* Конечно, это идеал, но к нему нужно стремиться, единственный способ обрести подлинную уверенность, то есть координацию. Уверенность, достигнутая любым другим способом, будет ложной.

Координация даст вам свободу от маятников и позволит двигаться независимо, куда хотите, и получать все, чего хотите. Если сейчас вам приходится выполнять обременительные обязанности, сдайте себя в аренду, представьте, что снимаетесь в кино. Потерпите, вам придется отыграть свою роль, хотя бы до конца данной серии, пока не войдете в свою дверь. Выполняйте визуализацию целевого слайда, не думая о средствах, и ждите, когда внешнее намерение откроет вашу дверь.

Битва с глиняным болваном

Наконец я освободился от ненужного груза избыточных потенциалов. Для меня уже нет ни внутренней, ни внешней важности. Нет необходимости отстаивать свое превосходство или скрывать неполноценность. Нет опасений перед настоящим и будущим. Мне нечего защищать и нечего завоевывать. Наконец я свободен от влияния маятников и могу заняться собой. Если бы это было так...

Власть маятников очень велика, в особенности из-за того, что люди об этом не подозревают. Нельзя говорить о них, как о некоем тайном обществе инопланетян, которые плетут сети заговора против людей. Маятники — это неотъемлемая часть нашего мира. Они оказывают влияние на людей и осуществляют свое управление с помощью энергоинформационного воздействия. Это воздействие происходит на трех уровнях: ментальном, эмоциональном и энергетическом. Используя нити важности, маятники выкачивают из людей свободную энергию. Так было всегда. Но в последнее время стремительными темпами начинает расти чисто информационное воздействие.

История цивилизации насчитывает много тысяч лет. Однако буквально в последние десятилетия картина резко изменилась благодаря новейшим достижениям в области информации. Количество накопленных данных на всевозможных носителях растет в геометрической прогрессии. Но угроза исходит не от объема самой информации, а от методов и средств ее распространения. Человек со всех сторон опутан телекоммуникационной паутиной, которая с каждым днем становится все более опасной. Опасность эта не ощущается, потому что развитие информационной индустрии идет под увеселительным наркозом новых развлечений и приятных удобств.

Совершенно очевидно, что маятники имеют своей целью вовсе не развлечение приверженцев, а подчинение их своей власти. Расширение и изощренное совершенствование информационной паутины приводит к тому, что маятник захватывает одновременно невероятное количество приверженцев. Например, чем больше людей смотрит одну и ту же телепередачу, тем больше энергии собирает маятник. А чем он сильнее, тем больше его влияние и тем легче приверженцы подчиняются правилу «делай, как я».

Правило маятника успешно работает и уводит людей в сторону от их подлинных целей. Но теперь этот процесс переходит в свою завершающую стадию, когда человек окончательно лишается свободы выбора. Однажды человек окажется в ситуации, где он — элемент чудовищной энергоинформационной *матрицы*. Человек будет заключен в футляр обусловленности и превратится в деталь механизма. Ячейка матрицы будет определять, каким образом ее элемент должен действовать и чего хотеть. Как вы знаете, фантастика имеет тенденцию в определенное время

воплощаться в реальность.

Процесс этот уже идет, незаметно и неуклонно. И поделаться с этим ничего нельзя. Для подчинения не обязательно применять физическое насилие. *Достаточно сформировать мировоззрение человека таким образом, чтобы он просто не имел представления о своей свободе.* Вот как раз это сейчас и делается. Сохранить свободу в таких условиях достаточно сложно. Поэтому мы еще раз рассмотрим некоторые аспекты защиты от маятников.

Как вы знаете, единственное, за что может зацепить маятник, — это важность. В конечном итоге он может ухватиться даже за то, что вы придаете большое значение самой необходимости держать важность на нуле. Все сказанное о маятниках — очень серьезно. Но вот какой парадокс: если вы теперь со всей серьезностью объявите им войну, вы будете заранее обречены на поражение. *Главный принцип в борьбе с маятником заключается в отказе от борьбы с ним.*

Вы должны понимать, что это не сражение с осязаемым противником, а битва с глиняным болваном — игра. Точнее, вам решать, чем оно будет. Если воспринимать это как битву, в любом случае грозит поражение. Маятник нельзя победить в борьбе. Допустим, вы сделали вызов болвану: «Я теперь знаю, что это всего лишь глиняный болван, я покажу ему!» Все, считайте, что вы уже повержены. Если же воспринимаете это как игру, вам в худшем случае грозит проиграть партию, но не битву.

Маятник является глиняным болваном до тех пор, пока вы осознаете сущность его игры и не подчиняетесь ее правилам. Маятники будут подкарауливать жертву всякий раз, как вы почувствуете уверенность. Будьте готовы к тому, что они будут любыми способами пытаться вывести вас из равновесия — в этом заключается сущность игры. Вы попадаетесь на удочку, теряете равновесие, выходите из себя и отдаете энергию маятнику.

Вот вы спокойны, радостны, уравновешены, но длится это недолго. Маятник устраивает провокацию. Например, попадаете в нежелательную ситуацию или получаете плохую новость. В соответствии с его сценарием вы должны обеспокоиться, испугаться, поникнуть, упасть духом, выказать недовольство, раздражение. Все, что вам необходимо, — это вовремя *проснуться и вспомнить*, какая ведется игра, а затем сразу же сбросить важность. Если вы это сделали осознанно, маятник провалится в пустоту.

Вы способны нарушить правила игры только в том случае, если не спите наяву. В неосознанном сновидении человек всегда жертва обстоятельств. Сон случается, и вы не в состоянии ничего с этим поделаться. Наяву все давно привыкли так же автоматически реагировать стандартным образом на негативные воздействия. Что за этим следует, объяснять не приходится. Но ведь вы же не устрица! И вполне способны отреагировать *неадекватно*. Сделайте это намеренно, и планы маятника будут расстроены. Нужно только вовремя *опомниться* и нарушить правила игры.

Убедитесь, насколько приятно будет сознавать, что отдаете себе отчет, как маятник всеми силами пытается вас спровоцировать, а вы не поддаетесь. Приятное ощущение будет не только от гордости за себя — сильного. Дело в том, что, отдавая энергию маятнику, вы становитесь слабее. Когда маятник провоцирует, а вы не поддаетесь, *энергия маятника, которая пошла на провокацию, переходит к вам*, делает сильнее. Вот эта добавочная сила и будет проявляться как приятное ощущение. Теперь вы сможете представить, как балдеет маятник, получая вашу энергию. Не давайте ему такой возможности. Он будет приставать снова и снова, а вы не поддавайтесь. Пусть он сам затрачивает на вас энергию.

Играя в такую игру с нарушением правил, не поддайтесь искушению обозлиться на саму игру. Пока играете осознанно, но весело и беззаботно, вы сражаетесь с глиняным болваном на сахарных сабельках. Он ничего не сможет с вами поделаться. Если нарушить правила игры и сохранили равновесие, глиняный болван рассыпается. Но как только вы начинаете выходить из себя, сахарная сабелька маятника превращается в опасный клинок. Такая игра может превратиться в битву и окончиться для вас индуцированным переходом.

Не боритесь со своей реакцией на провокацию. Посмотрите на нее по-другому. Эмоции — это следствие, причина которой является отношение. Вам следует сознательно изменить свою реакцию на негативный фактор. Проявить неадекватное отношение нетрудно, поскольку сами осознаете, что это всего лишь игра. Пусть паяц прыгает. Вы словно сражаетесь с невидимым противником в комнате, где есть только зеркала. Кажется, что маятник вот здесь, рядом. Но на самом деле вы видите не его, и даже не его отражение. В зеркале отражается ваша важность. Пока

что-нибудь имеет избыточно важное значение, у вас есть противник, и он постоянно маячит в зеркалах. Если же важность на нуле, нечего бояться, нечего защищать и не на кого нападать. Зеркала значимости разлетятся вдребезги, и вы увидите, что глиняный болван рассыпался.

Вам не нужна твердость в битве с маятником. Пустота намного эффективней. Термины «непробиваемый, стальные нервы, железная воля, стойкость, выдержка, самообладание» и другие подразумевают защиту, напряженность, готовность дать отпор. Для поддержания такого защитного поля требуется масса энергии. Как вы понимаете, вся эта энергия идет на корм маятнику. Но если я пустой, мне нет необходимости держать защитное поле. Энергия не расходуется, глиняный болван проваливается в пустоту и рассыпается. Все, что требуется, — это постоянно помнить о правилах игры и сознательно держать важность на нуле.

Необходимость держать важность на нуле не должна перерасти в постоянную боевую готовность к отражению нападения. В данном случае вы придадите избыточно важное значение самой игре. Расслабьтесь и позвольте себе время от времени проигрывать. Не нужно стремиться одержать победу во что бы то ни стало. Пока держите свою хватку, маятник может крутить вами. Он будет мотать вас, как собачку за палку, которую она не хочет отпустить. Если игра не веселит, тогда проявите максимум безразличия и проигрывайте равнодушно.

Если в этот раз маятник победил, не упорствуйте и согласитесь, что эту партию вы проиграли. Вы потеряли равновесие и вышли из себя, и в этом нет ничего особенного. Не надо казнить себя по этому поводу, следующая партия будет ваша. *Не следует только говорить себе, что это в последний раз, ставить ультиматумы и устраивать западню.* Вы ставите ультиматум не себе, а маятнику. Он только этого и ждет. Такой ультиматум есть не что иное, как мощная стена защиты. Установив защиту, вы превращаете игру в битву, в которой неизбежно потерпите поражение. *Будьте готовы к тому, что маятники могут провоцировать ласково и вкрадчиво.* Многие люди, сгибаясь под тяжестью проблем, находят себе опору в сигаретах, спиртном, наркотиках. Если в очередной раз бросаете вредную привычку и говорите себе: «Ну все, в последний раз», это говорите вовсе не вы. Это маятник настолько захватил ваше мысленное излучение, что может буквально навязывать вам мысли. Всякий раз, когда вы клятвенно убеждаете себя, что «еще один последний раз, и все», проснитесь и отряхнитесь от наваждения. Это говорит маятник. Осознание этого факта поможет вам равнодушно «завязать» с вредной привычкой. Не решительно, а именно равнодушно.

Маятники для привлечения приверженцев не брезгают никакими средствами. Они полностью выхолостили все святое, начиная с этических принципов и кончая религией. Мир есть проявление Единого Духа, утверждение Единства во Множестве. Божественная сущность пронизывает все живое и неживое. Бог есть в каждом из нас. Мы уже говорили об этом, когда сравнивали душу человека с каплей в океане. Как только Бог своей манифестацией объявил людям о своем существовании, маятники тут же взяли религию под свой контроль. Вы можете сами в этом убедиться, если обратитесь к изначальным десяти заповедям.

Первая заповедь в разных толкованиях сводится к следующему: «Я твой единый Бог, и да не будет у тебя других богов». Это положение требует от человека веры в существование единого Бога, управляющего всем мирозданием. Люди сразу же нарушили эту заповедь и создали себе множество религий — маятников. Точнее, позволили маятникам религий подчинить себя. Маятники религий прикрываются именем Господа. Собственно духовные служители религий искренне стремятся проповедовать слово и дело Господа. Но, будучи приверженцами, они находятся во власти маятников, поэтому от них мало что зависит. Разве войны и раздоры на религиозной почве угодны Богу?

Вторая заповедь: «Не делай себе кумира и никакого изображения того, что на небе вверху, и что на земле внизу, и что в водах ниже земли. Не поклоняйся им и не служи им». Это тоже сказано о маятниках. Маятник подчиняет своей воле приверженцев и заставляет их в любом случае действовать в своих интересах независимо от того, какими благими намерениями все это прикрывается.

Но вообще все заповеди можно свести к двум. Отвечая на вопрос своего ученика: «Учитель, какая наибольшая заповедь в законе?» Иисус сказал: «Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим»: сия есть первая и наибольшая заповедь; вторая же подобная ей: «Возлюби ближнего твоего, как самого себя, на сих двух заповедях утверждается весь закон и пророки» (Синодальное издание, 1994). Любите Бога в себе и в других, не поклоняясь маятникам, — вот все, к чему призывают заповеди.

Что касается вопроса воздействия на психику средств массовой информации, то здесь необходима прежде всего *осознанность*. Пропускайте мимо ушей любую негативную информацию. Вас со всех сторон пытаются чем-то заинтересовать, увлечь, что-то навязать. За любой группой людей стоит маятник. Приверженцы, исполняющие его волю, зачастую не осознают истинных целей маятника. Постоянно задавайте себе вопрос: кому и зачем это нужно? А нужно ли это вам? В то же время активно ищите и впускайте в себя всю информацию, касающуюся вашей цели. «Ладнс-ладно, — нетерпеливо заерзает ваш разум, — я это и сам знаю». Ну и что из того, что он знает? Он все знает, но беспечно засыпает всякий раз, как маятник начинает свою игру. Не позволяйте маятникам взять вас за ручку и увлечь за собой.

В общем ваша задача сводится к тому, чтобы осознанно нарушить правила игры. Это можно сделать двумя способами. Либо сбросить важность и провалить маятник в пустоту своего равнодушия, либо погасить его, прореагировав неадекватно. Если у вас не очень получается с важностью, тогда отдавайте предпочтение второму способу. Любая неадекватная реакция на провокацию является грубым нарушением правил игры.

Прекращение битвы

Свобода выбора заключается в одном непостижимо простом факте. *Нет необходимости бороться за достижение цели. Все, что вам нужно, — это решимость иметь.* Как только вы позволили себе иметь, можете спокойно переставлять ноги в направлении к цели. Маятники навязывают вам совсем другой сценарий. Они вынуждают *бороться* за достижение цели. Для этого вы должны объявить войну себе и миру. Маятники предлагают начать с себя. Они внушают, что вы несовершенны, а потому не добьетесь цели до тех пор, пока не измените себя. Изменив себя, вы должны включиться в битву за место под солнцем. Весь этот сценарий преследует только одну-единственную цель — отнять у жертвы энергию. Борясь с собой, вы отдаете энергию маятнику. Включаясь в битву с миром, делаете то же самое.

Битва подразумевает постоянную напряженность, борьбу, дисциплину. К битве нужно быть постоянно готовым. Так и поступают воины, которые смутно понимают, что в этом мире где-то есть *свобода*. Но их ошибка состоит в том, что они думают, будто свободу надо *завоевать*. Они всю жизнь находятся в состоянии войны, но главный свой бой они всегда откладывают на потом. Воинам кажется: вот так пойти и взять себе свободу невозможно. Они убеждают себя и других в том, что это сделать крайне трудно и для этого нужны годы упорного труда и борьбы.

Странник трансерфинга не участвует в битве за свободу, поскольку знает, что она у него уже есть. Никто не может заставить бороться. Но у вас нет другого выхода, если вы наполнены внутренней и внешней важностью. Все, что есть от битвы в трансерфинге, — это намерение действовать безупречно. Но для этого требуется не боевая готовность и не дисциплина, а осознанность.

Если у вас не получается взять и позволить себе иметь, можете отложить это на потом. Но сколько это будет продолжаться? Канитель откладывания может отнять всю жизнь. Откладывание до следующего раза приводит к тому, что жизнь в каждый текущий момент рассматривается как подготовка к лучшему будущему. Человек всегда не удовлетворен настоящим и тешит себя надеждой на скорое улучшение. При таком отношении будущее *никогда* не наступает и *всегда* маячит где-то впереди. Это все равно что пытаться догнать заходящее солнце.

Убежденность в том, что впереди еще много времени, является не более чем иллюзией. В ожидании лучшего будущего проходит вся жизнь. Отсюда и поговорка: «Нет ничего постоянного временного». На самом деле времени на ожидание нет. Поэтому будущее нужно не ожидать, а включать его часть в текущий момент. Позвольте себе иметь здесь и сейчас. Это не значит, что ваша цель тут же будет реализована. *Речь идет о решимости, то есть намерении иметь, в противоположность процессу перманентной борьбы с собой.* Решимость иметь обладает несравненно большей силой, чем решимость действовать.

Вы всю жизнь участвуете в битве за место под солнцем. Много ли удалось достичь в этой битве? Вот сейчас вам надо уныло идти на опостылевшую работу или в колледж, как на каторгу. А кто-то в это время отдыхает на горнолыжном курорте или греется на солнышке у теплого моря. Может, они выиграли свою битву и поэтому сейчас наслаждаются жизнью?

Большинство из участников битвы при всем усердии не в состоянии даже за всю жизнь накопить достаточно денег, чтобы отправиться на горнолыжный курорт. Если лично вы можете себе

позволить за год накопить на несколько дней удовольствия, то это уже хорошо. Но приедете туда, а там плохая погода, или подъемник сломался, или еще какие-нибудь неприятности. Даже если все хорошо, в голове постоянно роятся мысли, что вы многое не можете себе позволить, надо все-таки экономить, вспоминаете, с каким трудом заработали эти несколько дней праздника, и вот он так быстро подходит к концу. Вы, в общем, довольны, но приходится возвращаться в серые будни и снова вкалывать.

Вы выиграли битву, вы заслужили праздник, и тем не менее в ваших мыслях время от времени пробегает унылая тень. А знаете почему? Вы уверены, что должны были долго и упорно трудиться, чтобы получить короткое удовольствие. Вы не готовы полностью *позволить себе иметь*.

Те же, кто позволил себе иметь, не участвуют в битве. Им не до этого. Например, счастливая парочка на прошлой неделе отдыхала на горнолыжной базе в Швейцарии. Это был праздник. Все праздники кончаются, но для всех по-разному. Сейчас парочка ссорится из-за того, куда двинуть дальше. Он хочет в Австрийские Альпы, а она во Французские. Вам это может напоминать капризную мыльную драму, а для них это серьезно. Просто *уровни готовности иметь* разные. Вы будете еще год пахать на свой праздник, а у них новый праздник начнется через неделю.

Рациональное мышление возмущается: «Но как же, ведь они уже родились со своими миллионами, а мне надо зарабатывать! Откуда возьмутся деньги?» Который раз повторяю, не думайте о деньгах. *Если прекратите свою битву и позволите себе иметь, внешнее намерение найдет способ дать вам требуемое.* Я не могу это доказать прямо сейчас. Сами проверяйте. Не пробуйте, а делайте. Не завтра, а сейчас. Позвольте себе с этого момента *иметь* — безусловно и безоговорочно. Не единожды, а постоянно. Если вы не будете ждать мгновенных результатов, а будете продолжать позволять себе иметь, в один прекрасный день свершится то, что другие назовут чудом.

У тех, кто родился с миллионами, готовность иметь уже есть. Им нет нужды об этом думать. А вот вам придется поработать со слайдом. Разум будет беспокоиться о реальности и средствах достижения цели. Но это путь борьбы, и он ведет в никуда. На этом пути вы не сможете заработать достаточно денег, и всегда будет их не хватать. *Заработайте не деньги, а решимость иметь.*

Если сосредоточитесь на цели, как будто она уже достигнута, ваши двери откроются, и средства найдутся сами собой. Это и есть свобода, от которой буквально кружится голова. Если не принимаете эту свободу, вы опять же делаете свой выбор. Нет ничего проще, чем сказать, что все это бред, и продолжать тянуть свою лямку всю жизнь. Каждый делает свой выбор и получает только то, что готов иметь. *Ваш выбор — это непреложный закон. Вы сами формируете свою реальность.*

Выбор в пространстве вариантов происходит примерно следующим образом. Люди приходят в супермаркет, а их там спрашивают: «Чего желаете?» Один покупатель говорит: «Я хочу стать звездой эстрады». Продавец отвечает: «Без проблем. Вот очень хороший экземпляр, специально для вас. Мировая известность, богатство, блеск! Берете?» Покупатель удивляется: «Да как вам сказать... Ведь это совсем непросто. Лишь единицы добиваются успеха. Эти избранные обладают незаурядными способностями, а я человек обыкновенный». Продавец пожимает плечами: «Да при чем тут ваши способности? Вот товар — берите, это ваше!» Покупатель: «Вообще-то в шоу-бизнесе трудно пробиться. Это джунгли. Там такие воротилы...» Продавец: «Хорошо, вот в придачу воротила, который будет вас продвигать. Берите, не пожалеете!» Человек: «У этих звезд такие роскошные дома, такие дорогие автомобили, высшее общество... Неужели все это может быть со мной? Что-то не верится...» Продавец отвечает: «Ну что ж, очень жаль. В таком случае мы ничем не можем вам помочь», — и убирает товар обратно под прилавок.

Точно так же один человек может с опасением спрашивать другого: «Ты умеешь летать на пассажирском лайнере?» «Без проблем, — отвечает тот, — я просто сажусь в кресло, пристегиваю ремень, и самолет поднимается в небо». Стоит допустить, что достижение цели — это лишь вопрос вашего выбора, как вы *почувствуете*, насколько абсурдны опасения покупателя в магазине пространства вариантов. Вопрос лишь в готовности иметь, только и всего.

Вы можете поддаться искушению вступить с собой в битву за решимость иметь. *Ни в коем случае не заставляйте себя позволить себе иметь.* Не крутите целевой слайд насильно. Не надо стараться. Не делайте это напористо и с нажимом. Ведь это опять борьба! *Просто доставьте себе удовольствие праздничными мыслями.* Откажитесь от важности и прекратите свою битву. В битве нельзя ничего добиться. Вы потому и продолжаете битву, что все вокруг имеет завышенную

важность. Вы не сможете позволить себе иметь в то время, как яростно сражаетесь за место под солнцем.

Допустим, вы решительны и полны уверенности, что получите свое, энергично и с напором убеждаете себя, что выбор за вами. Действовать с напором — значит создавать избыточный потенциал. *Нужна не решительность, а праздная, беззаботная решимость.* Расслабьтесь, отпустите свою хватку и просто примите к сведению, что вы берете свое. Для променада в киоск за газетой не нужна решительность и напор. Если газеты не будет, вас это не расстроит, вы просто пойдете в другой киоск. Отпустите свою мертвую хватку.

Стараясь отпустить свою хватку, вы ее еще больше усилите. Старание и приложение усилий усугубляет избыточный потенциал. Причиной усилий и судорожной хватки является важность. Вы не сможете ослабить свою хватку, если будете с ней бороться. Откажитесь от важности, и хватка ослабнет сама собой.

Снижение важности переводит стрелку направления намерения из области внутреннего в область внешнего. Любой напор порождается важностью. Действуя с напором, вы работаете внутренним намерением. Сила воли необходима, когда требуется преодолевать препятствия. Но, как известно, препятствия возникают на фундаменте важности. Как только вы снизили важность, препятствия рассыпаются, и сила воли для их преодоления уже не требуется. Когда важность пропадает, решимость *добиваться* переходит в решимость *иметь*, и тогда начинает работать внешнее намерение.

У вас уже есть право выбирать. И нет необходимости это право завоевывать. Если вы полны решимости *добыть* свое право выбирать, будьте готовы к разочарованиям. Вы полны решимости, значит, это решительность. Опять держите мертвую хватку. Равновесные силы быстро охладят пыл. А маятники, почувствовав вашу важность, сразу же устроят провокации. Сами убедитесь, что будет именно так.

Пусть вас не беспокоят и не расстраивают безуспешные попытки обрести бесстрастную решимость иметь. Люди привыкли направлять энергию не столько на саму цель, сколько на корм маятникам. В конечном итоге вы научитесь отличать решительность от решимости. Просто решимость иметь — это бесстрастное и обыденное намерение взять то, что вам, безусловно, причитается. Разве не смешно звучит фраза: «Я полон решимости забрать почту из своего ящика»? Вот так же спокойно и не настаивая вы должны пользоваться своим правом выбирать.

В жизни людям приходится постоянно выдерживать экзамены, конкурсы, тесты и всевозможные проверки пригодности. Но решимость иметь зависит только от вас. Вы сами выступаете в роли экзаменатора. Любые оценки сводятся к тому, что человек считает либо себя неспособным и недостойным, либо цель определяет как труднодоступную. Так делается по инерции, потому что к этому привыкли. Все, что нужно — это все-таки позволить себе иметь, несмотря ни на что. Непривычно, да. А вы все-таки дерзните и позвольте себе иметь. Пусть яблоки Ньютона и других людей падают на землю. Несмотря ни на что, позвольте вашим яблокам упасть в небо.

Вы отчаянно желаете получить решимость иметь? Откажитесь от желания. Хватит желать, вы и так получите необходимое. Просто думайте о том, что берете свое. Берете спокойно, не требуя и не настаивая. *Ведь я этого хочу, так в чем же дело? У меня оно будет.*

Освобождение

Решимость иметь формируется свободной энергией намерения. Позволить себе иметь вам мешают две вещи. Первая — это разногласия между душой и разумом. Вторая — это избыточные потенциалы внутренней и внешней важности, которые занимают свободную энергию. Было бы ошибкой полагать, что решимость иметь — это просто обыкновенные мысли типа «хочу и буду». На самом деле такие мысли должны быть наполнены энергией намерения, иначе это будет лишь обычное бормотание разума, и не более того. Само собой, мысли должны проистекать из единства души и разума. В противном случае модуляция энергии намерения не будет чистой. *Если значительная часть свободной энергии занята избыточными потенциалами, намерение не будет иметь силы.*

Трудности с обретением решимости имеют подобны колебаниям, которые испытывает человек, впервые севший за руль двухколесного велосипеда. Человек знает, что это в принципе возможно, но он также знает, что у него сразу не получится. Он сомневается в своих способностях и в то же время переполнен желанием научиться. Разум человека стремится взять обучение под свой

контроль, но не понимает, как надо действовать. Создаются сразу три избыточных потенциала — сомнение, желание и контроль, которые отнимают энергию намерения.

Разум пытается держать равновесие и так и эдак, но ничего не получается. Нет ни единства души и разума, ни свободной энергии. Но вот в какой-то момент контроль разума дает слабину, и тогда возникает единство души и разума в том, что нужно держать равновесие. В итоге все получается. Разум так и не понял, каким образом это делается. Но в том-то все и дело! Разум всегда думает о средствах, то есть как нужно действовать. Он устанавливает контроль и пробует различные варианты. Душа не думает — она просто *безусловно готова иметь*. Разум тоже готов иметь, но лишь при условии: это понятно и рационально. Разногласия между душой и разумом состоят лишь в том, что разум сомневается в реальности достижения цели. *Как только хватка контроля ослабевает, ограничивающие условия разума пропадают, и вот тогда возникает единство души и разума.*

Разум с удивлением встает перед тем фактом, что его контроль не требуется. Все получается само собой. Впрочем, для него вполне достаточно наличия самого факта, даже если он толком не понимает, в чем тут дело. Равновесие просто держится, и все, поэтому разуму приходится с этим смириться. Он больше не будет навязывать свой контроль, поскольку убедился, что это не требуется. После небольшой практики исчезают остальные избыточные потенциалы, энергия намерения освобождается, и катание на велосипеде превращается из проблемы в удовольствие.

Таким образом, для того чтобы обрести решимость иметь, необходимо добиться единства души и разума и освободить энергию намерения от избыточных потенциалов. Единство души и разума достигается на пути к вашей цели через нужную дверь. Остается только определить свои подлинные устремления и вступить на этот путь. Сбросив с плеч бесполезный груз внутренней и внешней важности, вы освобождаете энергию намерения — движущую силу для перемещения в пространстве вариантов. А сохраняя в себе внутреннюю и внешнюю важность, тратите девяносто девять процентов энергии на поддержку избыточных потенциалов. Откуда тут взяться свободной энергии, если она вся задействована на потенциалы?

Для того чтобы отбросить важность, нужно действовать осознанно и отдавать себе отчет, чему вы придаете избыточно важное значение и что за этим следует. К сожалению, осознанно отказаться от важности на ментальном уровне не всегда удается. В таком случае остается одно — *действовать*. Энергия избыточного потенциала рассеивается в действии. *Крутите в мыслях целевой слайд, выполняйте визуализацию процесса и спокойно переставляйте ноги в направлении к цели — это и будет вашим действием.*

Как не бояться? — *Найти страховку*. Самый труднопреодолимый избыточный потенциал — это страх. Вы не сможете заставить себя не бояться. Если что-то имеет для вас избыточно важное значение, от которого вы не можете отказаться, например жизнь, карьера, дом, и если данные ценности находятся под угрозой, тогда единственный способ сбросить потенциал — это найти прикрытия, запасной вариант, обходной путь.

Как не беспокоиться и не тревожиться? — *Действовать*. Потенциалы тревоги и беспокойства рассеиваются в действии. Бездеятельное беспокойство будет висеть до тех пор, пока вы не начнете активно действовать. Вид деятельности может даже не иметь отношения к предмету беспокойства. Достаточно чем-то себя занять, и вы сразу почувствуете, как беспокойство пошло на убыль.

Как не желать? — *Смириться с возможным поражением и действовать*. Данный потенциал устранить так же трудно, поскольку вообще отказаться от желания достичь цели едва ли возможно. Однако, если заранее смириться с поражением и найти запасные пути, тогда потенциал желания уравнивается. В любом случае желание можно трансформировать в действие. Как вы знаете, желание — это то, что предшествует намерению. Когда желание переводится в намерение действовать, энергия потенциала рассеивается. Энергия желания идет на формирование намерения.

Как не ожидать? — *Действовать*. Этот потенциал рассеивается в действии по определению. Растворите желание и ожидание в действии.

Как отказаться от своей значимости? Если вы правильно все поняли, данный вопрос должен вызвать у вас недоумение. Конечно же, трансерфинг предлагает *не смириться со своей незначительностью, а принять свою значимость за аксиому*. Трудность лишь в том, что ваш разум почувствует свою значимость только в случае, если будет соответствующее отношение со стороны окружающих. С учетом этого секрет повышения своей значимости настолько прост, насколько и

действен. *Требуется всего лишь отказаться от действий, направленных на повышение своей значимости.*

Понаблюдайте за собой: что вы делаете, когда защищаете свою значимость? Требуете к себе внимания, уважения, доказываете свою правоту, обижаетесь, защищаетесь, оправдываетесь, вступаете в конфликт, проявляете высокомерие, пренебрежение, стремитесь быть первым, принизить чье-то достоинство, подчеркнуть чьи-то недостатки, выставить свои достоинства и так далее. Если постепенно сведете на нет все эти попытки повысить свою значимость, окружающие неосознанно это почувствуют. Поскольку вы не защищаете свою значимость, значит, она и так на высоком уровне. Люди станут относиться к вам по-другому. Ощувив более почтительное к себе отношение, ваш разум сам признает свою значимость. *Если сами признаете свою высокую значимость, окружающие сразу же согласятся — это абсолютно точно.* Таким образом, вы получите то, от чего отказались.

Как не раздражаться? — Играть с маятником, нарушая правила его игры. Искоренить привычку реагировать негативно на неприятную новость можно только таким способом. Как это делается, вы уже знаете. Нужно только вовремя вспомнить, что это игра, и весело нарушить ее правила, то есть прореагировать неадекватно. На приятную новость или обстоятельство нужно реагировать не лениво, а радостно, с подчеркнутым воодушевлением. Тогда вы будете транслировать излучение на волне удачи. Маятники подстраивают вам неприятности, чтобы вывести из равновесия и получить негативную энергию. Реагируя неадекватно, вы сбиваете маятник с ритма, и он остается ни с чем. Поиграйте в такую игру, это очень увлекательно.

Как избавиться от чувства вины? — Перестать оправдываться. Как я уже говорил, в зале суда вы держите себя сами. Сами выступаете в роли обвинителя, адвоката и подсудимого, а манипуляторы этим пользуются. Покиньте здание суда, вас никто не сможет задержать. Те, кто там по привычке собрался послушать процесс, посидят, да и разойдутся, поскольку подсудимого нет. Вот так постепенно ваше «дело» закроется. Никаким другим способом от чувства вины избавиться не удастся.

Как справиться с обидой и возмущением? Вы не будете их испытывать, если избавитесь от чувства вины и примете свою значимость. Прекратите свою битву и двигайтесь по течению. Но может возникнуть ситуация, когда вы двигаетесь по течению, а кто-то вас хватает и пытается тянуть против. Как поступить в этом случае?

Например, если вы умеете что-то делать, значит, способны находить решения. А есть люди, которые умеют находить только проблемы. Они выискивают проблемы и с торжествующим видом преподносят их как свои достижения. Такие люди искренне убеждены в том, что другие просто обязаны предоставить в ответ свои решения. Так вот, если вы начинаете искать решения, вокруг вас собирается толпа бездельников. Первые критикуют, вторые выискивают новые проблемы, третьи дают советы, а четвертые командуют и требуют. Как ни стараетесь двигаться по течению, вам всячески мешают. Естественно, это вызывает обиду и возмущение.

Что же делать, если не можете справиться с обидой и возмущением? — Надо просто позволить себе эту слабость. Будет хуже, если вы начнете придавать избыточное значение самой необходимости держать важность на нуле. А на кого вы работаете? На «дядю»? В таком случае вам неизбежно и постоянно придется испытывать обиду и возмущение. Выходите на путь к своей цели, тогда со временем вы если и будете работать, то только на себя. А до той поры позвольте себе иногда срывать и создавать избыточные потенциалы. *Не принуждайте себя всегда выигрывать.*

Итак, вместо того чтобы бороться со своими избыточными потенциалами, *необходимо действовать в рамках очищенного намерения. А намерение очищается в процессе движения.* Как видите, решимость иметь достигается не просто умозрительными упражнениями, а конкретными действиями. *Начните хоть как-нибудь переставлять ноги в направлении к цели.* Ваши действия приобретут эффективность в процессе движения.

Решимость иметь проходит через три стадии. Первая стадия — это скованность, вызванная непривычностью ситуации: «Неужели это все мне?» Когда вы крутите в голове целевой слайд, вам не удается до конца свыкнуться с мыслью, что это возможно. Вторая стадия — это восторг, подобный ощущению невесомости. В какой-то момент вы почувствуете, как скованность пропала, вы приняли цель в зону своего комфорта и ощутили восторг от того, что цель вдруг показалась вполне реальной. Ощущение невесомости также имеет под собой вполне реальную основу. Это

энергия намерения освобождается от избыточных потенциалов. Вот ее-то вы и ощущаете.

И наконец, со временем решимость иметь переходит в третью стадию — обыденность. Вы постоянно крутите в мыслях целевой слайд, вживаетесь в него, и постепенно все, что вы имеете на слайде, становится для вас обыкновенным. Слайд держится на пленке важности. До тех пор пока вы желаете, сомневаетесь и думаете о средствах, решимость иметь держится на зыбкой основе. Как только важность растворяется, решимость иметь обретает силу. Главное при этом не растерять решимость действовать, то есть намерение переставлять ноги в направлении к цели. Если прошли через все три стадии, значит, вы на правильном пути.

Ну и, наконец, как не гнуться под тяжестью проблем? В любом случае нас постоянно что-то угнетает в той или иной степени. Очень трудно вот так взять и отказаться от всякой важности. На этот случай в трансерфинге имеется один интересный и очень мощный метод — *координация намерения*.

Координация намерения

Человек ощущает себя во власти обстоятельств, ему кажется, что от него мало что зависит. Иногда повезет, и он некоторое время летит на волне удачи. Порой даже кажется, что удача в его руках, надо решительно действовать, и он начинает активно сражаться. Но, несмотря на все усилия, вслед за победой зачастую неотступно следует поражение.

Люди словно идут дорогой, по бокам которой встречаются высокие холмы и глубокие ямы. Решительные и уверенные в себе люди постоянно сворачивают с ровной дороги и почему-то начинают карабкаться на холмы. Там соблазнительно сияют призы, оставленные маятниками. Иногда в результате невероятных усилий приз удастся добыть, но чаще случаются неудачи. В любом случае, оказавшись на холме, человек кубарем скатывается вниз, сбитый с ног ветром равновесных сил. И снова человек чувствует себя беспомощным, ему снова кажется, что от него мало что зависит.

Другой тип людей, негативисты, считает, что от них вообще ничего не зависит, и предпочитает безвольно барахтаться в ямах худших ожиданий. Худшие ожидания реализуются незамедлительно. Негативисты не просто страдают от своей беспомощности. Они инфантильно отдают свою судьбу в чужие руки. Дескать, на все воля Божья. Они не двигаются по течению вариантов, но и не сопротивляются, а просто барахтаются, выражая недовольство и отравляя вокруг себя энергетическую атмосферу. Единственное, что у них хорошо получается, — это реализация худших ожиданий. Поэтому здесь негативисты находят упоение: хоть в чем-то они правы. Единственное, что они научились делать в совершенстве, — это искать и находить подтверждение своему негативному отношению.

Такие люди находят в негативе какое-то садомазохистское удовольствие. Они способны любую мелочь превратить в трагедию. Их кредо: «Жизнь отвратительна, и с каждым днем становится все хуже». Это их выбор, и негативисты во всем ищут и находят тому подтверждение. Уж такие вот страдальцы, и все-то их казнят и наказывают, уж такая тяжкая доля у этих мучеников. Они буквальнокупаются в негативе и находят в этом удовлетворение. А знаете, почему? Потому, что негатив — это единственное, с чем окружающий мир соглашается и идет к ним навстречу. Они находят опору уверенности в том, что их худшие ожидания оправдываются.

Иногда негативист случайно оказывается на волне удачи. Некоторое время он доволен и радуется. Но это продолжается недолго, потому что вскоре он начинает крутить головой и озираться в поисках привычной черной полосы. Как же, ведь все хорошее быстро кончается, ведь удача — это ненормально, неестественно! Негативист принимается усиленно искать, как бы зацепиться за черную полосу, чтобы снова оказаться в своей привычной канаве, где все плохо, но зато предсказуемо. Он начинает думать, к чему бы приложить свое недовольство, прислушиваться к плохим новостям, предъявлять претензии, обвинять, требовать. А если требовать нет возможности, тогда он вползает в роль жертвы, которую все должны утешать и успокаивать.

Отучить негативиста от привычки находить упоение в самоистязании очень сложно. Это тяжелый случай. Вся беда в том, что он не только себе отравляет жизнь. Трансформируя слой своего мира, негативист тянет в свой жалкий адок своих близких, слои которых на него накладываются. Но вот какой парадокс. Несмотря на то что негативист кажется беспомощным, он обладает большой силой и использует эту силу на полную катушку. Сила его заключается в твердом убеждении, что жизнь отвратительна и с каждым днем становится все хуже. Твердое убеждение есть не что иное, как решимость иметь, поэтому выбор негативиста успешно реализуется. Негативист действительно

делает выбор, и мир действительно идет к нему навстречу.

Выходит, человек все-таки не беспомощен и от него многое зависит. Реализация худших ожиданий негативиста подтверждает, что *каждый способен оказывать влияние на ход событий*. Способен определять сценарий не только во сне, но и наяву. Может быть, для этого требуется всего лишь сменить негативную ориентацию на позитивную? «Жизнь прекрасна, и с каждым днем становится все лучше». Однако, подхватив такой лозунг, человек отправляется в путешествие по облакам. Стоит ему хоть на миг усомниться и со страхом посмотреть под ноги, как он тут же проваливается и падает вниз.

Негативное настроение потому и держится так стойко, что человек с самого рождения привык убеждаться: мир настроен против него недружелюбно. На маленького человечка сразу после рождения сваливается агрессивное воздействие огромной силы. Он лежал себе в утробе, и было ему там уютно, тепло и спокойно. Но вот бедного человечка берут и грубо выталкивают из этого комфорта. Он слышит крики матери и, возможно, осознает, что сам явился причиной ее страданий. Вот и заложен фундамент под комплекс вины. Яркий свет бьет по глазам. Хочется зажмуриться и ничего не видеть. Влажное тепло сменяется жестким сухим холодом. Хочется свернуться клубочком и закрыться от всего этого ужаса. Но вот без промедления перерезают пуповину, тем самым грубо прерывая единственную связь с источником жизни. Человечек уже в смертельном шоке. Он задыхается, но еще не знает, что нужно дышать. Его хлопают по спине, нанося пожизненную травму. В его легкие острой бритвой врезается воздух. Дышать больно, но другого выхода нет. Условия поставлены жесткие: либо борись за свою жизнь, либо умри. Невинный и чистый разум усваивает первый урок: борьба за существование является неотъемлемой частью этого мира. Человечку больно и очень страшно, но вот, в довершение ко всему, его отрывают от матери и заключают в жесткий футляр. Выбившись из сил, он стремится спрятаться от этого мира в сновидении.

Так происходит первая встреча с этим миром. Страх, одиночество, безысходность, обида, ярость и полная беспомощность. Это первые уроки, которые жестоко и неумолимо пропечатываются на белом листе разума. Задел, необходимый маятникам, сформирован. Недаром такая шоковая практика родов по сей день широко распространена и считается вполне цивилизованной. Редко кому приходит в голову, что подобное рождение представляет собой совершенно кошмарный шок, который оставляет глубокую пожизненную рану в подсознании человека. Ни одно существо в животном мире не испытывает ничего подобного при рождении. Только в единичных и очень дорогих клиниках можно родиться «по-человечески».

Первые жестокие уроки мира маятников очень хорошо усваиваются и в течение последующей жизни укрепляются все больше. Однажды малыш отпускает руку матери и с радостной и доверчивой отвагой бежит на встречу с жизнью. Но мир маятников показывает, что она вовсе не такая безопасная, и вот, бух — малыш упал. А мама уже беспокоится, как бы он не угодил под машину. Я все это рассказываю для того, чтобы показать, насколько прочно в человеке укоренилась *предрасположенность к негативизму*. А добрые намерения позитивизма часто оборачиваются тем, что человек либо улетает в облака и строит воздушные замки, либо собирает все силы для штурма земных крепостей.

Что же делать для того, чтобы соблюдать координацию и просто идти по ровной дороге, не шарахаясь в ямы и не карабкаясь на препятствия? Может, требуется сбросить важность и осознанно двигаться по течению? Да, это именно то, что нужно. Но сделать такое довольно трудно, поскольку полностью освободиться от важности невозможно, а двигаться по течению мешает беспокойный разум, который норовит установить контроль над течением, и в то же время спит наяву.

И все же из этой ситуации есть выход, причем простой, как все гениальное. Нужно использовать привычку разума держать все под контролем и предложить ему новую игру. Суть этой игры заключается в том, чтобы при любом неприятном обстоятельстве проснуться, сознательно оценить важность и изменить свое отношение. Вы можете сами убедиться, такая игра понравится вашему разуму. Принципы игры мы уже рассмотрели — потешная битва с глиняным болваном. Но это еще не все. Сейчас вы узнаете главный принцип координации. Руководствуясь этим принципом, вы сможете добиться такого же успеха в позитивном, какого негативисты добиваются в своих худших ожиданиях. А звучит он так. *Если вы вознамеритесь рассматривать кажущееся негативным изменение в сценарии как позитивное, тогда все именно так и будет.*

Звучит если не абсурдно, то и не очень убедительно, не правда ли? Что может быть

позитивного в явном поражении и что может быть хорошего в беде?—И, тем не менее, этот принцип работает совершенно безотказно. Я вас опять же не призываю верить. Вы просто возьмите и проверьте. Ну, а объяснение для разума тоже имеется.

Как вы знаете, весь мир построен на принципе дуализма: все имеет свою противоположную сторону. Есть свет и есть тьма, есть черное и есть белое, положительное и отрицательное, плотное и пустое и так далее. Любое равновесие в природе может отклониться либо в одну, либо в другую сторону. Когда вы идете по бревну и наклоняетесь, то поднимаете руку с другой стороны, чтобы компенсировать отклонение. Каждое событие на линии жизни имеет также два ответвления — в благоприятную и в неблагоприятную сторону. Всякий раз, сталкиваясь с тем или иным событием, вы делаете выбор, как к нему относиться. Если рассматриваете событие как позитивное, попадаете на благоприятное ответвление линии жизни. Однако склонность к негативизму заставляет человека выражать недовольство и выбирать неблагоприятное ответвление.

Человек с самого утра раздражается по малейшему поводу, потом еще, и так весь день превращается в сплошную череду неприятностей. Вы сами прекрасно знаете, что, даже в мелочах, стоит лишь выйти из равновесия, тут же следует драматическое развитие негативного сценария. Как только вас что-то раздосадовало, следом идет новая неприятность. Вот так и получается, что «беда никогда не приходит одна». *Но череда неприятностей следует не за самой бедой, а за вашим отношением к ней.* Закономерность формируется выбором, который вы делаете на развилке. Вас раздосадовала какая-то мелочь, и вы уже излучаете на частоте неблагоприятного ответвления. К тому же негативное отношение создает потенциал напряженности, который забирает часть вашей энергии намерения, вы действуете уже неэффективно и вот встречаетесь с новой более крупной неприятностью. Можете себе представить, куда вас уводит за всю жизнь такая вот вереница негативных ответвлений! Оттого и происходит смещение поколений.

А теперь представьте себе другой сценарий. Вы сталкиваетесь с каким-то досадным обстоятельством. Погодите формировать свое негативное отношение и реагировать примитивно, как устрица. Скажите себе: «Стоп! Ведь это всего лишь игра с глиняным болваном! Ну ладно, болванчик, давай поиграем». Несмотря ни на что, настройтесь на позитивный лад и притворитесь, что это событие вас радует. Ведь недаром появились поговорки «Нет худа без добра» и «Не было бы счастья, да несчастье помогло».

Попытайтесь поискать позитивное зерно в досадном событии. Если вы даже ничего не найдете, все равно порадитесь. *Заведите себе «идиотскую» привычку радоваться неудачам.* Это гораздо веселее, чем раздражаться и ныть по любому поводу. Вам предстоит убедиться, что в большинстве случаев ваша неприятность в самом деле играет на руку. Даже если это будет не так, можете быть уверены: благодаря своему позитивному отношению, вы очутились на благоприятном ответвлении и избежали других неприятностей.

Вообще, неприятности — это всегда нарушение нормы. Они не угодны только вам, потому что являются сильным отклонением от равновесия и требуют дополнительных затрат энергии. Энергия эта расходуется вами же, когда сами создаете себе препятствия, а потом преодолеваете их. Напротив, удача, когда вы довольны, является нормой. А недовольны обычно тогда, когда сталкиваетесь с отклонением от вашего сценария. Как только разум видит нарушение принятого им сценария, он сразу рассматривает это изменение в негативном свете, а поэтому выражает соответствующее отношение и стремится навязать ситуации контроль в своем понимании.

Так вот, теперь объясните своему разуму правила новой игры. Скажите ему: он по-прежнему будет держать контроль, вот только функция этого контроля теперь состоит в том, чтобы любое событие воспринимать как позитивное. Активизируйте Смотрителя в самом начале пьесы, например, в начале дня. Обычно вы примерно представляете, как должны развиваться события. В момент, когда сценарий на ваших глазах меняется, необходимо *принять изменения, согласиться с ними.* Ведь вы воспринимаете событие как негативное лишь потому, что оно не вписывается в ваш сценарий. Сделайте вид, будто это как раз вам и нужно.

Таким образом, получается скользящий и динамичный контроль за внесением изменений в сценарий. Вы не торопитесь выражать недовольство и бороться с ситуацией, потому что по ходу пьесы приняли изменение в сценарии. *Отказавшись от контроля за сценарием, вы его получите. Контроль будет направлен не на борьбу с течением вариантов, а на следование ему.*

Секрет координации состоит в том, чтобы отпустить хватку и одновременно взять ситуацию в

свои руки. Когда разум держит хватку, он не позволяет ситуации развиваться по течению вариантов. Принимая любые изменения в сценарии как должное, вы отказываетесь от навязывания своего контроля. Это означает отказаться от контроля, и одновременно держать свое отношение, а следовательно, и ситуацию, под контролем.

В конечном итоге вы лишь хотите избежать проблем и жить так, чтобы все складывалось удачно. Так оно и будет, если начнете пользоваться принципом координации. Это даже эффективней, чем пытаться влиять на события своим внешним намерением. Дело в том, что разум, как уже говорилось, не может идеально просчитать наперед все ходы. Ведь вы не одни живете в этом мире. Слой вашего мира пересекается с множеством слоев других людей, и они тоже постоянно чего-то добиваются. Но разуму и нет надобности просчитывать события наперед. Все, что нужно, — это крутить целевой слайд и следовать принципу координации. Тогда внешнее намерение успешно приведет вас к цели.

Надо отметить, что координация вырабатывается практикой. Если вы просто умозрительно поняли принцип координации, этого еще не достаточно. Необходимо постоянно развивать и совершенствовать эту способность. Ваш Смотритель должен работать постоянно. Не пропустите момент, когда вы незаметно для себя будете втянуты в негативную игру.

Координация — это самый эффективный способ движения в пространстве вариантов. Вы встречаете каждое событие как позитивное и тем самым всегда выходите на благоприятное ответвление, все чаще встречаетесь с волной удачи. Но не витаєте в облаках, потому что действуете намеренно и осознанно. Таким образом, *вы балансируете на волне удачи.* В этом заключается основная суть трансерфинга.

Яблоки падают в небо

Как сказано в Священном Писании: «По вере вашей да будет вам». И это действительно так. Вы всегда получаете только то, что готовы иметь. Внешнее намерение безукоризненно исполняет ваш заказ. Имеете то, что имеете, в соответствии с шаблоном своего мировоззрения и представлением о собственном месте в этом мире. Теперь вам известны все основные принципы трансерфинга, так что можете управлять своей судьбой по собственному *выбору*. Ваша судьба будет сформирована в соответствии с личным выбором и верой.

Как выбирать, вы уже знаете. Осталось ответить на вопрос: как поверить во все это? Я уже говорил, что вы не сможете убедить разум до тех пор, пока он не встанет перед фактом. Разум может притвориться. Он так же может верить слепо и фанатично, но это ложная вера, основанная на чрезвычайно сильном избыточном потенциале. Это когда самой убежденности придается избыточное значение. Разум настолько оглушен своим фанатизмом, что не видит и не слышит ничего. Он не только душу, но и сам себя загнал в футляр, поэтому такая вера слепа.

Парус ложной веры никогда не наполнится ветром внешнего намерения. Ложная вера — это ловушка маятника в лабиринте неуверенности. Вам может казаться, что вы выбрались из лабиринта, но на самом деле это только иллюзия. В глубине души вы будете сомневаться, даже не подозревая об этом, потому что отгородились от сомнений защитной стеной веры.

Как отличить ложную веру от истинной? Истинная вера — это уже не вера, а знание. *Если вам приходится себя уговаривать, убеждать — не важно как, с энтузиазмом или с принуждением — значит, это ложная вера.* Знание формируется не убеждением, а фактами. Когда ваш разум предстал перед фактом, вы уже просто знаете. Ложная вера держится на контроле разума. Разум, находясь в иллюзорной комнате лабиринта, следит за тем, чтобы туда не прошмыгнуло ни одно сомнение. Если разуму *хочется надеяться*, он не желает ничего слышать.

Никогда не убеждайте себя и не старайтесь поверить, иначе вы рискуете получить ложную веру, которая только кажется истинной. Иллюзия вскрывается, когда вы начинаете слушать шелест утренних звезд. Отпустите контроль разума и переключите его на осознание малейших признаков душевного дискомфорта. Если обнаружили дискомфорт, больше не пытайтесь себя убеждать и уговаривать. *Когда будет достигнуто единство души и разума, вам не придется себя уговаривать.*

Заговаривать себя аффирмациями бесполезно. От того, что вы будете твердить себе «я своего добьюсь», тень сомнения не исчезнет, а наоборот, получит благодатную почву для развития. Душа не верит, коли вы пытаетесь ее уговорить. Душа не понимает ни логику, ни язык разума. Она так же не допускает полутонов. Если спросить у души: «Достигну ли я своей цели?», она ответит либо «да», либо «нет», но никак не «может быть» или «скорее всего». При наличии малейшей тени сомнения

ответ будет «нет».

Итак, если душа испытывает сомнения, убедить или уговорить ее невозможно. Что же остается делать? Ответ кроется в утверждении, приведенном выше: душа не приемлет полутонов. Сомнение — это когда верится в некоторой степени, но не совсем. Душа это «не совсем» превратит в «совсем нет». Она не верит и не сомневается — она просто *знает*, что будет: да или нет.

Поэтому необходимо сделать один кардинальный шаг: выбросить из своего шаблона слово «верить» и заменить его словом «знать». Если разум просто знает, что произойдет то-то и то-то, душа с ним согласится без всяких уговоров. Вы верите в то, что держите в руках эту книгу? Нет, об этом нет и речи, просто *знаете* это — и все. А где есть вера, там всегда найдется место сомнению.

Теперь, отбросив понятие веры, позвольте себе *знать*, что ваше желание исполнится. Вы это *знаете*, потому что таков закон: цель будет достигнута, если есть решимость иметь и вы сможете реализовать решимость действовать, двигаясь через вашу дверь. Выбор за вами. Вы — хозяин, поэтому, если сами сделали выбор, любые рассуждения на тему «а если не получится» просто отпадают.

Допустим, есть два варианта развития событий: получится и не получится. Уговаривать, убеждать себя в том, что у вас получится, бесполезно. Но теперь есть знание: вы сами выбираете свой вариант. Знание является той основой, на которой можно построить уверенность.

Осталось совсем немного — получить это *знание*. Для этого надо просто свыкнуться с этим знанием, принять его. Люди со временем привыкают к любым невероятным вещам, например к телефону, телевизору, самолету... Да мало ли было всего «совершенно невероятного»? Применяйте технику слайдов. Необходимо приютить знание в своей голове и ухаживать за ним до тех пор, пока внешнее намерение не сделает это фактом. Но ваша задача не уговаривать себя, а время от времени напоминать себе, что вы *знаете*, что цель будет достигнута.

Когда будете думать о своей цели, то поймаете себя на том, что невольно по привычке сомневаетесь, опять думаете о средствах. Сомнения, конечно, будут, но их нужно отлавливать и сразу ставить на место: «Я знаю, что успех зависит от моего выбора. Я выбор сделал. Так какие могут быть колебания?» Постепенно они уйдут. Там, где нет веры, а есть просто знание, сомнения существовать не могут. Не нужно только очень стараться от них избавиться и тем более бороться с их присутствием. В конечном итоге можете успокоить себя тем, что сомнения — это еще не гарантия провала. Просто тогда на вашем пути будут встречаться некоторые шероховатости.

Хочу еще раз подчеркнуть, главное — помните, что вы сами решаете, достигнуть своей цели или нет, а поэтому вам не о чем беспокоиться. Всякий раз, как только засомневаетесь, напоминайте себе об этом. Я опять обращаю ваше внимание на плохую привычку — забывать и существовать полубессознательно. Новые знания легко забываются, а старые привычки сидят крепко. Помните всегда, что вы — хозяин своей судьбы.

Я не думаю, что Христос испытывал восторг от ходьбы по воде. Для него это было так же естественно, как для нас передвигаться по земле. Люди тоже могли бы ходить по воде, если бы сумели отбросить все сомнения, беспокойство, эмоции по этому поводу. Невероятно? Но ведь вся история человечества — это сплошная череда удивлений по поводу абсолютно невероятных вещей. Например: «Железные корабли не могут плавать по воде, а уж тем более летать». Как только люди убедились, что можно плыть по воде на железных кораблях и летать по воздуху на тяжелых самолетах, больше никто не рассуждает по поводу возможности и реальности происходящего.

Таская с собой сомнения, вы сильно уменьшаете свои шансы на успех. В пространстве вариантов есть две линии жизни: на одной цель достигнута, а на другой вы потерпели неудачу. Когда барахтаетесь в своих сомнениях, то излучаете энергию на частоте линии неудачи. В этом случае едва ли можно надеяться на успех. Провал будет обусловлен обстоятельствами, которые появились в результате излучения ваших мыслей.

Вопрос нужно ставить иначе: не «Получится или нет?», а «Что я выбираю, успех или неудачу?». К такой постановке трудно привыкнуть. Вы всю жизнь убеждаетесь, что яблоки падают на землю, а не улетают в небо. Однако если будете постоянно ловить себя на сомнениях и сразу напоминать себе, что успех — это только вопрос вашего выбора, вы к этому привыкнете. Представьте себе, что с сегодняшнего дня яблоки стали почему-то падать в небо. Поначалу это очень удивит, но в конце концов вы с этим смиритесь и привыкнете. Что поделаешь, таково свойство яблок. Ведь не вызывают же удивления воздушные шары, улетающие в небо?

А теперь проснитесь и попробуйте осознать: в чем я только что пытался вас убедить? Вам не кажется, что я вожу вас по лабиринту в поисках веры? Если «поверили», значит, попались в ловушку. Не обижайтесь, дорогой Читатель, я всего лишь хотел продемонстрировать, каким образом разум блуждает в этом безнадежном лабиринте. Наше блуждание началось со слов: «Поэтому необходимо сделать один кардинальный шаг...» Далее следовали попытки подменить веру еще не полученным знанием. Однако суть ее от этого не меняется. Точно так же действуют маятники, когда стремятся завоевать вашу веру.

Можете не беспокоиться, трансерфинг — это не ловушка для разума, и все, о чем я писал в этой книге, не является плодом умозрительных упражнений. И даже это наше маленькое блуждание перестает быть ловушкой, если вы воспринимаете прочитанное не как призыв поверить, а как *надежду обрести свободу*. Чужая вера нужна только маятникам, но для трансерфинга она бесполезна.

Ведь я не пытаюсь вас убедить, а преследую совсем другую цель — *разрушить стереотипы привычного мировоззрения, чтобы вырваться из футляра обусловленности и проснуться во сне наяву*. Проснувшись, вы осознаете, что способны управлять своим сном. Для этого не требуется верить. Вы действуйте, а потом увидите, что будет. Не верьте, а проверяйте. Когда убедитесь, что трансерфинг действительно работает, тогда и будете *знать*.

Вам наверняка не раз приходилось слышать утверждение о том, что если непоколебимо верить в свои силы, в победу, тогда можно добиться всего. Легко сказать — «По вере вашей да будет вам». Но где взять эту веру? Как избавиться от сомнений? Да никак вы от них не избавитесь. Стремление обрести веру — напрасный труд. Если в вашей душе побывала тень сомнения, вы не сможете ее оттуда выгнать никакими убеждениями. Можно лишь обмануть свой разум. Он сделает вид, что не помнит о сомнениях, но они по-прежнему будут жить в душе.

Оставьте бесплодные усилия обрести безоговорочную веру. Есть другой более реальный путь. *Не думать о средствах достижения, а крутить в голове целевой слайд и переставлять ноги в направлении к цели*. Это не пустые мечтания, а конкретная работа по настройке своего излучения. Ведь ваши худшие ожидания реализуются? Так сделайте конкретную работу: *осознанно и целенаправленно перестройте свое излучение на реализацию лучших ожиданий*.

Если у вас есть цель, но есть и сомнения — получится или нет, тогда сомнения вам помешают. Но отбросить их не удастся. И не нужно. Вера требуется разуму для того, чтобы обосновать реальность достижения цели. Оставьте ее в стороне и не думайте о средствах, а *вживайтесь в слайд, на котором цель уже достигнута*. Это и есть конкретная работа без убежденности. Доставьте себе такое удовольствие. Тогда внешнее намерение сделает свое дело, и яблоки сами упадут в небо.

Яблоки падают в небо, когда разум встает перед фактом. Тогда он отпускает свой контроль и просто позволяет факту свершиться. Не имеет значения то, что ситуация непонятна, главное, что она реальна. Мы живем в мире, где люди катаются на велосипедах. Если бы человек попал в мир, где все летают, он бы тоже стал летать.

Я уже говорил, что, настраивая свое излучение на целевую линию, человек запускает механизм внешнего намерения. Вы крутите в мыслях целевой слайд и занимаетесь визуализацией процесса. А в это время ветер внешнего намерения медленно и постепенно двигает фрегат материальной реализации вашего мира в пространстве вариантов. Начинают открываться возможности, о которых вы и не подозревали. Более того, внешнее намерение начинает направлять действия так, чтобы приблизить вас к цели.

Обратите внимание: *иногда будет казаться, что обстоятельства складываются довольно странным образом*. Но откуда знать, *какая именно дорога ведет к вашей цели?* Вы же не будете учить шеф-повара в ресторане, как готовить блюдо? Всегда помните, что разум не способен просчитать наперед все ходы, и ему не известно, как можно реализовать цель. Ведь обычными способами не получается? Так почему же вы опять пытаетесь залезть в прокрустово ложе привычных стереотипов? Предоставьте заботу о средствах и путях достижения внешнему намерению. Доверяйте течению вариантов. Даже помимо своей воли вы будете действовать так, чтобы прийти к цели.

Вот каким образом работает внешнее намерение. Если вы сейчас идете по грязи, в дождь и холод, на ненавистную работу, но с праздником в душе, скоро все эти неудобства исчезнут. Сами

увидите, куда. Вы просто перестанете удовлетворять своими параметрами всей этой обстановке.

Я и сейчас пытаюсь не убедить вас, а вселить *надежду*. Из лабиринта веры нет выхода. Но должна быть надежда, что стены лабиринта рухнут, когда внешнее намерение продемонстрирует вам, как яблоки падают в небо. Не имея такой надежды, трансерфингом заниматься невозможно, да вы и не стали бы. Получив надежду, разум обретет опору под ногами, а душа оживится.

Столкнувшись с досадной неприятностью или сложной проблемой, люди отдают энергию маятнику и чувствуют беспокойство, упадок сил, гнет ситуации. Человек или находится в состоянии боевой готовности, или руки у него опускаются. И то и другое ненормально и ведет к стрессу и депрессии. Спокойствия нет, опора потеряна, внутренний стержень уверенности сломан. Чтобы обрести опору, люди ищут спасения в сигаретах, алкоголе, наркотиках и прочих способах. Но в результате попадают в кабалу новых маятников.

Опору можно всегда найти в себе самом, если проснуться и осознать, как создана проблемная ситуация. Проблема создана маятником. В этом нет ничего страшного. Опасность исходит не от самой проблемы, а от вашего отношения к ней. Если приняли важность проблемы, значит, отдаете энергию маятнику. Важно осознать, что в любой проблемной ситуации маятник требует от вас либо напрячь силы и бороться, либо опустить руки и поддаться унынию. Нельзя делать ни то, ни другое. Но ведь опоры нет, стержень уверенности потерян, как же быть? Опору вы найдете в осознании того, что понимаете, как маятник пытается подчинить вас себе и вытянуть энергию.

Казалось бы, как может помочь и ободрить простое знание? Очень даже может. Надежда — это тоже знание о том, что не все потеряно и выход есть. Понимание механизма проблемной ситуации имеет такой же вес, как и надежда. Вы уже не марионетка и не бумажный кораблик. Сами можете понять, что происходит, и можете сознательно ухмыльнуться про себя и сказать: «Нет, маятник, я не отдам тебе энергию. Я прекрасно понимаю, что тебе надо и как ты пытаешься меня зацепить. Ничего не выйдет! Тебе не удастся навязать мне важность проблемы. Я имею право выбирать, и я выбираю свободу от тебя».

В жизни каждый совершает массу ошибок, о которых потом приходится сожалеть. Вы можете подумать, что зашли уже слишком далеко от своей прежней цели. Не все потеряно, трансерфинг поможет выправить ситуацию. Даже если прежняя цель объективно закрылась, вы можете найти новую. Ваша цель не единственна, поэтому в любом возрасте есть шанс, и его надо использовать.

Ошибки, которые вы совершили, являются вашим капиталом. Если примете такую позицию, то вас ждет блестящий успех. Все люди, добившиеся успеха, прошли через целый лес неудач. Недаром говорится, «за одного битого двух небитых дают». Всем выдающимся личностям, добившимся успеха, пришлось пройти через все тяжкие'. Просто эта сторона их жизни не очень-то афишируется. Так что, если совершили большую ошибку и подверглись неудаче, — радуйтесь: вы на пути к успеху. Если же будете заниматься самобичеванием, ныть и жаловаться на жизнь, неудачи будут повторяться снова и снова. Весь ненужный, с вашей точки зрения, опыт вам обязательно пригодится на целевой линии жизни.

Апатия уходит, когда появляется новая надежда. Животные или люди, бредущие по пустыне и уже выбившиеся из сил, забывают об усталости, если увидят на горизонте оазис. Представьте себе муху, которая бьется о стекло, в то время как рядом открыта форточка. Всю жизнь мухе вдалбливали в голову, что если видишь цель, то нужно лететь прямо к ней. Она видит цель и бьется о стекло, а результата никакого. То же самое происходит с вами, когда не понимаете, как достичь цели, лишены выбора и вынуждены довольствоваться тем, что имеете. Но теперь, когда вы знаете, что форточка все же существует, она рядом, даже если ее не видно, у вас появляется *надежда*. А когда есть надежда, освобождается энергия намерения,

Надежда нужна для того, чтобы начать действовать. Начните действовать, и вы увидите, как яблоки упадут в небо. Когда надежда свое отработает, к вам придет осознание свободы выбора. Вот тогда вы себе скажете: *я не хочу и не надеюсь — я намерен*.

Резюме

Самоуверенность — это та же робость, только вывернутая наизнанку.

Стены лабиринта неуверенности рухнут, когда вы откажетесь от важности.

Когда есть свобода без борьбы, тогда уверенность не нужна.

Если у меня нет важности, мне нечего защищать и нечего завоевывать.

Не боритесь со своей реакцией на провокацию. Измените отношение.

Надо проигрывать равнодушно и не ставить себе ультиматумы.

Относитесь к любой информации осознанно.

У вас есть свобода выбора. Все, что вам нужно, — это решимость иметь.

Заработайте не деньги, а решимость иметь.

Сосредоточьтесь на цели, как будто она уже достигнута.

Ваши выбор — это непреложный закон. Вы сами формируете свою реальность.

Как не бояться? — Найти страховку, запасной вариант, обходной путь.

Как не беспокоиться и не тревожиться? — Действовать.

Как не желать? — Смириться с поражением и действовать.

Как не ожидать? — Действовать.

Как повысить свою значимость? — Отказаться от борьбы за нее.

Как не раздражаться? — Играть с маятником, нарушая правила его игры.

Как избавиться от чувства вины? — Перестать оправдываться.

Как справиться с возмущением? — Прекратить битву и двигаться по течению.

Если справиться с возмущением невозможно, позвольте себе эту слабость.

Линия жизни раздваивается на позитивное и негативное ответвление.

Выражая свое отношение к событию на развилке, вы делаете свой выбор.

Если вы намерены рассмотреть кажущееся негативным изменение в сценарии как позитивное, тогда вы попадете на благоприятное ответвление.

Заведите себе «идиотскую» привычку радоваться неудачам.

Перенаправьте контроль от борьбы с течением вариантов на следование ему.

Не думайте о средствах достижения, а крутите в голове целевой слайд и переставляйте ноги в направлении к цели. Вживайтесь в слайд, на котором цель уже достигнута.

Тогда внешнее намерение сделает свое дело, и яблоки сами упадут в небо.

Глава IV

Вперед в прошлое

Фантастика и магия иногда завораживают своей мистической таинственностью. Но это ничто в сравнении с тем великолепным чувством удивления и восторга, которое вы испытаете, когда ваши казавшиеся недостижимыми мечты начнут сбываться. Но для этого потребуются некоторое время, а подтверждение всему прочитанному хочется получить уже сейчас. И вы его получите. Вы сами сотворите волшебство и увидите это своими глазами. Когда невероятное на ваших глазах превращается в действительность, это выглядит потрясающе. Это уже не фантастика, а реальность, которая намного удивительней любой мистики.

Прошлое впереди.

Транзакция

Вспомните, в вашей жизни были периоды, когда вы были счастливы. Об этом вам иногда могут напоминать мелодии, которые слышали в то время. Порой пробегает мимолетная тень ощущения того настроения, когда вы были полны надежд и жизнь казалась если не праздником, то подготовкой к нему. В такие моменты у вас пробуждается ностальгия по утраченному. Грустно оттого, что это было когда-то в прошлом, которое уже не вернется. Неужели ничего вернуть нельзя?

В предисловии я обещал, что вы узнаете смысл слов «вперед в прошлое» только к концу книги. Теперь настало время выполнить обещание. Трансерфинг уже и так принес вам немало удивительных открытий. Вы, наверно, заинтригованы: что же готовится на этот раз? Все трюки со временем прочно обосновались в области фантастики. Несмотря на то что даже теоретическая физика не исключает возможность путешествия во времени, реальность этого вызывает большие сомнения.

Да, перемещение во времени кажется весьма сомнительным, но это зависит от того, в какой точке находится наблюдатель. Припомните модель двухмерных человечков на плоскости. Они не могут понять, где находится третье измерение. С точки зрения четырехмерного пространства наше трехмерное тоже кажется плоскостью. Рациональный разум скажет: «Все эти теоретические модели являются лишь моими абстракциями, однако я вижу то, что вижу».

В трансерфинге много невероятного, но я призываю вас не верить, а проверять. Конечно, для проверки необходимо ваше намерение, некоторые усилия и терпение, потому что результаты

проявляются не сразу. Внешнее намерение работает в большинстве случаев медленно и незаметно. Вам трудно поверить в существование этой таинственной невидимой силы, которая действует незаметно для глаз, особенно если пока просто читаете, не пробуя применить трансерфинг на практике.

Но вот настал момент, когда вы сможете собственными глазами увидеть свое движение в пространстве вариантов. Вы убедитесь, что можете перемещаться во времени как вперед, так и назад. Это не будет похоже на путешествие в том виде, как его изображают фантасты. Мы с вами занимаемся только реальными вещами. В этот раз не придется ждать результата действия внешнего намерения — вы увидите все сразу, своими глазами. И это будет не трюк, и не эксперименты с выходом в астрал или пространство сновидений. На несколько мгновений вы реально почувствуете движение во времени и пространстве. На практике процесс сводится к одному несложному действию — *транзакции*, состоящей из трех элементов.

Для выполнения первого элемента необходимо вспомнить о своих центральных энергетических потоках. Если вы уже занимались энергетической гимнастикой, вам должно быть знакомо ощущение этих потоков. Сначала вы быстро пробегаете внутренним взором по своему телу и сбрасываете зажимы в мышцах, приходя в состояние релаксации. Затем мысленно представляете, как энергия движется восходящим и нисходящим потоками вдоль позвоночника.

Для быстрого запуска энергетических фонтанов можно использовать один эффективный прием. Представьте себе, что из самого центра вашего тела выходят две горизонтальные противоположные стрелки: одна направлена вперед, другая — назад. Стрелки выходят из тела и выступают сантиметров на двадцать-тридцать или больше. Теперь мысленно поверните стрелки одновременно — переднюю вверх, а заднюю вниз так, чтобы они встали вертикально вдоль позвоночника. Вы сразу почувствуете, как энергетические потоки заметно оживились.

Это упражнение можно выполнять и стоя на месте, и на ходу. Вы как будто поворачиваете *ключ*, который запускает центральные потоки. Не обязательно превращать их в фонтаны и замыкать в сферу. Главное — представить, как вас пронизывают потоки энергии. Не важно, если вы их пока не чувствуете. С практикой придет и реальное ощущение. Прделайте это упражнение, когда просто гуляете или куда-нибудь идете. Вы почувствуете расслабление и легкость. *Поворот ключа — это первый элемент транзакции.*

Этот элемент вы можете выполнять в любой ситуации, когда необходимо быстро прийти в состояние релаксации. Попробуйте поворачивать ключ много раз в течение дня, особенно когда чем-то озабочены. Вы сразу заметите, что ключ сбрасывает зажимы. Мы все постоянно находимся под гнетом больших или малых проблем. Тяжесть автоматически отражается на мышцах. Вот вы идете и размышляете о чем-то гнетущем, беспокоящем, неприятном. В этот момент *вспомните* про ключ и поверните его. Убедитесь, что какие-то мышцы были напряжены, а теперь они расслабились, и вы почувствовали облегчение.

Было бы полезно завести себе привычку поворачивать ключ как можно чаще в течение дня. Тем самым вы сможете постоянно освобождать и очищать энергию намерения от избыточных потенциалов, которые вас угнетают. Считайте, что это *ключ от футляра обусловленности*, в который вас постоянно заключают гнетущие обстоятельства. Он не избавит вас от важности, но значительно облегчит процесс освобождения как на физическом, так и на энергетическом уровне.

Вторым элементом транзакции является визуализация целевого слайда. После того как вы повернули ключ, запустите в мыслях целевой слайд. Не забывайте, что вы должны представлять себя внутри слайда, а не смотреть на него, как на кинокартину. Вообразите себя в ситуации, когда цель достигнута. Чтобы привязать себя к слайду, представьте себе ощущения, которые вы испытываете внутри него. Потрогайте руками окружающую обстановку, представьте звуки, запахи или другие ощущения, которые вам лучше удаются. Крутите в мыслях слайд одну или несколько минут. Транзакцию желательно выполнять в то время, когда вы спокойно идете по знакомой местности. Можете смотреть по сторонам, но лучше под ноги впереди себя, чтобы сконцентрировать внимание на слайде.

После того как вам удалось более-менее четко представить себя в слайде, посмотрите вперед *осознанным взглядом*. Не думайте ни о чем и не анализируйте, а просто глядите ясным взором вперед и вдаль на то, что видите. *Ясный взгляд — это третий и последний элемент транзакции.*

В течение нескольких секунд на ваших глазах произойдет изменение оттенков окружающих

декораций. Когда вы посмотрели на знакомый вид ясным взглядом, то заметили, что картина вроде та же, но в ней есть нечто другое. Добавился какой-то еле уловимый и необъяснимый оттенок. Как будто вы это раньше уже где-то видели. Или что-то новое, несколько необычное. Не конкретные детали картины, а некий привкус, ощущение, настроение — *оттенок*.

Например, вы посмотрели на дом, который уже видели много раз, но сейчас подметили его окраску или освещение и поняли, что когда-то, при других обстоятельствах, уже переживали нечто подобное. В отдельных случаях может возникнуть ясное ощущение чего-то знакомого, происходившего раньше. Вам наверняка уже приходилось встречаться с таким странным эффектом, когда *ощущения прошлого вдруг всплывают в памяти*. Не воспоминания о прошлом, а именно ощущения прошлого — дежа-вю.

Этот эффект происходит с вами довольно часто, просто вы ничего не замечаете, потому что принимаете ситуацию как есть, другими словами, спите во сне наяву. Так вот, транзакция позволяет вам *заметить*, как мир меняется прямо на глазах. Вы смутно ощущаете нечто знакомое или, наоборот, чувствуете появление нового необычного оттенка.

Что же здесь происходит? Материальная реализация слоя вашего мира движется в пространстве вариантов. Что вы видите? *Вы видите смену оттенков декораций*.

Как вам известно, разные секторы в пространстве вариантов имеют различные сценарии и декорации. В зависимости от относительной удаленности секторов различия будут проявляться более или менее сильно. Движение материальной реализации происходит равномерно, а потому незаметно. Вам не удастся уловить это движение, так же, как перемещение минутной стрелки на небольших часах. Разительные изменения в оттенках ощущаются лишь при достаточно резком переходе с одной линии жизни на другую. В таких случаях вам встречаются *знаки*, явно обращающие на себя внимание.

В процессе транзакции визуализация целевого слайда усиливает порыв ветра внешнего намерения. Параметры вашего мысленного излучения сильно отличаются от текущей линии жизни. Поворот ключа усиливает энергию излучения, модулированного вашими мыслями. В результате движение реализации по секторам ускоряется. Ясный взгляд настраивает вас на то, чтобы проснуться и уловить изменения. Вот почему удастся в течение нескольких мгновений, пока длится порыв ветра, заметить смену оттенков декораций.

Выполняйте транзакцию бесстрастно, как чистите зубы или причесываетесь. Сразу может не получиться, как и езда на двухколесном велосипеде. Нельзя игнорировать тот факт, что во время транзакции вы прикасаетесь к внешнему намерению, а это вещь неуловимая и не поддающаяся контролю. Я советую отнестись легкомысленно к тому факту, что у вас сразу не получилось. Все равно обязательно получится. Делайте спонтанные попытки, не старайтесь, не прилагайте усилий, не придавайте большого значения самой технике транзакции. Вполне может быть, что вы нащупаете для себя совсем другую технику. Действуйте как бы между делом и как вам удобно. *Чем ниже для вас важность транзакции, тем лучше будет результат*. Если не напрягаться, то все легко получается.

Вам может показаться, что если очень часто повторять транзакцию, тогда движение к цели превратится в стремительный процесс. Это действительно так, но дело в том, что вы не сможете постоянно и всегда выполнять транзакцию безукоризненно, то есть бесстрастно. Все портит старая привычка желать. Если собираетесь мучить себя транзакциями, значит, у вас сильный потенциал желания непременно и поскорей получить результат. Потенциал будет и в том случае, если вы проникнетесь необходимостью действовать и будете принуждать себя выполнять транзакции. Необходимость — это тоже избыточный потенциал. Поэтому я всегда призывал вас просто доставить себе удовольствие визуализацией целевого слайда, а не принуждать себя по необходимости.

Потенциалы желания и необходимости отнимают энергию намерения, так что никакого порыва ветра не возникнет, а значит, транзакция не сработает. Особенно велико желание увидеть результат на первых порах. Я рекомендую постоянно обращать внимание на состояние своего желания. Как только вы уличили себя в желании получить результат, делайте перерыв и начинайте транзакцию заново позже. Если поймали себя на том, что изо всех сил стараетесь выполнить транзакцию качественно, вследствие чего напрягаетесь, вновь отложите свои попытки.

Выполняйте транзакцию только время от времени, для своего удовольствия и любопытства.

Не нужно заикливаться на транзакции. Она служит лишь для того, чтобы вы своими глазами увидели движение в пространстве вариантов. Основное же внимание в занятиях трансерфингом следует уделить прокрутке целевого слайда и визуализации процесса реализации текущего звена трансферной цепочки. Внешнее намерение работает и так, независимо от того, видите вы это или нет. Но теперь появился своего рода иллюминатор в пространство вариантов. Вам предоставляется возможность реально наблюдать свое движение. Весьма впечатляет. Вы не будете разочарованы.

Оттенки декораций

Теперь остановимся подробнее на том, что же вы собственно видите в результате транзакции. Все это настолько невероятно, что вызывает резонные сомнения. Может, это какая-то иллюзия, обусловленная свойствами человеческого восприятия? Где гарантия, что наблюдается именно смена оттенков декораций при переходе от одного сектора к другому?

Как я уже говорил, да вы и сами знаете, в сновидениях внешность знакомых людей не совсем обычная. Во сне, наблюдая отражение в зеркале, вы опять же видите свое, но в то же время чужое лицо. Вся привычная обстановка имеет совсем другой вид. Те же улицы и дома, но выглядят они иначе. Реальный мир тоже со временем меняется. Дома красят в другой цвет, деревья вырастают, люди стареют. Все эти изменения естественны. И в то же время движение материальной реализации идет не по одной прямой линии. Как отличить декорации одной линии от другой?

Можно сказать, что это было бы невозможно, если бы не такое изобретение, как фотография. Посмотрите альбомы со старыми фотографиями. Сравнивая пейзажи, вы не сможете однозначно выделить отличия в оттенках декораций разных линий, потому что внешний облик местности быстро меняется в силу естественных причин. Есть более наглядный и надежный способ. Сравните лица людей на снимках в разные периоды времени. Казалось бы, внешность человека должна меняться по мере старения линейно. Однако вы наблюдаете совсем другую картину.

Внешность на разных фотографиях значительно отличается. Причем эти отличия не носят линейный характер. Даже если не обращать внимания на разные прически и сравнивать снимки из средней части жизни человека, когда лицо не очень значительно взрослеет или стареет, все равно проявляются ощутимые отличия. Лицо того же человека, но оно *другое*. И дело не в том, что он постарел, или сменил прическу, или эмоции были разные. Оно приобрело другой рисунок, в нем появилось что-то иное. Вот это и есть разница в оттенках декораций. Вы и раньше знали, что человек меняется. Но, возможно, не обращали внимания на *характерную разницу в оттенках*. Полистайте старые альбомы и сами убедитесь.

У некоторых людей эта разница может быть настолько ощутимой, что, встретив человека через несколько лет, можно его просто не узнать. Сравнив свои фотографии в качественно разные периоды жизни, вы увидите значительные отличия в оттенках. Можете составить себе представление, как выглядит ваша реализация в качественно различных секторах пространства вариантов.

Ну а сами фотографии, которые лежат в альбоме, пока вы перемещаетесь по секторам, — они ведь тоже должны приобретать другие оттенки? Конечно, но оттенки односложных предметов настолько незначительны, что заметить их практически невозможно. Если будете выполнять транзакцию, фиксируя ясный взгляд на кровать или шкаф, вам не удастся уловить никаких изменений. Поэтому я рекомендую выполнять транзакцию на улице, а не в односложной обстановке, тогда изменения будут заметны.

Линия жизни — это цепочка секторов, примерно однородных по качеству. Декорации одной линии так же приблизительно однородны. Когда слой вашего мира переходит на другую линию, происходит смена декораций. В зависимости от силы и качества различий между линиями изменения в декорациях проявляются либо в виде легких оттенков, либо в форме значительных преобразований. В любом случае вы наблюдаете именно качественную разницу в оттенках.

Но где же здесь перемещение во времени, о котором я говорил? Двигаясь по линиям жизни естественным образом, мы плывем синхронно со временем, как по течению реки. Материальная реализация продвигается в пространстве вариантов, подобно пленке в кинопроекторе. Это движение мы воспринимаем как ход времени. Чтобы перемещаться относительно его, необходимо двигаться вперед, быстрее течения, или назад, против него. Это все равно, как если бы кадр вдруг начал перемещаться по самой пленке. В этом смысле путешествие во времени действительно невозможно.

Другими словами, *вы не можете переместиться вперед или назад во времени, находясь на*

одной и той же линии жизни. В противном случае будет иметь место нарушение причинно-следственных связей. Но перемещение во времени между различными линиями жизни теоретически возможно. В трансерфинге нет ответа на вопрос, как это делать. Да и перемещение во времени здесь идет в несколько другом ракурсе. Почему во время транзакции иногда всплывают ощущения прошлого? Этот феномен можно объяснить примерно следующим образом.

С раннего детства душа, интуитивно стремилась к своим целям через нужные двери. Тогда вы еще находились на линиях жизни, ведущих к ним. Возможно, у вас была мечта. Или, может быть, и сами не отдавали себе отчета, чего хотите, но все равно ваша душа знала, что вам нужно. Однако все мы в жизни больше подвержены влиянию деструктивных маятников, чем велениям своего сердца. Не говоря уже о длинной веренице негативных ответвлений, которые проходит каждый человек из-за склонности к негативизму. Поэтому постепенно вы смещались от тех начальных линий, ведущих к цели, все дальше и дальше.

Выполняя транзакцию, вы смещаетесь в обратном направлении и попадаете на линии, где уже бывали раньше, только позиция во времени теперь уже другая. Тот отрезок прежней линии, который могли бы пройти, уже позади. Но на саму линию вы все же вернулись. У каждой линии есть свойственные ей специфические особенности, привкусы, оттенки. Вот эти оттенки вы и ощущаете в момент ясного взгляда в конце транзакции. Не путайте только такие вещи, как, например, вид дома утром и вечером. Отличие оттенков разных линий — это совсем другое. Вы поймете, что я имею в виду, когда испытаете это ощущение.

Вот это и есть тот самый возврат в прошлое — вперед на прежние линии жизни. Может быть, это не совсем то, что ожидали, но это реально. Представляете, какой крюк вы сделали, сойдя с тропинки и долго плулая в лесу? Но сейчас время не жалеть о прошлом, а радоваться тому, что снова постепенно возвращаетесь на *свою стезю*. Знаете, ведь большинство людей так и не может вернуться.

Однако вовсе не обязательно, что вы почувствуете оттенок линии, на которой бывали раньше. Потому что путь к цели может лежать на новых линиях, где вы еще не бывали. В этом случае возврат на прежние линии не происходит вообще или только иногда. В пространстве вариантов линии жизни сильно переплетаются, и нам нет нужды разбираться, как именно работает трансерфинг. Возможно, в одном случае покажется, что данный оттенок вы уже где-то встречали, а в другом случае это будет что-то новое. Вы взглянули на знакомый вид, и вам показалось, что здесь есть какая-то новизна, особенный оттенок. Еще раз подчеркиваю, не новые детали, которые можете обнаружить и без всяких транзакций, а именно новые оттенки, стиль, настроение, значение, тема, мимолетное ощущение.

Впрочем, вы и так все поймете, когда попробуете. У вас обязательно получится. Не нужно только стараться это делать. Разум со своей склонностью к тотальному контролю вечно все портит. Как только вы поймали себя на том, что изо всех сил стремитесь увидеть оттенки, лучше прекратите это занятие и возобновите тогда, когда горячее желание непременно получить результат поостынет. Помните о правилах выполнения транзакции — она не сработает, если вы напрягаетесь. Поверьте, у вас все получится легко и естественно, если только «пошевелите мизинцем внешнего намерения». И, напротив, все превратится в бесполезные усилия внутреннего намерения, если будете стараться получить результат.

Если смены оттенков при транзакции не наблюдается, значит, параметры текущей линии и так удовлетворяют проделанной визуализации. Это говорит о том, что вы транслируете излучение текущей линии жизни и ваша цель впереди на этой линии. Но, так или иначе, выполняя транзакцию, время от времени будете подмечать трансформацию оттенков.

Восприятие оттенков проявляется не только на знакомых видах или пейзажах. Даже когда ваш ясный взгляд останавливается на картинах, которые вы видите в первый раз, появится мимолетное ощущение чего-то давно забытого или свежего, нового. Именно нового, а не незнакомого. Когда вы смотрите на незнакомый вид, то просто констатируете для себя факт, что видите это в первый раз, ничего особенного при этом не замечая. В процессе же транзакции возникает явное ощущение: в картине появилось нечто, чего несколько секунд назад не было. Вы это почувствуете.

Когда увидите оттенки, то будете поражены тем, насколько это реально. Ведь признайтесь, читая эту книгу, вы все-таки до конца так и не верили в реальность пространства вариантов и линий

жизни. Когда увидите своими глазами — не пугайтесь, это не мистика. Но и не свойства человеческого восприятия, как может показаться. Вы вскоре обнаружите другие признаки перехода на новые линии жизни, никак не связанные с восприятием. Можете почувствовать, что отношение к вам окружающих людей беспричинно изменилось в лучшую сторону. Некоторые проблемы, сопровождающие вас каждый день, куда-то исчезли. В общем, сами заметите, какие атрибуты повседневной жизни изменились, хотя видимых причин для этого не было. Например, часы, остановившиеся много лет назад, могут пойти снова.

Вообще в обычных условиях часы останавливаются по причине естественного засорения движущихся деталей. Стоит их почистить, и они пойдут снова. Однако очень часто часы и сложные приборы бытовой техники перестают работать сами собой или ломаются, когда их хозяева выходят из состояния равновесия. Так бывает в беспокойных, стрессовых, конфликтных ситуациях. Поломки приборов вызваны не энергией избыточных потенциалов — ее величина слишком мала и не направлена дифференцированно, чтобы вызывать какие-либо механические изменения.

Энергия негативных переживаний индуцирует переход на линии жизни, где нарушено равновесие, где жизнь вышла из спокойного течения, где есть некоторое отклонение от нормы. На таких линиях все вроде остается по-прежнему, но что-то не так, беспокойно, неправильно.словно на сцене декорации остались прежние, а освещение изменилось, или прозрачный воздух затянула пелена, или вода замутилась. Вот эти слабые изменения и влияют на работу чувствительных сложных приборов и точных механизмов, для которых легкая пелена становится заметной.

Есть даже категория людей, у которых все в руках «горит». Такие люди обычно постоянно находятся в состоянии отклонения от нормального равновесия — они или слишком рассеянны, или взвинчены, или напряжены, или беспокойны. Чувствительные приборы, попадая на мутные линии этих несчастных, выходят из строя. Так вот, если ваши часы снова пошли, значит, вам удалось перейти на чистые линии жизни. Но пусть вас не беспокоит, если часы упорно не хотят работать, может быть, их просто нужно сдать в мастерскую.

Теперь вы знаете, что путешествуете не только в пространстве вариантов, но в определенном смысле и во времени. Прошедшее уже не вернешь. Но можно вернуть то свежее ощущение новизны, надежды и счастья, которое было утрачено в результате движения по цепочке негативных отвращений. В начале книги уже говорилось о том, почему со временем пропадает ощущение свежести жизни. Движение к вашей цели — это возврат в прошлое, когда мороженое было вкусным, надежды радужными, и жизнь казалась такой радостной и многообещающей. Не унывайте, прошлое впереди!

Скольжение

Наконец мы подошли к тому моменту, когда вы готовы получить ответ на Загадку Смотрителя. Утверждение, что каждый человек имеет право на реальную свободу выбора своей судьбы, является загадкой до тех пор, пока неясно происхождение зависимости, то есть *несвободы*. Теперь, на основании всего сказанного в книге, я могу дать ответ.

Вы обретаете свободу, когда прекращаете свою битву.

Видите, ответ очень простой и короткий, как секрет алхимиков на изумрудной скрижали. Но если бы я дал ответ в начале книги, вы бы ничего не поняли, не правда ли? Зависимость состоит в том, что вы приняли участие в навязанной битве. Как только пробуждаетесь во сне наяву, прекращаете борьбу с собой, с миром и покидаете поле битвы, вас уже ничто не удерживает. Битва продолжается уже без вашего участия, а вы свободны идти, куда вздумается, и выбирать все, что хотите.

Мир, как зеркало, отражает ваше отношение к нему. Когда вы недовольны миром, он отворачивается. Когда боретесь с миром, он борется с вами. Когда прекращаете свою битву, мир идет навстречу.

С самого рождения маятники указали на ваше место в этом мире. Вам навязали шаблон мировоззрения, объяснили правила игры, отвели роль и тем самым заключили в футляр обусловленности. И в то же время выдали фальшивую декларацию независимости. В соответствии с этой декларацией можете выбирать. Вас подвесили на нить, как марионетку, и «отпустили» — дескать, желайте, чего хотите, и добивайтесь, как хотите. Вы начинаете дергаться на нитке и добиваться, но безуспешно. Тогда вам дают понять, что нужно еще более упорно бороться с собой и с миром, чтобы завоевать свое место под солнцем. Таковы правила игры маятников: «Сражайся и

делай, как я».

Вы воспользовались лишь свободой участия в битве. Да, это тоже выбор. Вы всегда получаете то, что выбираете, — это непреложный закон. В битве маятников человек не способен одержать победу — он может только получить приз, но и этого добиваются лишь единицы. Задача маятников состоит в том, чтобы скрыть подлинную свободу. На самом деле вас никто не может *заставить* принимать участие в битве. Вам могут только *внушить*, что другого выбора не существует. И это действительно так: *нет другого выхода до тех пор, пока держитесь за нитку важности.*

Чтобы обрести свободу, необходимо отказаться от важности — не придавать избыточно важного значения ничему, ни внутри, ни вне себя. В большинстве случаев, для того чтобы сбросить важность, достаточно проснуться и осознанно изменить свое отношение. Мы все спим наяву и механически играем свои роли. Глубина нашего сна опять же пропорциональна значению, которое сами придаем всем атрибутам игры, поэтому мы пленники своей важности.

Но не является ли попытка изменить свое отношение той же борьбой? Нет. Вы боретесь с собой, когда пытаетесь удержать свои *эмоции*. Теперь, когда вам известно, в чем заключается игра маятников, можете осознанно изменить свое *отношение* к ней, не принуждая себя. Тем самым вы делаете выбор в пользу свободы от битвы. Сами устанавливаете правила игры. Теперь ваша игра с маятником заключается в том, чтобы нарушать его правила. Такая игра превращает битву в потешное сражение с глиняным болваном. Вы как будто осознаете: все происходящее — всего лишь сон наяву. Отстраняясь со сцены в зрительный зал, вы вдруг понимаете, что это вам решать, продолжать участвовать в битве или просто спокойно пойти и взять свое.

Конечно, сразу оборвать нити важности не удастся. Невозможно вот так просто взять и избавиться от избыточных ценностей и комплексов. И не нужно избавляться, поскольку это опять борьба! Все дело в том, что нити важности постепенно сами оборвутся, когда вы прекратите свою битву. Всякую важность, которую удастся сбросить осознанно, — сбрасывайте. Все, что не удастся, — трансформируйте в действие. Крутите в мыслях целевой слайд, выполняйте визуализацию процесса и спокойно переставляйте ноги в направлении к цели — это и будет вашим действием. Отказ от битвы — тоже действие. Дайте возможность себе и миру быть такими, как есть. Не нужно изменять себя и бороться с ним. Как только вы откажетесь от битвы, с каждым днем свобода будет становиться все более ощутимой.

Невозможно также разом избавиться от груза проблем, который вы накопили за свою жизнь. Но, соблюдая принцип координации, вы постепенно выберетесь из дремучего бурелома на ровную дорогу. Нет гарантии, что сразу все пойдет гладко. Вас ждут провокации маятников, препятствия и разочарования. Главное, не отчаивайтесь, не впадайте в уныние. Со временем все наладится, ведь у вас в руках мощная техника управления судьбой.

Если удалось проникнуться сознанием того, что вы способны управлять событиями своей жизни, если вы обрели уверенность и чувствуете подъем — ждите неприятных сюрпризов. Скорее всего, вы получите щелчок по носу той или иной силы, в зависимости от интенсивности уверенности и подъема. Это равновесные силы реагируют на ваш избыточный потенциал. Не поддайтесь искушению вообразить себя кукловодом или режиссером-постановщиком пьесы «Моя жизнь».

Конечно, вы действительно режиссер, но только исключительно своей судьбы. Но в пьесе «Моя жизнь» играете не только вы сами, но и окружение. Поэтому малейшее сомнение и самоуверенность создает избыточный потенциал. Может казаться, что вы вовсе ничего из себя не возомнили, однако на самом деле никто не может быть безупречным. Вы получили ключ к очень мощной силе, поэтому малейшее отклонение от безупречности влечет за собой ощутимые последствия.

В идеале осознание того, что каждый человек хозяин своей судьбы, должно быть совершенно обыденным. Представьте себе, что вам выдали удостоверение, по которому вы имеете право покупать газеты в любых киосках города. Обрадуетесь? Вряд ли, ведь это и так ваше право. Вы не будете расстраиваться, если в данном киоске не удалось купить газету? Купите в другом киоске или вообще обойдетесь без газеты. Точно так же вы должны относиться к своей новой способности управлять событиями своей жизни.

Я должен предупредить вас еще об одном. Гран-серфинг не следует использовать с целью кому-нибудь навредить. Направляя визуализацией враждебное намерение, можете отомстить досадившему вам человеку или группе людей, и это получится. Но потом вас ждут проблемы. Очень

не советую заниматься черной магией. Даже если кажется, что ваше возмездие совершенно справедливо, не делайте этого. Если все-таки вам не удалось удержаться от соблазна наслать на врага неприятности, ждите первое предупреждение — вы сами увидите знак. А если не остановитесь, будете наказаны. Не забывайте, что все мы гости в этом мире. Таковы условия свободы: вы можете выбирать, но не имеете права что-либо менять.

Как известно, древние цивилизации погибли. От них остались лишь осколки в виде сооружений, подобных египетским пирамидам, и невнятных отголосков о каких-то тайных магических знаниях. Люди, овладевшие силой внешнего намерения, обрели слишком большое могущество и поэтому были не просто наказаны, а уничтожены равновесными силами. Таких цивилизаций, как Атлантида, было множество. Всякий раз, когда люди овладевали силой внешнего намерения, они забывали, что являются лишь гостями. А, как известно, зарвавшегося гостя выдворяют вон.

Особенно следует опасаться хвастовства перед знакомыми и близкими. Если будете вслух заявлять, что добьетесь своего, шансы на удачу сильно уменьшатся. Это тот случай, когда уверенность в себе перерастает в самоуверенность. Зная про себя, что своего добьетесь, вы не нарушаете равновесия. Это знание находится внутри вас, являясь вещью в себе. Но если другим людям декларируете, что получите то, чего у вас пока нет, вы создаете избыточный потенциал. Тогда включаются равновесные силы, направленные на устранение потенциала. Отсюда вывод: лучше вести себя скромно и держать язык за зубами. Конечно, когда вы уже добились своей цели, можете резвиться, только без телячьего восторга и эйфории, а то равновесные силы отберут у вас игрушку.

Преобразуйте свой восторг в намерение праздника. Используйте свое право выбора и позвольте себе роскошь воспринимать жизнь, которая вас сейчас не удовлетворяет, как праздник. Теперь появилось не иллюзорное, а реальное основание для праздника — надежда обрести свободу. Вы будете испытывать тихую радость от сознания того, что вы двигаетесь к своей цели, поэтому, праздник будет всегда рядом. Эту тихую радость не смогут омрачить даже равновесные силы. В соответствии с принципом координации, если вы будете воспринимать жизнь как праздник, не смотря ни на что, — значит, так оно и будет.

Теперь нет нужды продолжать битву. Вы и так свое получите. Отказавшись от битвы, вы обрываете свои нити и получаете свободу, не теряя опоры. Опора — это течение вариантов. Нужно помнить, что ваш выбор будет обязательно реализован. Настраивайте излучение своих мыслей на целевую линию, и тогда течение будет направлено именно к вашей цели. Нет таких сил, которые могут помешать на пути к цели, если двигаетесь по течению, сохраняете равновесие и соблюдаете принцип координации. Вы больше не бумажный кораблик на волнах обстоятельств и не марионетка в руках мятников. У вас есть парус — единство души и разума. Есть штурвал — ваш выбор. Вы скользите в пространстве вариантов, используя ветер внешнего намерения.

Резюме

Поворот ключа сбрасывает зажимы и освобождает энергию намерения.

Транзакция: поворот ключа, визуализация, фиксация ясным взглядом.

В результате транзакции вы видите смену оттенков декораций.

Не придавайте избыточного значения технике транзакции.

Выполняйте транзакцию непринужденно и не напрягаясь.

Не принуждайте себя выполнять транзакцию часто.

Вполне достаточно целевого слайда и визуализации процесса.

Транзакция служит лишь для наблюдения за движением в пространстве.

Движение к вашей цели — это освежение слоя вашего мира.

Мир, как зеркало, отражает ваше отношение к нему.

Прекращая свою битву, вы обретаете свободу.

Глава V

Письма из прошлого

Отрывки из книги «Трансерфинг реальности» до выхода ее в печать публиковались в форме почтовой рассылки в Интернете. Данная глава родилась в результате переписки с первоочередными пространством вариантов. Пользуясь случаем, хочу выразить свою благодарность вам, дорогие

Читатели, за теплые письма, за восторженные отзывы, за то воодушевление, с которым вы приняли идеи трансерфинга. Спасибо вам!

«И поражение от победы ты сам не должен отличать.»

Б. Пастернак

Черные полосы

«У меня появились вопросы, на которые я сама не могу найти ответа. По вашей теории, если я буду находить во всем хорошее, я как бы попадаю на волну положительных событий. У меня это не сбавывало, причем не один раз, иначе я бы не обратила внимание.

Приведу пример. Еще полгода назад у меня была замечательная работа, которая полностью меня устраивала и приносила радость. Я ею жила. Вокруг были хорошие друзья, знакомые, любимый человек, дом, родители. Я действительно радовалась, причем вполне осознанно, можно сказать, завидовала сама себе. У меня была понятная спокойная жизнь. Но я боялась, что долго такое длиться не может. Мне пришлось уехать. Теперь у меня нет дома, меньше друзей, работа, которая не соответствует моим планам и моему образованию...

Другой пример. Я заканчивала институт. Последние два года я проводила много времени на кафедре и очень сблизилась с преподавателями и студентами. Последний семестр я чуть ли не физически ощущала, что это замечательное время, и вряд ли оно когда-нибудь повторится. Я пыталась запомнить каждый день. Мне предложили остаться работать в институте. Рада я была просто жутко! Но начались сокращения, и меня не взяли, в результате полгода я просидела без работы дома. Это были для меня просто черные дни.

То есть не раз складывались ситуации, где я действительно была довольна жизнью и благодарил за это Бога, но потом начиналась такая черная полоса! Закон в моем случае не сбавывал, меня относил на волну отрицательных действий. И еще, когда мне совсем плохо и я начинаю „выть“ (жаловаться), мне как будто дают подсказку, помощь, хотя, по вашей теории, меня должно было снести совсем уж далеко...

Вот такие нестыковки. Буду рада, если вы мне поможете в них разобраться».

На самом деле никаких нестыковок в вашем случае нет. Наоборот, все происходит именно так, как должно быть. Вам не понятно, почему белые полосы в жизни внезапно сменяются черными. Но в письме вы сами прекрасно сформулировали причину.

Причина всегда была и есть одна и та же: мир — это зеркало вашего отношения к нему. Самое настоящее. Разница между первым и вторым только в том, что обычное зеркало отражает изменения сразу, а мир отвечает с задержкой, иногда в несколько дней, а то и месяцев.

Вот смотрите, что вы пишете: *«У меня была понятная спокойная жизнь. Но я боялась, что долго такое длиться не может. ...Последний семестр я чуть ли не физически ощущала, что это замечательное время и вряд ли оно когда-нибудь повторится».*

Где же вы видите нестыковку? Своим отношением сами задали программу, а мир безукоризненно ее выполнил. Мир всегда безупречно реализует ваш выбор. Он только этим и занимается.

Свою претензию к зеркалу вы формулируете следующим образом: *«...не раз складывались ситуации, где я действительно была довольна жизнью и благодарил за это Бога, но потом начиналась такая черная полоса!»* Что же послужило началом черной полосы?

Так вот, если я скажу, откуда берутся черные полосы, вы не поверите. Даже при отсутствии в вашем письме ключевых фраз, которые я процитировал, источник происхождения черных полос назвать совсем нетрудно. Этот случай вовсе не уникален, потому что все мы" всегда совершаем одну и ту же ошибку.

Дело в том, что черная полоса, которая следовала за белой, вовсе таковой не являлась. Это вы сами раскрасили ее в черный цвет. Плохое не может следовать из хорошего. В действительности *после хорошего следовало еще лучшее.* Но вам показалось, что это не так. Вы не приняли надвигающиеся перемены и выдали в мир негативное отношение. А миру пришлось зеркально отразить это отношение и тем самым реализовать ваш выбор.

Свойство человеческого разума — он всегда упрямо отстаивает свой сценарий. Все, не укладывающееся в сценарий, считается неудачей. И наоборот, за удачу принимается только то, что было задумано. Такое упрямство разума берет свое начало в собственной самонадеянности и в устоявшихся общественных стереотипах.

Откуда ваш разум может знать, что для него действительно хорошо, а что плохо? Разве может он предугадать, как повернется дело? Крупная удача никогда предварительно не стучится в дверь — она всегда буквально сваливается на голову. Вы не задумывались над тем, почему так получается? Да потому, что в таких случаях зазевавшийся разум не успевает помешать удаче реализоваться.

Только в момент, когда разум отпускает мертвую хватку своего контроля над сценарием, удача способна прорваться сквозь эту глухую защиту. Удача не может быть запланирована, не так ли? В противном случае, зачем все эти разговоры? Планируй — и получай задуманное! Нет, так бывает очень редко.

Разум не способен разработать алгоритм успеха. Иногда Читатели спрашивают меня, как им следует поступать в том или ином конкретном случае. А мне почему знать? Не верьте никому, кто будет утверждать, что знает рецепт успеха в каждом конкретном случае. *Никому этого знать не дано.*

Тогда кто знает и где найти ответ? Ваш мир, который является вашим зеркалом, — знает! Трансерфинг несет в себе самое удивительное открытие, какое только можно себе вообразить. Состоит оно в том, что от вас требуется лишь сделать выбор, а потом не мешать миру его реализовывать.

Вот в этом весь парадокс: человеку не обязательно точно знать, каким образом следует добиваться успеха. Точнее, лучше и не знать вовсе. А вы что, думали, трансерфинг даст очередной рецепт успеха? Разум не в состоянии найти такой рецепт. Вся прелесть заключается в том, что *он сам найдет**.

Задача разума не мешать своим контролем течению вариантов, то есть ходу событий. *Течение вариантов всегда направлено в сторону вашего выбора.* Именно поэтому, если выбор сделан, можно смело положиться на принцип координации намерения: *мое намерение реализуется; все идет к тому; и все идет как надо.*

Вернемся к черной полосе. Всякий раз, как наступала черная полоса, вы, по-видимому, упускали какой-то шанс. Это был шанс сделать белую полосу еще белей. Но разум не принимал наступающие события, точнее, расценивал их как негативные, и в результате негатив действительно проявлялся во всей красе.

Но не стоит по этому поводу расстраиваться. Если определите свою цель и будете придерживаться принципа координации, вас ждет одно замечательное открытие. Вам предстоит убедиться в том, что все совершенные ошибки служили именно этой цели. Вы не достигли бы этой вашей цели, если бы не совершили всех прошлых недочетов. С другой стороны, если бы вы их не совершили, опять же могли бы добраться до своей цели. Но это была бы другая цель. Ведь ваша цель не единственна. Вот так непостижимо, великолепно и щедро устроен наш мир.

Так что не отчаивайтесь: прошлое впереди, если двигаетесь к своей цели. Может быть, до сих пор вас увлекали только чужие цели?

Игра партнеров

«Вы говорила, что в супружеских парах, соединяются, казалось бы, несовместимые личности, словно в наказание друг другу. Это написано про меня. Не могли бы вы дать практические советы, как выйти из данной ситуации: что нужно делать и думать?»

Я много раз пытался наладить отношения, эффект был, но недолгий, потом понял, что мы несовместимы и мне нужно попробовать их налаживать с другой женщиной. Я выбрал развод. Я очень хочу завершить отношения, но есть общая недвижимость, и обстоятельства мешают мне гладко, с минимальным ущербом осуществить задуманное.

Когда я разозлюсь и думаю, что готов все закончить немедленно и на любых условиях, то отношения на время улучшаются без видимых причин. Но очень скоро все начинается по-новому. Что нужно сделать с точки зрения трансерфинга, чтобы изменить ситуацию?»

Я не ошибусь, если скажу, что большинство разводов происходит по банальной причине: партнеры не позволяют друг другу быть собой. Вы, наверно, думаете, что они здесь неправы, а я хочу показать, в чем неправы? Не угадали.

Дело вовсе не в том, кто прав, а кто виноват. Конфликты из-за мелочей имеют один нетривиальный, но главнейший аспект — *осознанность, точнее, ее отсутствие.*

Раздражение — это бессознательная реакция. В бессознательном сновидении сон с человеком случается, так как он всецело поглощен этой игрой и не отдает себе отчета, что это всего лишь сон.

Точно так же человек спит наяву, реагируя негативно, как устрица, на внешний раздражитель. Все вроде понимают, что каждый имеет право на свои особенности и странности. И если он не такой, как вы, он вовсе не обязан быть таким.

Но все это осознают только в тот момент, когда их об этом спрашивают. В остальных случаях спусковой крючок раздражения срабатывает в неосознанном состоянии.

Человек, находясь в бессознательном сновидении наяву, не позволяет себе быть собой, а другим быть другими. Возникают отношения зависимости, порождающие поляризацию, которая вызывает ветер равновесных сил. Равновесные силы стремятся столкнуть противоположности характеров, чтобы погасить неоднородность.

Вдобавок ко всему маятники, чувствуя поляризацию, индуцируют у партнеров действия, порождающие еще большее раздражение. Вы не замечали, что партнер иногда ведет себя так, будто нарочно старается вам досадить?

Так вот, знайте, что в большинстве случаев он это делает неосознанно, под влиянием маятника, который питается энергией вашего раздражения и стремится направить действия партнера таким образом, чтобы досадить вам еще больше.

Вы сами в своем письме иллюстрируете, как работает поляризация. Смотрите: *«Когда я разозлюсь и думаю, что готов все закончить немедленно и на любых условиях, то отношения на время улучшаются без видимых причин».*

Когда вы соглашаетесь на «любые условия», то отпускаете хватку, словно говорите: «А, гори оно все огнем!» Вот в этот момент поляризация ослабевает, ветер равновесных сил стихает, маятник оставляет вас в покое и, как следствие, отношения улучшаются.

Вообще, надо сказать, что несовместимы скорей одинаковые люди, чем разные. Когда говорят «мы друг с другом несовместимы» или «не сошлись характерами», в переводе на язык фактов это надо понимать как «не позволили друг другу быть собой».

В действительности люди с противоположными характерами могут и должны жить в счастье и согласии. Равновесные силы недаром сталкивают противоположности, тем самым поддерживая статус-кво.

Мне, а быть может, и вам известны пары, которые в течение своего долгого союза разводились много раз. И разводились всерьез, с выносом чемоданов, с битьем посуды, сжиганием семейных фотографий, разрыванием брачных свидетельств и прочими устрашающими ритуалами. Все эти умопомрачительные драмы сопровождалось страшными клятвами в том, что на этот раз все окончательно и бесповоротно. Но буря стихала, оба воителя успокаивались и начинали опять жить вместе.

Всех этих вооруженных скалками и тарелками конфликтов можно избежать, если осознанно спуститься со сцены в зрительный зал и посмотреть на игру, то есть совместную жизнь, со стороны. Сделать это необходимо хотя бы одному из партнеров.

Почему совместная жизнь является игрой? Потому, что каждый взял себе роль: я такой-то, я делаю то-то, а раздражает меня то-то. Но люди погружаются в эту игру с головой, а потому действуют неосознанно, словно спят наяву. Жизнь с ними «случается», и они не в состоянии влиять на сценарий, хотя всеми силами стараются это делать.

А теперь вспомните, как вы в детстве играли во взрослые игры. Дети в отличие от взрослых отдают себе отчет в том, что все делается «понарошку». Они в каждый момент помнят: это игра, а потому действуют осознанно, как играющие зрители. Дети способны изменить сценарий своей игры, поскольку осознают, что это не реальность. Точно так же в осознанном сновидении сновидящий способен контролировать происходящие события.

Взрослея, люди утрачивают способность играть от-страненно, погружаются в свои игры с головой, как в глубокий сон, и в итоге теряют осознанность. Ну а поскольку люди спят наяву, они превращаются в безвольных марионеток, послушных маятникам, и жизнь с ними «случается» на манер сновидения.

Попробуйте все-таки поиграть в совместную жизнь, как дети. Возьмите себе отведенные уже роли и сыграйте их отстраненно, «понарошку». Например, как только партнер начинает делать то, что вам не нравится, начинайте раздражаться, как вы это делали раньше, но сейчас играйте свою роль картинно, с гротеском и юмором.

В результате сразу станет понятен механизм конфликтов, которые вы разжигали, находясь в

неосознанном сновидении наяву. Вы по-настоящему осознаете, насколько все ссоры «высосаны из пальца», как в телесериалах. А когда осознаете, сможете наконец позволить себе быть собой, а другому быть другим.

Благотворительность

«Я последние два года погрузился в биржевую торговлю (РОКЕХ). И никак не могу прийти к успешной, стабильной торговле. Два года — сплошные потери. Может правда, как пишет один коллега: рынок — это дьявольское изобретение. „Богу — богово, кесарю — кесарево“. Играя на рынке, мы проигрываем душу. Свою душу. К сожалению, это так. И это правда. Единственный выход для меня — это жертвовать на храм. Но кармических последствий это не убирает..»

А как тогда насчет многовариантности судьбы? Неужели нельзя обеспечить торговлей на бирже свою жизнь? Все эти сказки про миллиардеров — миф? Или надо убрать из подсознания саму идею обогащения и поставить туда идею помощи ближнему? Я не теоретик и не начинающий, все, о чем пишу, — прочувствовано на собственной шкуре и не одну сотню раз. В чем, по-вашему, должен заключаться мой выбор?»

Вы у меня спрашиваете, в чем, по-моему, должен заключаться ваш выбор. Неужели я или кто-то другой в состоянии, указать истинную стезю? Это известно только вашей душе. Я же могу лишь оценить ошибки, причем только субъективно.

Вы пишете: *«Единственный выход для меня — это жертвовать на храм»*. Я, конечно, понимаю, что сами-то не считаете это единственным выходом. Но с чего вы взяли, что пожертвование можно вообще рассматривать как выход?

Приверженцы не Бога, а маятника религии внушили вам, что, отдавая деньги на храм, «спасете свою душу» или избавитесь от каких-то там кармических проблем. Любой истинный служитель Бога скажет, что индульгенцию нельзя купить ни за какие деньги.

Давайте называть вещи своими именами: маятник религии — это не Бог. Храм нужен не Всевышнему, а маятнику. Бог не нуждается в ваших пожертвованиях. Если вы рассматриваете пожертвование в качестве решения своих проблем, значит, пытаетесь заключить с Ним сделку.

Благотворительность может устранить избыточный потенциал накопленных денег, если у вас имеется избыток залежавшихся средств. Но, поскольку вы занимаетесь биржевой торговлей, застоя в финансах, скорее всего, нет.

Благотворительность является добрым делом в истинном смысле только в том случае, если она искренна. Например, богатый человек помогает детскому дому, но сам там никогда не бывает. В таком случае это не доброе дело, а сделка. Его помощь направлена индифферентно, служит красивой идее, обрамленной благочестивой фразой: «Я помогаю детям!»

Но побуждения этого человека неискренни. Он не нуждается в общении с детьми, которым оказывает помощь, а потому не любит их. *Он ценит себя, помогающего детям*. Ну, допустим, а разве плохо, что этот человек помогает, не любя, неискренне? Не плохо, все здорово. Только не следует надеяться, что это каким-то образом ему «зачтется».

Он может повысить свой рейтинг в общественном мнении, но душа его не получит равным счетом никакой компенсации. Лучше искренне любить себя, чем неискренне — других. Я бы даже сказал, что любить себя совершенно необходимо.

Вот вы пишете: *«Или надо убрать из подсознания саму идею обогащения и поставить туда идею помощи ближнему?»* Не надо насиловать себя этими идеями помощи ближнему, если вы не чувствуете искреннего побуждения. Напротив, займитесь именно своим обогащением. Вот это вы делаете искренно, и нечего стыдиться. Не обращайтесь внимания на вопли приверженцев маятника, которые навязывают вам свои «духовные» ценности. Помните: по-настоящему духовные личности никогда не будут вам ничего навязывать.

Первейшей духовной ценностью для вас является ваша душа. Отвернитесь от маятников, повернитесь к вашей душе и займитесь собой, например своим обогащением. Только вот подходить к этому обогащению нужно совсем не оттуда, откуда пытаетесь вы.

Душа хочет не денег, а того, что можно на них купить. Вы точно знаете, чего хотите? Скорее всего, нет. Вот и спросите себя, чего на самом деле хочется от жизни. *Что превратит вашу жизнь в праздник?* Определите свою цель.

Ваш разум решает эту задачу в лоб: за деньги можно купить практически все, следовательно, надо идти напрямик туда, где лежат эти деньги. Но вся беда в том, что душа тоже действует по-

своему в лоб. Она не разделяет стремления разума к деньгам. Она вообще не понимает, что это такое, поскольку не умеет «мыслить» абстрактно. Поэтому душа не станет союзником разума в добывании денег. А разум без души бессилён, так же, как и душа без разума.

Что же тогда делать? *Определить свою цель и двигаться к ней, не думая о средствах достижения этой цели.* Средства сами найдутся — вот в этом весь фокус. Другими словами, если душа и разум двигаются к своей цели рука об руку, перед вами открываются двери, которые раньше казались непреступными.

Можно ли считать игру на бирже вашей дверью? Не берусь судить. Вы пишете: «...никак не могу прийти к успешной, стабильной торговле. Два года — сплошные потери». Делайте выводы сами. Миллиардерами становятся именно те, кто двигается к своей цели, а не к деньгам.

Когда человек двигается к ней через свою дверь, его душа поет, а разум удовлетворенно потирает руки. Доставляет ли игра на бирже радость вашей душе? Дает ли это занятие удовлетворение разуму? На эти вопросы вы должны себе ответить сами.

Эзотерическое знание

«Я уже знакома с различной литературой такого плана, и что самое удивительное — в принципе, все хотят сказать одно и то же, только все равно во многом расходятся.

Я, например, от такого количества информации уже начинаю путаться, как правильно, а как неправильно. Практически все говорят, что всякую информацию не нужно принимать близко к сердцу. Но что делать людям впечатлительным и, допустим, тем, кто ежедневно подает милостыню? Ведь не принимая и не понимая чужое горе, мир станет черствым и злым,

В будущем я хочу стать журналистом и уже сейчас работаю в одном из изданий, где в основном сталкиваюсь с проблемами женщин, пишу на основе их историй очерки. Невозможно работать продуктивно, не пропустив их заботы через себя. Что делать журналистам, которые ежедневно сталкиваются с информацией различного характера? Неужели это означает, что мне всю жизнь придется раскачивать маятники или страдать самой? Может, я чего-то не понимаю?

А еще иногда возникает мысль, что все подобные идеи, включая трансерфинг, утопичны. Ведь, если разобраться, и трансерфинг — маятник, который создали Вы и раскачиваете мыслями других людей. Так почему бы не сделать его законы более простыми?»

Трансерфинг не выдуман, поэтому его законы не переделаешь. А «выдумать» такие вещи вообще невозможно. Научиться этому у других тоже нельзя. Эзотерическое Знание не выдумывается и не выучивается. Оно просто есть в общедоступном месте. Я называю это место пространством вариантов. Другие могут называть иначе, но суть от этого не меняется.

В своем письме вы говорите, что путаетесь в некоторых вопросах. Как разобраться во всем этом множестве учений, которые, по вашим словам, говорят об одном и том же, но все равно расходятся? Не поверите, как просто.

Прочитав гору литературы по психологии и эзотерике, можно в определенный момент остановиться и забыть все, о чем писали другие люди в своих книгах. Если у вас накоплен минимально необходимый фундамент в какой-то области, можете получать дальнейшую информацию напрямую из пространства вариантов.

Для этого нужно иметь дерзость прекратить искать ответы на вопросы в чужих книгах и обратиться к себе. До тех пор пока разум обращен к мудрым мира сего, вы будете путаться и находиться в положении вечного студента. Смените ориентацию: обратите свой разум к своей душе и получите ответы на все ваши вопросы.

Знаете, что отличает тех, кто делает открытия, создает шедевры культуры, искусства и пишет книги, от прочих, которые удивляются этим открытиям, восторгаются этими шедеврами, читают эти книги? Что отличает творцов от ценителей и учителей от учеников?

Первые имели дерзость оторвать свой разум от чужих творений и обратить его к своей душе. Ценители и ученики вовсе не обделены талантами! У них просто намерение направлено в другую сторону — на то, чтобы ценить чужое и учиться у других.

Вам может показаться, что я пытаюсь заниматься пустой демагогией или пережевывать какие-то общеизвестные истины. Обратитесь разум к своей душе? Чтото здесь неконкретно, неясно и отдаёт какой-то приторной духовностью.

Но на самом деле я говорю о совершенно конкретных вещах. Сказать, что ваша душа уже и так все знает, было бы не совсем точно. Душа не знает, но имеет, в отличие от разума, доступ к полю

информации, где хранятся данные о прошлом и будущем, а также где есть все шедевры и открытия.

Разум воспринимает чувства души как интуитивные знания и озарения, а затем интерпретирует в форму общепринятых понятий и обозначений.

Разум не может выдумать ничего нового. Он способен только собрать новую версию дома из старых кубиков. Все принципиально новое создается в единстве души и разума. Но для достижения этого единства необходимо сделать простые и конкретные шаги.

Принять тот факт, что вам доступны любые знания. Обратиться с вопросом к себе. Пойти своим путем. Использовать свое право на индивидуальность. Воспользоваться своим доступом к знанию.

Знание будет доступно, как только вам удастся переориентировать свое намерение с других на себя. Просто скажите себе, что вы индивидуальны, неповторимы и все знаете. Задавайте себе вопрос и ждите ответа. Он придет сам, может, сразу, может, через несколько дней, а то и месяцев, в зависимости от сложности. Но придет обязательно!

У каждого человека общение разума с душой происходит по-своему. Главное — обратить намерение разума к душе. *Весь секрет в том, что мало кому приходит в голову пытаться это делать. Но кто попробовал, тот начинает открывать новое и создавать шедевры.*

Единственно, что мешает объединению души и разума, — это внутренняя и внешняя важность. Важность запирает творческое начало в футляр общепринятых стереотипов. Вот что вы пишете о проблемах читателей: *«Невозможно работать продуктивно, не пропустив их. заботы через себя».*

Правильно проштампованная фраза, не так ли? Можно еще добавить, что, не пропустив проблему человека через себя, вообще невозможно ему чем-то помочь. И это тоже звучит правильно. А на самом деле — ложный стереотип, сформированный маятниками.

Вы решаете проблемы людей не благодаря тому, что пропускаете их через себя, а вопреки этому. Более того, погружаясь с головой в чужие проблемы, становитесь уже не способны решать их объективно.

У людей возникают проблемы вследствие того, что они погружены в свою игру с головой. Жизнь с ними «случается», и они, как в неосознанном сновидении, находятся во власти обстоятельств. Но стоит спуститься в зрительный зал и взглянуть на игру со стороны, как многое станет ясно.

Пока вы с головой погружены в проблемы людей, вы находитесь в одинаковом с ними положении. Для того чтобы понять и решить их проблемы, нужно действовать отстраненно.

Не бессердечно, не равнодушно, а отстраненно! Вот в этом разница между отсутствием важности и бездушностью.

Проблемы, как свои, так и чужие, удастся решать только в том случае, если возьмете себе роль играющего зрителя. А до тех пор, пока «живете» своими и чужими проблемами, вы беспомощны.

Многие Читатели никак не могут уловить эту разницу между отстраненностью и бездушием. Еще раз повторяю: *отсутствие важности — это отстраненность, а не безразличие.* Играйте свои роли «понарошку», как дети. Тогда и будете кукловодом, то есть хозяином ситуации. А если находясь с головой в игре, вы — марионетка.

Действительно, не следует все принимать слишком близко к сердцу. Если разобраться, все не настолько важно, как кажется. Нужно помогать тем, кто нуждается в вашей помощи. Но делать это нужно отстраненно, не проникаясь чувствами и не мучая себя переживаниями. Ваши чувства могут только повредить. И потом, помощь следует оказывать только тем, кто просит об этом.

На ваш вопрос: *«Что делать людям впечатлительным и, допустим, тем, кто ежедневно подает милостыню?»*, имеется совершенно конкретный, но неожиданный для вас ответ — *отказаться от чувства вины.*

Если вы систематически подаете милостыню, значит, чувствуете обязанность. А обязанность происходит от чувства вины. Вы не столько *сострадае*те нуждающимся, сколько чувствуете *обязанность* им помочь. Это есть не сострадание, а проявление важности.

Если у вас внезапно проснулось сочувствие к конкретной бедной больной старушке — это сострадание. Но если не можете пройти спокойно, без внутренних терзаний, мимо любого нищего, значит, не сострадание это вовсе, а чувство обязанности.

Что же делать?

Просто реализуйте свою свободу. Вы никому ничем не обязаны. Возьмите свое право на знание. Вы способны сами творить и давать ответы. Если не свободны от важности, вас терзают сомнения. Если же свободны — тогда правы. А когда вы свободны, можете себе позволить сочувствовать и сопереживать.

Как вернуть любимых

«Очень прошу вас, ответьте, пожалуйста, как вернуть любимого мужчину?»

Если он ушел сам, то его уже вряд ли можно вернуть. Точнее, вы не сможете его вернуть усилиями внутреннего намерения, то есть предпринимая какие-то действия, направленные на его «возвращение». К таким действиям относятся любые попытки непосредственно повлиять на этого человека. Если даже у вас что-нибудь получится, он уже не будет прежним.

Вернуть его можно только внешним намерением. Внутренним намерением вы пытаетесь непосредственно воздействовать на мир, добиваясь своих целей. Внешнее намерение работает так, что мир сам идет к вам навстречу. Вкратце я могу объяснить механизм работы внешнего намерения следующим образом.

Партнеры в своих отношениях руководствуются внутренним намерением, то есть хотят что-то друг от друга получить. Если один из партнеров этого не получает, он разрывает отношения.

Каждый человек стремится получить удовлетворение в отношениях по-своему. Это может быть потребность в любви, сексе, уважении, признании достоинств, взаимопонимании, общении, бегстве от одиночества, развлечения и так далее.

Существует ли нечто общее, объединяющее такие разные личные устремления? Этим общим всегда были и остаются защита и подтверждение собственной значимости. Чем бы человек ни руководствовался в своих действиях, любые его мотивы так или иначе связаны с чувством собственной значимости. Так человек устроен.

Внутреннее намерение в отношениях людей всегда направлено на защиту и подтверждение собственной значимости в той или иной форме. На что направлено внутреннее намерение вашего возлюбленного? На поиск партнера, от которого он получит удовлетворение собственной значимости.

А ваше внутреннее намерение на что направлено? Вернуть возлюбленного, и тем самым, во-первых, восстановить свою значимость, а во-вторых, возобновить отношения, в которых получали какое-то удовлетворение.

Теперь подумайте, сможете ли вы удовлетворить устремления партнера, если будете руководствоваться только своим внутренним намерением?

Для того чтобы вернуть вашего возлюбленного, необходимо дать ему то, на что направлено его внутреннее намерение. Не стоит его осуждать, если он хочет от вас получить удовлетворение собственной значимости в той или иной форме. Ведь вы и сами тоже хотите от него что-то получить.

Как известно, первый принцип фрейлинга гласит: *откажитесь от намерения получить, замените его намерением дать, и вы получите то, от чего отказались.*

Откажитесь от своего внутреннего намерения, куда бы оно ни было направлено. Определите, на что направлено намерение вашего партнера. Обратите свое устремление на то, чтобы удовлетворить его намерение. Как только ваши действия переориентируются на удовлетворение потребностей партнера, ваше внутреннее намерение превратится во внешнее.

В результате вам удастся не только осчастливить партнера, но и получить от него все, что сами хотите, *причем в избытке.* Если сможете отказаться от намерения получить, заменив его намерением дать, вы всенепременно получите то, от чего отказались.

Этот принцип работает настолько эффектно, что создается ощущение того, что здесь как будто задействована какая-то волшебная сила. Но вот это как раз и есть настоящая магия. И никаких заговоров и приворотных зелий не требуется,

Но вообще-то вернуть утраченное, как и дважды войти в одну реку, очень трудно. Лучше стараться придерживаться принципов фрейлинга еще до того, как отношения начнут портиться.

В любом случае прежде, чем что-либо предпринимать, я бы на вашем месте хорошенько подумал: действительно ли вы хотите его вернуть или же это горит неодолимое желание восстановить свою утраченную (брошенную им) значимость?

Если чувствуете, что вами пренебрегают, это очень больно. Я знаю. Но даже если бы мне

были известны все обстоятельства, я бы не смог посоветовать ничего конкретного. В моих силах лишь дать инструмент, а как его использовать, должны решать вы сами.

Не забывайте, что слой вашего мира — это ваше зеркало. Если предпочитаете страдать, значит, так оно для вас и будет. Если же вы в данный момент воспользуетесь принципом координации намерения и будете расценивать сложившиеся обстоятельства как исключительно благоприятные, значит, будет именно так.

Может быть, разрыв с возлюбленным избавляет вас от неведомых проблем. А вам кажется, что все идет плохо. Скажите себе, что все идет как надо, ведь вы сами должны решать — радоваться или страдать. Я бы на вашем месте радовался, прыгал и хлопал в ладоши. Позвольте зеркалу доставить вам удовольствие.

«У меня та же проблема. От меня уходит любимая женщина — жена (три года встречались, четыре года были женаты).

Основная причина разрыва — финансовая нестабильность с моей стороны. Во многих вопросах я слишком мягкий человек, несмелый, излишне осторожный. Моя жена считает, что при моем опыте и знаниях мне нужно открывать свою фирму. Тяжело при моем мягком характере лезть наверх, пробиваться в карьере. И потом, карьера — это не в духе креативщика.

Во многом я согласен с женой. В большинстве вопросов я излишне обстоятельно ищу дополнительную информацию, пытаюсь заработать дополнительный опыт. В основном вся моя карьера так построена, что в одном месте я больше чем год-два не задерживаюсь. (Что дает мне опыт и знания в бизнесе.) Большой плюс моего характера — это отзывчивость. Это же и мой минус, который мешает мне делать карьеру.

Жене нужна стабильность, надежность, дети. Мои внутренние мотивы тоже на это направлены. Но не в ракурсе карьеры, а по принципу разработать систему (бизнес-схему), которая будет приносить прибыль. Для этого и нужны опыт и знания, которые для меня всегда были одним из высших приоритетов.

Три месяца назад мы с женой развелись. Довольно мягко. Жена сейчас снимает отдельную квартиру, зарплата позволяет. Ищет себя. Но наши отношения все холодней. Уже нет желания со мной общаться. Как мне вернуть любимую?»

Конкретный рецепт решения ваших проблем я дать не могу. Я берусь это делать только в случае, если ситуация вырисовывается совершенно ясно. Но даже в этом случае мое мнение является субъективным, а потому может быть ошибочным.

Если ответ мне неизвестен, я обращаюсь к своей интуиции. Если интуиция мне ничего не подсказывает, я могу порекомендовать воспользоваться одним из принципов трансерфинга, поскольку знаю, что это никак не навредит.

В этом случае мой интуитивный ответ совпадает с принципом, согласно которому вам следует неуклонно следовать голосу своего сердца. Другие говорят, что успех — это карьера, стабильность, высокая зарплата. Эти вещи нельзя относить к цели. Разве стезя человека заключается в продвижении по карьерной лестнице?

Карьера, стабильность, высокая зарплата являются в действительности не целями, а сопутствующими атрибутами. Ваша цель — это то, что превратит жизнь в праздник. Подменяя цель атрибутом, вы ничего не достигнете. Атрибуты приходят сами, в результате достижения цели. Например, став уникальным классным специалистом, вы получаете все блага.

Поэтому стремиться нужно к цели, а не к выгодам, которые она приносит. Казалось бы, факт очевиден. Все это понимают. Но парадокс состоит в том, что он лишь мелькает короткой вспышкой в сознании людей, а потом затмевается блеском атрибутов.

Люди устремляются к атрибутам, как мотыльки к лампочке, но так ничего и не добиваются. Как же они могут добиться успеха, если устремляются не к цели, а к ее атрибутам? Отсюда миф о том, что высокое благосостояние — это удел избранных.

Общественное мнение навязывает вам свои стереотипы. Но это мнение базируется на видимых конечных результатах.

Успех приходит в процессе движения к цели. Конечные результаты всегда на виду, а процесс движения к цели остается в тени. В итоге складывается стереотип: добивайся карьеры и денег, другими словами, «лети к лампочке».

Все видят только блеск уже взошедших звезд. Но мало кто обращает внимание на путь,

проделанный ими к вершинам успеха. Все звезды прошли через густой лес неудач. Удача улыбается рано или поздно только тем, кто убежден в том, что идет своей стезей. Нужно только неуклонно двигаться к своей цели и помнить: что бы ни происходило, течение вариантов направлено туда, куда надо. Никому не дано знать, когда и каким образом цель будет достигнута.

Если вы будете следовать общепринятым стереотипам, то можете добиться определенных успехов. Но успехи эти будут средненькими, и дадутся они вам с большим трудом. Для того чтобы достичь поистине грандиозного успеха, необходимо определить свою цель и двигаться к ней *неуклонно*, не слушая никого. Можно принимать к сведению то, что советуют другие, но окончательное решение нужно принимать своим сердцем. Только так вы перестанете биться, как мотылек о лампочку.

Правильное решение рождается в единстве души и разума. Однозначным критерием *неправильного* решения может быть состояние душевного дискомфорта. Если вы приняли решение и при этом испытываете хоть малейшее тягостное ощущение, похожее на чувство вынужденной необходимости, значит, душа говорит вам «нет». Если же душевного дискомфорта в контексте принятого решения не испытываете, значит, душа говорит «да» или «не знаю». В таком случае окончательное слово остается за вашим разумом. Если решение верное, *душа поет, а разум удовлетворенно потирает руки*.

С другой стороны, если вы никак не можете определить свою цель, перестаньте мучить себя этим вопросом. Разве без цели жить невозможно? Если вам хочется просто жить, ни к чему не устремляясь, так почему бы и нет? В этом случае можно посоветовать лишь одно: нужно не плыть, а *двигаться* по течению. Другими словами, необходимо соблюдать принцип координации, тогда жизнь войдет в спокойное и комфортное русло. Ну а цель, скорее всего, даст о себе знать, когда вы прекратите судорожные попытки ее поиска. Что касается вопроса о том, как вернуть жену, здесь я ничего посоветовать не могу. По ключевой фразе: «Ищет себя. Но наши отношения все холодней. Уже нет желания со мной общаться», можно понять, что дело здесь вовсе не в финансовой стабильности. Если не любит — вернуть невозможно.

Намерение

«У меня такой вопрос: действует ли закон трансерфинга в отношении других людей? Например, может ли мать вылечить своих, детей (психически больных), или, если у вас (ну, или у меня) будет намерение — чтобы Россия стала богатой страной, и люди в ней жили счастливо?»

Намерение способно на все. Вопрос в том, какова его сила. Если вы обладаете намерением Христа, то, конечно, сможете исцелять. Но сила намерения — это не сила желания. Если вы очень сильно чего-то хотите, то вряд ли получите. Это даже не вера, потому что, где есть вера, там всегда найдется место сомнению.

Намерение — это 'бесстрастная, безоговорочная, безусловная решимость получить воплощение своей воли в действительность и спокойное осознание того, что будет именно так. Свободное от желания, боязни, сомнений и других потенциалов важности, оно является чистой. Например, намерение достать почту из ящика — чистое.

Если готовность исцелить своих детей будет такой же чистой, вы это сделаете. Только не подумайте, что этого можно добиться, прилагая усилия. Парализованный человек, сколько бы усилий он ни прилагал, не сдвинется с места. И в то же время он легко вернет свою подвижность, если случайно «вспомнит», как именно это делал.

Научить владеть намерением ни я, ни кто-то другой не сможет. Но в трансерфинге имеются методы, позволяющие заставить намерение работать независимо от вашей воли. Это так называемое внешнее намерение.

В данном случае, если лечение не помогает, вам необходимо отказаться от попыток вылечить своих детей. Что такое психическое расстройство? Это когда душа человека настроена на нереализованную область пространства вариантов. Нормальные люди настроены на наш реализованный мир, а психически больные вовсе не больны, а просто «витают» в неисполненной, а потому «ненормальной», с нашей точки зрения, области.

Примите своих детей такими, какие они есть. Они не больны, они просто другие, не такие, как все. Это очень хорошо, когда человек не такой, как все — вот что нормально. Ненормально теперешнее положение, когда все мыслят и действуют одинаково.

Стараясь сделать ваших детей нормальными, вы этого не добьетесь. Как я уже говорил,

намерением нельзя овладеть силой. Стараясь, прилагая усилия и досадуя, вы создаете мощные избыточные потенциалы, которые только усугубляют все дело.

Но если удастся принять ваших детей такими, как они есть, и признать их нормальность, тогда получите намерение обходным путем. В таком случае ваше внутреннее намерение превратится во внешнее.

Дайте детям внимание, заботу и, насколько это возможно, свободу. Освободите детей от необходимости быть «нормальными», а себя от необходимости сделать их «нормальными». И тогда не сразу, а по прошествии некоторого времени вы увидите результаты.

В то же время решайте сами: принимать или не принимать мой совет. Как вы понимаете, я дал ответ, не являясь специалистом в области психиатрии. Имею ли я право вообще давать подобные советы?

Ваша душа может дать ответы на любые вопросы, которые касаются вас. Больше доверяйте голосу своего сердца, чем мнению других людей, не исключая меня.

Единственное мое преимущество в том, что ваши дети мне безразличны. В этом смысле я не имею по отношению к ним избыточных потенциалов, а потому мое намерение дать ответ является чистым.

Но вообще мне непонятно, почему вы печетесь о судьбе России, если ваши дети больны? Не слишком ли широкий размах? Не нравятся мне эти идеи сделать всех счастливыми.

Каждый человек формирует только слой своего мира, поэтому осчастливить всю Россию один человек не способен. Это могут сделать только все люди вместе. Но люди, объединенные общей идеей, в конечном итоге создают маятник. А он рано или поздно начинает свою деструктивную деятельность: уводит приверженцев от стези и развязывает битву со своими конкурентами.

Вы прекрасно знаете, чем заканчивались все идеи сделать людей счастливыми. Любая такая идея, в том числе самая светлая, основанная на любви к Богу, порождает маятник. Именем Бога и во имя счастья на Земле уничтожались целые народы.

Не способен маятник сделать всех людей счастливыми. В любом случае многие при этом пострадают и будут несчастны. Счастье не может быть всеобщим. Это понятие чисто индивидуальное. Если все общество мобилизуется на строительство всеобщего счастья, возникает та самая разруха, которая, по Булгакову, «не в клозетах, а в головах».

Маятникам выгодно выдавать заботу о других за широту души. Они умеют искусно формировать очень убедительные стереотипы. Но все это лишь красивая демагогия. Все люди будут счастливы только в том случае, если каждый будет идти к Своей цели через Свою дверь. В этом смысле трансерфинг является маятником для индивидуалистов. Но это единственный реальный путь к подлинному, а не эфемерному счастью.

Необходимо отвернуться от маятников, выпустить свою душу из футляра стереотипов и заняться своим счастьем. На пути к своей цели вы сотворите массу поистине добрых и полезных дел. И, конечно, поможете многим бедным и несчастным, потому что у вас появятся большие возможности.

«Вы говорите, когда человек находится на волнах удачи, то он во всем счастлив и удачлив, главное — не поддаваться влиянию деструктивных маятников. А как насчет того, что обычно у человека не может быть все хорошо? Либо на работе карьера, рост, успех, либо дома уют, спокойствие, любовь. А ведь в большинстве случаев хочется, чтобы и там, и там было все отлично».

Это вы говорите, что у человека не может быть все хорошо. Это личный выбор. Поскольку вы так считаете, значит, так оно и будет. Мир всегда реализует *ваш* выбор для вас. Вы пишете: *«А ведь в большинстве случаев хочется, чтобы и там, и там было все отлично».* Мир и здесь реализует выбор. Он безупречно отражает тот факт, что вам *хочется*, чтобы все было отлично. Но не более того. Ведь вам хочется? Вот и получаете себя, *хотящую*.

Когда перестанете просто *хотеть* и будете *намерены иметь*, тогда вы это получите. Обратите внимание на девиз трансерфинга: *«Я не хочу и не надеюсь. Я намерен».*

Потенциалы важности

«Подскажите, как уйти от страхов, тревог, паники? Как это сделать практически? Например: уехал близкий человек — дочь, сын. И тревога накатывает и поглощает: как долетели,

почему не звонят?»

Вы затронули интересную, но сложную тему. Универсального рецепта от страха не существует. И если бы нашлось какое-то простое и действенное средство, растворяющее страх без изменения сознания, то оно стало бы одним из величайших открытий всех времен.

Страх в терминах трансерфинга — это избыточный энергетический потенциал, который возникает, когда предмету страха придается излишне большое значение. Избыточный потенциал нарушает равновесие в энергетическом поле и потому порождает силы, направленные на его устранение.

Допустим, вам приходится идти по кромке обрыва, и вы панически боитесь упасть вниз. Каким образом равновесные силы могут устранить этот потенциал? Наименее энергоемкий способ — сбросить вас в пропасть и покончить с этим. Природа всегда идет по пути наименьших энергозатрат.

Но, поскольку такой вариант вас не устраивает, приходится преодолевать сопротивление равновесных сил, то есть держать себя в руках. Получается, чтобы уравновесить потенциал страха, необходимо приложить еще дополнительные усилия. В результате ваша энергия расходуется вдвойне: на сам потенциал, и на его удержание. Свободной энергии почти не остается, потому и возникает своего рода оцепенение.

Если потенциал страха достаточно велик, удержать его под контролем не удастся, и тогда равновесные силы делают с вами, что хотят. Другими словами, возникает паника, и вы увлекаетесь силами в сторону гашения потенциала, то есть к вашей гибели.

Если сознательно снизить планку важности ситуации, то страх исчезнет. Но вся проблема в том, что осознанно сбросить важность не удастся. Поэтому единственным действенным средством является страховка, или обходной путь. Вид ее в каждом конкретном случае свой.

Если страховки нет, тогда все, что можно сделать в таком случае, — это не бороться с тревогой. Уговаривать себя не бояться — бесполезно. Самообман не поможет. Любая форма борьбы со страхом только отнимает вашу энергию и усугубляет избыточный потенциал. Если не бояться невозможно — бойтесь. Действуйте, как умеете, только не боритесь с самим страхом.

Например, если вы волнуетесь перед выступлением — на здоровье. Волнуйтесь естественно и со всем удовольствием. Отдавайтесь целиком этому замечательному чувству. Позвольте себе сходить с ума, как вам больше нравится. Как только вы это себе позволите, все волнение чудесным образом испарится неизвестно куда. Так происходит потому, что значительная часть энергии расходуется на борьбу с волнением.

Тревога и беспокойство являются менее сильными проявлениями страха. Важность здесь порождается ожиданием неизвестности. В таком случае есть возможность осознанно снизить планку важности. Если вас что-то тревожит, объясните себе, что это для вас крайне невыгодно. Опасения и худшие ожидания, как правило, реализуются.

Одним из способов устранения беспокойства является действие — неважно какое. Потенциалы тревоги и беспокойства рассеиваются в действии. Бездеятельное беспокойство будет висеть до тех пор, пока вы не начнете активно действовать. Вид деятельности может даже не иметь отношения к предмету беспокойства. Достаточно чем-то себя занять, и вы сразу почувствуете, как беспокойство пошло на убыль.

Хорошей опорной точкой для снижения планки важности может служить принцип координации намерения: все идет, как надо. Позвольте себе не знать, как должны развиваться события. Отпустите хватку контроля над сценарием и дайте возможность ситуации благополучно разрешиться.

Обстоятельства начнут складываться благоприятно сами собой, если вы будете осознанно двигаться по течению, а не лупить руками по воде. Принцип координации намерения работает, можете быть уверены. Мир никому не собирается устраивать неприятности. Не потому, что есть силы, которые якобы о вас заботятся. А потому, что так тратится меньше энергии.

Природа не тратит энергии впустую. Ей невыгодно расходовать на вас энергию. Неприятности всегда связаны с избыточными затратами энергии. Благополучие, напротив, является нормой и требует минимальных энергозатрат. Разум человека, не имея понятия о пути наименьшего сопротивления, борется с течением вариантов и сам нагромождает себе препятствия и проблемы. А откуда им еще взяться? Закон сохранения энергии еще никто не отменял.

Не следует только понимать принцип координации буквально. Например, лезть в самое пекло и твердить при этом, что все идет, как надо. Но в общем и целом на этот принцип можно смело положиться.

«Моя проблема такова: я поставил перед собой очень высокие цели, но постоянно нахожусь в окружении маятников, которые мешают мне. Я не могу ни с кем поговорить о моей цели, обсудить свои интересы, и даже родные мне говорят, что у меня ничего не выйдет. Наблюдая за людьми, я вижу, что практически все на одно лицо. Подскажите мне что-нибудь, пожалуйста».

Естественно, маятники будут вам мешать, они всем мешают. Чтобы свести их противодействие к минимуму, требуется держать планку важности на низком уровне, то есть не придавать ничему излишне большого значения. Такая рекомендация звучит непривычно, однако большинство проблем возникает именно по причине высокой внутренней и внешней важности.

«Очень высокие цели» вовсе не являются труднодостижимыми по определению. Труднодостижимыми их делают привычные стереотипы разума. Сломать эти стереотипы можно при помощи принципа координации намерения.

Вы можете достичь любой цели, если она ваша. Если цель чужая, будете испытывать некоторый душевный дискомфорт, когда крутите в мыслях картину о том, как будто цель уже достигнута.

Что касается вопросов выбора вашей цели и конкретных способов ее достижения, можете лишь принимать к сведению то, что говорят другие, но не более того. Руководством к действию должны служить веления сердца, а не советы других людей, особенно близких, которые «изо всех сил желают вам добра».

Но вообще, из письма я не могу точно определить, в чем у вас проблема. Особенно не понятна такая фраза: «Наблюдая за людьми, я вижу, что практически все на одно лицо».

«Хочу пояснить: все окружающие меня люди, включая родителей и друзей, не понимают меня, мои желания, заставляют действовать в своих интересах. Они даже не понимают, как можно мыслить так, как я. А я человек, предпочитающий жесткую дисциплину, планирование своего дня, активность, настойчивость, упорство в достижении своей цели; стремящийся получить новые знания и т. д. А мои родители принуждают меня забыть об этом, говорят мне, что нужно найти работу и спокойно жить (на мой взгляд, это низкие цели). А у всех моих друзей жизненная философия, на мой взгляд, еще хуже: как бы прогулять урок, как сделать другому плохо, могут даже оскорбить учителя, обсуждают неинтересные, на мой взгляд, темы. Также мешают мне на уроках. К тому же родители постоянно ссорятся».

Теперь картина немного прояснилась. Не знаю, понравится ли мой совет? Но мое дело предложить, а вы сами для себя решайте. Я ведь никому ничего не навязываю. Вы спрашиваете — я отвечаю.

Итак, для решения этой проблемы необходимо валять дурака. В самом прямом смысле. Говорю совершенно серьезно, не подумайте, что я издеваюсь.

Дурака следует подобрать очень тщательно. Здесь вы должны проявить все положительные качества, которыми обладаете: педантичность, собранность, целеустремленность. Желательно, чтобы это был неживой предмет, дабы не причинить ему неудобства. Обдумайте хорошенько, что для этого можно приспособить. Могу предложить один вариант — плюшевый мишка.

Когда подходящий дурень будет найден, разработайте грамотный план: где, когда и как вы будете его валять. Было бы очень полезно составить инструкцию с подробным описанием действий, нечто вроде: «Валяние вышеупомянутого дурака осуществляется путем переворачивания его вокруг продольной оси. Дурак при этом должен находиться на ровной поверхности в положении, не препятствующем его переворачиванию. Переворачивание валяемого дурака производится посредством приложения последовательных усилий, производимых руками валяющего». И так далее в том же духе.

В общем, инструкция и план должны быть составлены весьма скрупулезно, с уточнением всевозможных деталей, включая правила техники безопасности. Отнеситесь к этому делу со всей серьезностью. В результате у вас должен получиться внушительный проект. Рекомендую придать ему офисную презентабельность и оформить в деловую папку.

После того, как проект будет готов, приступайте к его реализации. Тщательно подготовьтесь к этому мероприятию и старательно произведите все необходимые действия, строго придерживаясь

инструкции. Все действия вы должны выполнять серьезно и тщательно, время от времени заглядывая в инструкцию. Лицо должно быть очень умным и сосредоточенным. Если будут мешать приступы идиотского смеха, можно на время прекратить это занятие, отфыркаться как следует, успокоиться, а затем продолжить.

Вы все-таки думаете, что я издеваюсь? Дело в том, что причина проблем кроется в завышенном потенциале внутренней важности. Вы пишете: «...я человек, предпочитающий жесткую дисциплину, планирование своего дня, активность, настойчивость, упорство в достижении своей цели... но я постоянно нахожусь в окружении маятников, которые мешают мне».

Вы предъявляете к себе (и, возможно, к другим) слишком высокие требования. Не могу утверждать, но предполагаю, что сами взвалили на себя роль человека, который «серьезно и со всей ответственностью занимается важным делом». Если так, вокруг вас постоянно должны суетиться люди с совершенно противоположными качествами. Например, будут досажать безответственные, несобранные, недисциплинированные, склочные. В общем, всякие обормоты будут стремиться разрушить четкое планирование.

Почему так происходит? Потому, что ваш избыточный потенциал внутренней важности создает сильную поляризацию. Люди с противоположными качествами будут притягиваться к вам, как железные опилки к магниту. Так работают равновесные силы, направленные на устранение потенциала. Окружающий мир — это ваше зеркало. Но если создаете избыточные потенциалы внутренней и внешней важности, зеркало искривляется. Вот это искривление реальности и проявляется в том, что вы находитесь в окружении маятников, которые мешают.

Если быть точнее, мешающие люди — это не маятники, а их марионетки. Маятники чувствуют энергию вашего потенциала и заставляют людей вести себя так, чтобы вам досадить. Вы раздражаетесь, а паяц прыгает еще неистовей — это маятник его раскачивает и получает энергию раздражения.

Однако стоит сбросить потенциал важности, и картина окружающего мира постепенно трансформируется. Те же люди могут остаться, но вести себя по отношению к вам они будут совсем по-другому. Как только поляризация исчезнет, зеркало разгладится, и реальность придет в норму.

Но что же вызывает эту поляризацию? Неужели ваши положительные качества? Отнюдь нет. У вас очень хорошие качества, они делают вам честь и, несомненно, помогут в жизни. Поляризация возникает как следствие отношений зависимости.

Ваши качества не производят никаких изменений в окружающей энергетической картине до тех пор, пока сами не начинаете сравнивать себя с другими. Например, вы думаете: я дисциплинированный, а они разгильдяи; они бестолковые, а я целеустремленный. Вот это противопоставление и «натягивает» поляризацию.

Выполняя данный ритуал, вы сведете на нет всю свою внутреннюю важность. Но, возможно, найдете такой ритуал для себя неприемлемым. Тогда будет лучше, если вы просто перестанете противопоставлять себя окружающим людям. *Позвольте себе быть собой, а другим быть другими. Отпустите свою хватку.* Как только это сделаете, поляризация исчезнет, и окружающий мир непостижимым образом изменит свое лицо — он перестанет вам мешать. Вот тогда и поймете, что такое «Трансерфинг реальности».

«Вот одному серьезному читателю вы посоветовали „валить дурака“. А что делать тем, кто слишком увлекается „валением дурака“? Как заставить себя заниматься серьезными делами?»

Серьезными делами заниматься не хочется не потому, что они серьезные, а потому, что это не ваши дела. Лень — это состояние души. Конечно, у нее нет никакого желания заниматься чуждыми ей делами. Может быть, она пришла в этот мир не для того, чтобы вкалывать на какой-нибудь маятник, а затем, чтобы греться на солнышке возле теплого моря, или кататься на горных лыжах в Альпах, или путешествовать, мало ли всяких удовольствий в этом мире?

«А работать кто будет?» — спросит сердитый маятник. Ну, на это можно ответить легкомысленно, словами из веселой студенческой песенки: «Пускай работает лохматый тот медведь и не фиг по лесу шататься и реветь». Именно так, ведь чувство долга и необходимость — это изобретения маятников.

Наш мир в действительности настолько богат и щедр, что его благ на всех хватит, если каждый будет двигаться к Своей цели через Свою дверь. Едва ли когда-нибудь будет так. Но

отдельно взятый человек, если захочет, может преобразовать слой своего мира в очень уютный уголок.

Для этого необходимо найти свою цель и свою дверь. Если вы будете двигаться к своей цели, не придется себя уговаривать и принуждать. Душа вприпрыжку побежит к своей цели через свою дверь. Ваша дверь для других может казаться обременительной работой, но для вас это будет приятным удовольствием.

Пока двигаетесь к чуждой цели через чужую дверь, вы работаете на маятник. На этом пути ваша душа всегда будет говорить «не хочу», а разум будет твердить «надо». Это путь в никуда, какими бы разумными доводами и красивыми декорациями он ни был обставлен. Выход один — определить свою цель и двигаться к ней.

Ну а пока лекарством от вынужденной необходимости может стать игра. Вспомните, как в детстве играли во взрослые игры: в магазин или больницу, например. Вот и сейчас представьте, что нужно не трудиться, а играть.

Вы страдаете от вынужденной необходимости только в случае, если погружаетесь в эту игру с головой. Возьмите себе роль играющего зрителя. Действуйте отстраненно. Не отдавайте себя целиком делу, которое выполнять необходимо. Притворитесь, что это игра. *Сдайте себя в аренду.*

Инверсия реальности

Реальность неумолимо передвигает свои кадры по ленте времени. Праздники приходят и уходят. Как жаль, что они так быстро кончаются. Прав был Хемингуэй: праздник нужно всегда носить с собой. Но это редко удается. Он неожиданно куда-то теряется, и все краски жизни меркнут. На душе пустота и гнетущая тоска, иногда объяснимая, иногда не имеющая под собой видимых причин.

Самое неприятное в том, что мир погружается во мрак стремительно и охотно, а просветление выплывает очень медленно, после томительного ожидания. Склонность человека к негативизму делает свое черное дело. Угнетенность — это состояние единства души и разума в том, что человеку плохо.

В таком случае внешнее намерение неуклонно сдвигает реальность в темные области пространства вариантов. Зеркало реагирует быстро, без промедления. А просветление потом долго не появляется, потому что человеку плохо, и он своим отношением все больше раскрашивает слой своего мира в черные краски.

Иногда бывает так скверно, что нет сил даже вспоминать о трансерфинге или о чем-то подобном. Как вырваться из этого заколдованного круга и выправить реальность? В общем-то практически достаточно трудно. И все же имеется один радикальный метод под названием *инверсия реальности*.

Было это очень давно, но совсем недавно — всего двадцать лет назад. В то время мы, студенты-физики, учились на положительно жутком факультете, где преподаватели зверствовали со всем неистовством пещерного века. На курс набиралось семьдесят пять человек, а до финиша доходили не более двадцати пяти. В таких условиях работал закон: *хочешь жить — умей смеяться*.

Мы тогда придумали игру, о которой я впоследствии позабыл и лишь потом понял: велась она по всем правилам трансерфинга. Суть игры заключалась в том, чтобы перевернуть отношение к ситуации с ног на голову, то есть проделать своего рода инверсию. Если человеку плохо, правило маятника заставляет его страдать, тревожиться, гнуться под грузом проблем, пускаться во все тяжкие. А правила нашей игры утверждали, что надо сделать совсем наоборот. Как мы это делали, судите сами.

«Я испытал очень радостное разочарование! Дело в том, что случилась необыкновенно счастливая беда!»

«Произошло нечто непоправимое, отчего мои дела сразу пошли в гору!»

«Какой-то симпатичный джентльмен на своей машине очаровательно облил меня грязью!»

«Все мои попытки были напрасны, и это явилось залогом успеха!»

«Она меня не любит! Нет, это слишком хорошо, чтобы быть правдой! Зараза искусно притворяется!»

«Он меня бросил! Я ржала, как буденновская лошадь!»

Ну и так далее, в том же стиле, со всевозможными изощрениями. Единственное, что мешало — это истерический хохот, сопровождавший все эти трансформации неудач. На лекциях никто тебе

не позволит гоготать, поэтому сдавленный смех превращался в какое-то урчание, хрюканье, фырканье, приступы рвоты, бульканье и прочие звуки, которые способны издавать копытные и земноводные существа. На перемене накопленная таким образом энергия выливалась в совершенно идиотский вой, вполне в кастанедовском духе.

Что при этом происходит с точки зрения трансерфинга, вы понимаете сами. Во-первых, сразу же сбрасывается всякая важность и пропадают избыточные потенциалы. Во-вторых, параметры излучения мысленной энергии восторга, хоть и идиотского, никак не соответствуют печальным линиям жизни, поэтому переход осуществляется незамедлительно. Зеркало реагирует быстро, потому что душа и разум наконец вздохнули с облегчением. В результате реальность выправляется.

Как-то раз нам предстоял экзамен по теории вероятности. Преподаватель — страшный человек, мягко выражаясь. В студенческом общежитии ночь перед экзаменом. Зловещая ночь. Мы с приятелями ломаем голову, как выправить ситуацию.

- Кто знает, что такое вероятность и как ее вычислять?
- Это есть тайна, покрытая мраком.
- А наши-то, клячи, сидят, зубрят.
- Ну, нам это не годится. Мужчины мы или кто?
- Недоношенные ублюдки, — просунула голову в дверь подслушавшая разговор «кляча».
- Молчи, несчастная, мы Джентльмены!
- Засранцы.
- Молодые ученые!
- Дебилы.

В общем, кто-то подал идею всю ночь резаться в преферанс, и ее приняли. Я тогда сказал: нет, ребятки, для меня это уж слишком, я пошел спать. Но «джентльмены» нарядились в костюмы с галстуками и, как положено, с сигарами во рту (дешевыми) и с бутылками какой-то сомнительной жидкости на столе уселись за карты.

Утром я их застал за тем же столом.

- Идиоты, — говорю, — ничего у вас не выйдет!

Но они встали, встряхнулись и пошли на смерть.

В результате у них действительно ничего не вышло. Они получили по тройке. Зато у меня... Совсем другое дело! Я получил пару. Поистине это была удача! Как они мне завидовали! Они все приставали, заглядывали в глаза и с трепетом выпрашивали: как мне это удалось?

А я ходил с гордо поднятой головой.

- Вот видите! Я же вам говорил! Надеюсь, вы понимаете, джентльмены, в какое место я желаю вам засунуть эти жалкие тройки?

В тот день мы с размахом отпраздновали мою победу. Повеселились на славу. А на следующий день я пошел и пересдал экзамен на пять. Вот и все. Можете не сомневаться, это не вымысел. Если инверсия выполнена качественно, результат не заставит себя ждать.

Ну, а если настроение настолько скверное, что инверсию делать просто не вмоготу? Тогда надо сделать себе настроение еще хуже, довести его до гротеска, до абсурда. Если контрастность слайда довести до максимума, он в какой-то момент превратится в негатив. Мы это делали примерно так.

У девушки депрессия. Для усугубления ситуации она одевается во все черное и объявляет, что у нее траур. Все подходят, выражают ей свое сочувствие, интересуются, каким образом она решила покончить собой и когда это произойдет. Наконец вокруг нее собирается горстка негодяев, которые начинают заунывно тянуть скорбную песнь, с причитаниями, подвыванием, заламыванием рук, в общем, все по полной программе, как у приличных дикарей. Постепенно дикарская песня переходит в протяжный вой, потом в натуральный собачий лай и в конечном итоге, когда уже нет сил терпеть, все, включая даму в черном, начинают гоготать как ненормальные.

Конечно, все просто, если есть такая веселая компания. Но когда человек один, ему придется справляться с этим самому. Способы — это уж кому как нравится. Шутки в сторону. Надо действительно довести свое состояние до абсурда. Не стоит только делать это с помощью средств, изменяющих состояние сознания, иначе будет действительно плохо.

Но вообще мне лично метод контраста в одиночку не нравится, поэтому я вам его не рекомендую, а привожу только для информации. Гнетущее, тягостное состояние свидетельствует о

крайне низком уровне энергии намерения. Лучше держать свою энергетику на должном уровне, тогда депрессивных состояний не будет совсем.

Как видите, инверсия реальности очень похожа на принцип координации намерения. Разница только в том, что инверсия более радикальна и наполнена юмором.

Глава VI

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании модели вариантов дается объяснение некоторых паранормальных явлений и странных феноменов пространства и времени.

Странная реальность

В заключение мне бы хотелось еще немного укрепить почву под ногами разума. Увы, в трансерфинге так много невероятного, что приходится постоянно объяснять разуму, что все это действительно реально.

Какая бы модель ни была положена в основу трансерфинга, принципы его остаются в силе. Другими словами, *все эти принципы инвариантны по отношению к модели*. И главный принцип состоит в том, что излучение наших мыслей оказывает не только косвенное, но и непосредственное влияние на окружающую нас действительность. Официальная наука до сих пор отказывается признавать этот факт, так как экспериментальная проверка приносит неоднозначные результаты. Но нам с вами нужно решать свои проблемы сейчас, а не дожидаться, когда ученые скажут свое веское слово.

Мы все привыкли к тому, что наш мир подчиняется закону причинности, когда любое следствие имеет свое основание. Под причиной обычно понимается некое действие. Но дело в том, что сами мысли человека принято рассматривать только в качестве руководства к его последующим действиям, а не как материальное излучение, способное влиять на окружающий мир. И тем не менее факты — упрямая вещь.

Необъяснимые проявления работы внешнего намерения не могли быть полностью проигнорированы наукой. Знаменитый швейцарский психиатр Карл Юнг исследовал явления, связанные с взаимодействием мыслей и материальной реальности. Он проанализировал сотни странных случаев, которые проявляли себя как непостижимые совпадения, не обусловленные видимыми причинами. Юнг определил такие совпадения термином *синхроничность*. В лекции «О синхро-нистичности» он приводит один классический пример из своей практики.

«1 апреля, 1949 г., утром я занес в свой блокнот надпись, содержащую образ полурыбы-получеловека. На завтрак мне подали рыбу. В разговоре кто-то упомянул об обычае делать из кого-нибудь „апрельскую рыбу“. Днем одна из моих бывших пациенток, которую я не видел несколько месяцев, показала мне несколько впечатляющих картин с изображениями рыб. Вечером мне продемонстрировали кусок гобелена с изображенными на нем морскими чудовищами и рыбами. На следующее утро я встретил свою бывшую пациентку, которая была в последний раз у меня на приеме десять лет тому назад. Этой ночью ей приснилась рыба. Несколько месяцев спустя, когда я включил этот случай в одну из своих работ и как раз закончил его описание, я вышел из дома к озеру, на то место, где я уже несколько раз побывал в течение этого утра. В этот раз я обнаружил на волноломе рыбу длиной сантиметров в тридцать. Поскольку поблизости никого не было, то я не имел представления, каким образом она сюда попала».

Не могу удержаться, чтобы не привести еще один отрывок из лекции Юнга, по причине, о которой вы узнаете позже. Он пишет: «Я мог бы рассказать вам великое множество таких историй, которые, в принципе, не более удивительны или невероятны, чем неопровержимые результаты, полученные Рейном (имеются в виду опыты с экстрасенсорным восприятием, например, угадыванием карт. — *Прим. автора*), и вы вскоре поймете, что почти каждый случай требует индивидуального объяснения. Но причинное объяснение, единственно возможное с точки зрения естественной науки, оказывается несостоятельным из-за психической относительности пространства и времени, которые являются обязательными условиями причинно-следственных связей».

Героиней этой истории является молодая пациентка, которая, несмотря на обоюдные усилия, оказалась психологически закрытой. Трудность заключалась в том, что она считала себя самой сведущей по любому вопросу. Ее великолепное образование дало ей в руки идеально подходящее для этой цели „оружие“, а именно слегка облагороженный картезианский рационализм, с его

безупречно „геометрической" идеей реальности. После нескольких бесплодных попыток „разбавить" ее рационализм несколько более человечным мышлением я был вынужден ограничиться надеждой на какое-нибудь неожиданное и иррациональное событие, на что-то, что разнесет интеллектуальную реторту, в которой она себя запечатала.

И вот однажды я сидел напротив нее, спиной к окну, слушая поток ее риторики. Этой ночью ее посе- тило впечатляющее сновидение, в котором кто-то дал ей золотого скарабея — ценное произведение ювелирного искусства. Она все еще рассказывала мне этот сон, когда я услышал тихий стук в окно. Я обернулся и увидел довольно большое насекомое, которое билось о стекло, явно пытаясь проникнуть с улицы в темную комнату. Мне это показалось очень странным. Я тут же открыл окно и поймал насекомое, как только оно залетело в комнату. Это был скарабеевидный жук или хрущ обыкновенный (*Ce1oша aига!a*), желто-зеленая окраска которого очень сильно напоминала цвет золотого скарабея. Я протянул жука моей пациентке со словами: „Вот ваш скарабей". Это событие пробило желаемую брешь в ее рационализме и сломало лед ее интеллектуального сопротивления. Теперь лечение могло принести удовлетворительные результаты».

Так вот, спустя полчаса после того, как я размышлял о жуке Юнга и думал, включить ли мне его в качестве примера, ко мне в окно влетел Странник весьма внушительной внешности. Это был жук, похожий по описанию на вышеупомянутого. Хотите — верьте, хотите — нет. Надо признаться, несмотря на то что подобные визиты случаются крайне редко, меня это несколько не удивило. Но вовсе не потому, что я привык спокойно относиться к явлениям синхронистичности. Напротив, поглощенный своими размышлениями, я не придал этому событию совершенно никакого значения. Я машинально выпустил жука в форточку, чтобы он ее не искал. И только спустя некоторое время, я ужаснулся: Боже, какой же я идиот! Сколько раз внешнее намерение объявляет мне о своем присутствии, столько же раз я от удивления широко раскрываю свои глаза. Ведь я же спал беспробудным сном наяву, когда меня изо всех сил тормозили, чтобы показать знак. Будь я суеверным, я бы посчитал это знаменем свыше. Можете себе представить, как люди постоянно спят наяву и не замечают очевидных проявлений внешнего намерения.

Подобных примеров существует великое множество. С точки зрения трансерфинга ситуация здесь вполне понятна: визуализация в отдельных случаях вызывает сильный порыв ветра внешнего намерения. Но Юнг не торопится делать окончательный вывод о том, что же послужило причиной совпадений: сами мысли сформировали события или же мысли возникли в результате неосознанного предчувствия событий. С одной стороны, он говорит, что «мысли создали основу для серии случайных событий», а с другой — «иногда трудно отделаться от впечатления, что имеет место предчувствие наступления серии определенных событий».

В своей работе «Синхронистичность: акаузальный объединяющий принцип» (1960 г.) Юнг определил син-хронистичность как «одновременное наступление некоего психического состояния и одного или нескольких событий внешнего мира, имеющих существенные параллели с субъективным состоянием на данный момент». Юнг долго не решался опубликовать свой труд, потому что явление синхронистичности не укладывалось в рамки традиционного научного мышления.

Юнг делает неопределенный, но достаточно смелый по меркам традиционной науки вывод. «Синхронистические феномены доказывают возможность одновременной смысловой эквивалентности разнородных, причинно не связанных друг с другом процессов; иными словами, они доказывают, что воспринятое наблюдателем содержимое может быть в то же самое время представлено каким-то внешним событием, причем без всякой причинной связи. Из этого следует, что либо психе расположена вне пространства, либо пространство родственно (связано) с психе».

Очевидно, никакого нарушения закона причинности здесь нет. Причина имеется всегда, просто механизм взаимодействия мыслей и окружения проявляется неявным и пока непонятным образом. Что же является *причиной* в синхронистичных совпадениях: события формируются мыслями или же мысли возникают как предчувствие событий? С точки зрения трансерфинга имеет место и то и другое. Душа получает доступ к данным, находящимся в поле информации, которые затем могут интерпретироваться разумом. Разум, в свою очередь, формирует мысли, которые при наличии единства души и разума могут воплощаться в материальной реализации. Вот эти положения и лежат в основе модели трансерфинга. Но я опять же подчеркиваю, что модель вариантов не претендует на точное описание мира, а служит лишь отправной базой, основанием для понимания принципов. Мы еще слишком мало знаем об этом мире. Но это не мешает нам использовать

принципы трансерфинга. А в том, что они работают, вы можете убедиться сами.

Все явления, связанные с воздействием мысленной энергии на окружающий мир, можно обосновать известной из квантовой физики теоремой Джона Белла, которая звучит следующим образом: «Не существует изолированных систем; каждая частица Вселенной находится в „мгновенной“ (превышающей скорость света) связи со всеми остальными частицами. Вся Система, даже если ее части разделены огромными расстояниями, функционирует как Единая Система». Данная теорема доказана теоретически и уже нашла практические подтверждения. Правда, «мгновенная связь» входит в противоречие со специальной теорией относительности, которая утверждает, что энергия не может распространяться быстрее света. Тем не менее теорема имеет место быть.

Выходит, внешнее намерение не подчиняется теории относительности. Вообще, квантовая физика базируется на недоказуемых постулатах. Это означает, что она тоже представляет собой определенную модель. И непонятных противоречий там не одно, а целое множество. Это еще раз подтверждает, что не следует придавать большого значения модели. И надо отметить, идеи Юнга нашли поддержку у самих основателей современной физики — Вольфганга Паули и Альберта Эйнштейна. Впрочем, вполне вероятно, что процесс передачи информации не имеет отношения к энергии вообще, поэтому может происходить быстрее скорости света.

В модели вариантов также можно найти противоречия, но тем не менее она многое объясняет. Модель вариантов если не устраняет, то по крайней мере «сглаживает» некоторые известные парадоксы пространства и времени. До сих пор мы рассматривали перемещение на другие линии жизни с синхронизацией по времени. Линии жизни всегда были параллельны оси времени. Другими словами, переход осуществлялся всегда из одной точки времени в ту же самую точку.

Теперь представьте себе две линии жизни, непараллельные относительно оси времени. Проекция одной и той же точки этих линий на ось времени будут лежать в разных местах. Переход между ними означает перемещение во времени в прошлое или будущее в зависимости от направления наклона. Относительная крутизна наклона определяет дальность перемещения во времени.

Аналогично, если две линии жизни не параллельны относительно выбранной оси пространства, переход между ними будет означать мгновенное (или нереально быстрое) перемещение в пространстве. Крутизна и направление наклона линий определяет дальность и направление перемещения. Это достаточно грубое объяснение, но для нашего понимания вполне приемлемо.

Въедливый Читатель может возразить: ну а как же быть с парадоксом нарушения причинно-следственных связей при путешествии во времени? Допустим, я перемещаюсь в прошлое до своего рождения и там... зверски убиваю своих родителей. Как я тогда появился на свет? Данный парадокс в рамках модели вариантов является всего лишь кажущимся. На той линии жизни я действительно не смогу родиться. Ну и что? Ведь я родился на другой линии. Напомню, существует бесконечное множество линий жизни — вариантов, где я есть и где меня нет. Самый кровожадный любитель парадоксов может даже переместиться в свое детство, там встретить себя и порешить невинное создание. Но в данном случае он встретится не с самим собой, а с реализацией своего отдельного варианта, который существует наряду со всевозможными другими.

Прошлое действительно нельзя изменить, оно уже случилось. Но оно случилось не только потому, что произошла реализация пройденного отрезка линии жизни, а потому, что варианты прошедших событий уже и так существовали. О будущем в этом смысле можно также сказать, что оно уже случилось. Поэтому причинно-следственные связи не нарушаются при переходе с одной линии жизни на другую. Вы можете взять киноленту и зачеркнуть один кадр, но от этого последующие кадры не пострадают. Время статично. Динамически меняется только реализация вариантов на линии. Точно так же перемещается пятно света от фонарика в темном лесу.

Что действительно невозможно, так это перемещение в прошлое или будущее на одной и той же линии жизни. Парадоксы как раз имеют место только в этом случае. Не потому ли предсказания ясновидцев весьма приблизительны, а нередко и ошибочны? Ясновидящие способны каким-то образом сканировать отрезки будущего. Если сканируемые отрезки лежат на других линиях жизни, тогда погрешности в предсказаниях легко объяснимы. В соответствии с моделью вариантов чем дальше отстоит одна линия от другой, тем сильнее различия в сценарии.

Ученых приводит в недоумение манера движения НЛЮ: мгновенное ускорение, остановка, внезапная смена направления под прямым углом. С учетом инертности такое движение невозможно, к тому же обитатели этих аппаратов должны были бы испытывать огромные перегрузки. С точки зрения модели трансерфинга здесь нет ничего сверхъестественного. Инопланетяне вовсе не испытывают перегрузки, потому что НЛЮ не летают, подобно нашим самолетам и ракетам. Скорее всего, мы наблюдаем движение не самого объекта, а его реализации в пространстве вариантов.

В вопросах, касающихся души и разума, также существует очень много неясного. Материалистическая наука представляет мир как механистическую систему. Другими словами, материя первична и определяет сознание. В свете последних достижений той же науки данная модель все больше утрачивает свои позиции. Впрочем, смена моделей будет повторяться снова и снова, если человек ошибочно полагает, что может проникнуть в самую суть фундаментальных законов природы. С таким же успехом курица может формулировать свою концепцию зарождения, строения и развития птицефермы. Человек в своем интеллектуальном развитии стоит на ступень выше, но бесконечная сложность мира ближе от этого не становится. Человеку не дано все знать и понимать.

Маятники науки и религии, претендующие на конечную инстанцию истины, завоевали свое господство не столько за счет правильного толкования истины, сколько за счет гонения всех инакомыслящих. Постоянная вражда существует не только между маятниками науки и религии вообще, но и между отдельными ветвями внутри этих маятников. Битва не прекращается. Но битва эта идет не за истину, а за приверженцев.

Когда я обосновывал неспособность мозга хранить всю информацию, я исходил из модели представления информации в виде компьютерных битов. Но эта модель может быть вовсе неприменима к нейронам мозга. Кто знает, как на самом деле хранится эта информация? Представляете, как бы исследовал телевизор ученый той эпохи, когда не было телевидения и радио? Он бы пробовал нажимать кнопки, вытаскивать разные детали и наблюдать, какие изменения происходят на экране. Не зная принципа работы телевизора и основываясь на результатах своих «научных» наблюдений, такой ученый пришел бы к различным выводам, в основе которых лежал бы один, казалось бы, не подлежащий сомнению факт: телевизор сам генерирует все эти телепередачи. Они рождаются там, в этих транзисторах и микросхемах.

Примерно таким же образом приверженцы механистической модели исследуют мозг человека. Действительно, повреждение отдельных участков головного мозга предсказуемым образом сказывается на восприятии и психике. Принцип работы человеческого интеллекта по-прежнему остается неразгаданным. Тем не менее приверженцы делают вывод, что именно материя определяет сознание, и никак иначе. Консервативные последователи механистической модели, гордо называя себя учеными, спесиво заявляют: они занимаются подлинной наукой, которая основывается на фактических данных, а не домыслах дилетантов. Все не вмещенное в рамки теории объявляется антинаучным и не просто отбрасывается, а подвергается преследованию. К счастью, таких становится все меньше.

Вы можете с этим спорить или соглашаться, только не забывайте, что это всего лишь модель. Как все происходит на самом деле, никто не знает. Разуму свойственно отвергать то, что не укладывается в рамки разумных объяснений. До тех пор, пока разум не убедится в рациональности знаний, он не впустит его в свой шаблон мировоззрения. Трансерфинг, безусловно, работает, но для того, чтобы его использовать, необходимо иметь хоть какое-то объяснение для разума.

Модель вариантов дает нам возможность ощущать почву под ногами. Но не более того. Она остается всего лишь схемой. Она может быть трансформирована в другую, более изощренную модель. Например, можно отбросить допущение, что существуют так называемые линии жизни, это облегчало понимание в начале книги. Тогда пространство вариантов превращается из дискретного в непрерывное. Тропинок в лесу больше нет, есть просто лес. Однако суть трансерфинга от этого не меняется. Какова бы ни была модель, она будет всего лишь более или менее адекватно отражать реальность. Путь познания реальности бесконечен, как бесконечны формы проявления реальности.

Возможно, вы отметите для себя, что принципы трансерфинга перекликаются с принципами других подобных учений. В этом нет ничего удивительного. Всякое учение относительно замкнуто в себе и является самодостаточной моделью. Но поскольку все мы являемся людьми с примерно одинаковым по качеству мировоззрением, постольку и модели могут иметь сходные области.

Бесполезно задаваться вопросом, *какая* из них описывает мир более адекватно. Значение имеет только то, какие практические результаты можно извлечь из того или иного образца.

Взять, например, математику. Различные отрасли математики представляют собой отдельные модели описания материальной реализации. Одну и ту же физическую задачу можно решить несколькими способами, применяя разный математический аппарат. Нет смысла спорить о том, что лучше — аналитическая геометрия или дифференциальное исчисление. Можно лишь вы-бирать, что больше по душе. Делайте и вы свой выбор.

Намерение древних магов

Подводя итог, мне хотелось бы присоединиться к намерению древних магов. Я имею в виду хранителей Знания, которые жили в нашей реальности до распада последней цивилизации. Осколки этого Знания дошли до наших дней в виде разрозненных эзотерических учений и практик.

Имеются сведения, правда, не подлежащие проверке, что некоторые из древних магов ушли в другую реальность и сейчас пытаются передать человечеству свое Знание трансцендентным путем.

Еще недавно я сам отнесся бы к подобному утверждению, мягко говоря, скептически. Но в последние несколько десятилетий участились случаи, когда в разных концах планеты разные люди, независимо друг от друга, выдают сходные интерпретации одного и того же Знания. А теперь и мне самому пришлось вплотную столкнуться с этим Знанием, которое, как я уже говорил, никоим образом не могло родиться у меня в голове.

Не могу с уверенностью утверждать, что Смотритель, о встрече с которым я писал в первой главе книги, существует, по крайней мере, в нашей реальности. Но оснований полагать, что он все-таки существует, у меня предостаточно.

В моих сновидениях встречалось много всяких персонажей, но они не оказывали абсолютно никакого влияния на мое весьма консервативное мировоззрение. Встреча же со Смотрителем перевернула не только все мои представления о мире, но и всю мою жизнь.

Вдруг, ни с того ни с сего, бывший физик, не обладающий никакими особыми задатками, начал писать книги. Уж больно невероятно и экстравагантно, если принять, что толчком ко всему этому послужило рядовое сновидение.

С той первой встречи Смотритель больше не появлялся. Но иногда мне кажется, что я чувствую его незримое присутствие. Так или иначе, я никогда не считал и не считаю трансерфинг *своим* Знанием.

Я всего лишь ретранслятор, настроенный на соответствующую область в пространстве вариантов. И заслуги своей не ощущаю, хотя, надо признать, мне с большим трудом удалось сформулировать Знание трансер-финга и свести его в систему. Одно дело — узнать, но совсем другое — суметь рассказать об этом.

Вам в свою очередь предстоит не просто узнать, а прочувствовать все это Знание. Проглотив книгу залпом, вы получаете не Знание, а *осведомленность*. Это разные вещи!

Трансерфинг предлагает достаточно конкретные методы превращения мечты в реальность. Но кому-то и этого может -показаться мало. Если искать приемы, подобные процедуре завязывания галстука, то на это можно бесполезно потратить всю жизнь, поскольку управление судьбой не укладывается в правила типа «раз, два, три».

Нельзя сводить трансерфинг к технике исполнения каких-то приемов. *Дело не в технике, а в осознании внутренней свободы и ощущении себя хозяином слоя своего мира*. Когда придет это ощущение, все покатится само собой, безо всякой техники.

Но чтобы добиться этого осознания, необходимо сделать трансерфинг образом своей жизни. Иного пути нет. И это нисколько не обременительно, а скорее увлекательно, как игра в зеркало.

Мир — это зеркало вашего отношения к нему, только с замедленной реакцией. Сопоставляя свое отношение с последующей реакцией зеркала, вы приучаете разум к одной простой, но трудно осознаваемой истине: *своим намерением формируете слой своего мира*.

Еще необходимо свыкнуться с такой же простой, но непривычной истиной, что средства и пути достижения цели не должны беспокоить. В основе данного утверждения лежит один фундаментальный принцип: *направление намерения определяет вектор течения вариантов*.

Требуется только поддерживать это направление и не мешать течению вариантов. Средства достижения цели сами найдутся, вы не можете и не должны знать, каким образом она будет реализована. *Что бы ни происходило, если держите в голове целевой слайд и соблюдаете принцип*

координации, течение вариантов несет вас к цели. Таков закон.

Осознание принципов трансерфинга не произойдет вот так сразу после прочтения книги. Осведомленность превратится в осознание только в результате практики. Не ждите мгновенных результатов. Если вы намерены, все рано или поздно получится.

Возможно, в этой книге мне не удалось в достаточной степени исполнить намерение древних магов и передать вам Знание трансерфинга во всей полноте. Но дело это я намерен продолжать, и вскоре будет готова очередная книга — «Яблоки падают в небо».

В этой книге вам откроются новые грани, которыми сверкает наш удивительный и прекрасный *зеркальный мир*.

Эпилог

Ну вот наша волшебная экскурсия в мир трансерфинга и подошла к концу. Если вы всего лишь удовлетворили свое любопытство, тогда трансерфинг останется для вас не более чем экскурсией, и возвращения сюда не стоит ожидать. Но если все-таки что-то в этой книге задело чувствительные струны вашей души, тогда волшебное путешествие только начинается.

Мне безразлично, поверили вы во все это или нет. Ведь после своей встречи со Смотрителем в пространстве сновидений я и сам не поверил. Я не намерен, подобно маятникам, собирать вокруг себя когорту приверженцев и что-то всем доказывать.

Применяя принципы трансерфинга на практике, вы не только сами убедитесь в том, что они работают, но и сделаете для себя много новых удивительных открытий, о которых еще никто не подозревал. Тогда, возможно, вы напишете мне, и мы будем радоваться и удивляться вместе.

Все мы являемся, по сути, одинокими Странниками в безграничном пространстве вариантов. Трансерфинг зажигает огонек надежды для усталого Странника, бредущего во тьме ложных ограничений и стереотипов. Воспользуйтесь своим правом на свободу выбора, и тогда вы услышите шелест утренних звезд, а ваши яблоки упадут в небо. Удачи вам, одинокий Странник!