


ТАЙНЫЕ ЗНАНИЯ,  
МЕНЯЮЩИЕ ЖИЗНЬ

  
Эдуард Кравец

ВСЯ СИСТЕМА  
РИЧАРДА  
БАХА

70  
ПРАКТИК,  
РАЗДВИГАЮЩИХ  
ГРАНИЦЫ НЕВОЗМОЖНОГО!

ПРАЙМ  


Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.96  
ББК 88.6  
К77

*Все права защищены. Никакая часть  
данной книги не может быть воспроизведена  
в какой бы то ни было форме без письменного  
разрешения владельцев авторских прав.*

**Кравец, Эдуард.**

К77      Вся система Ричарда Баха. 70 практик, раздвигающих границы невозможного! / Эдуард Кравец. — Москва : Издательство АСТ, 2016. — 252 с. — (Тайные знания, меняющие жизнь).

ISBN 978-5-17-096503-8

Книги Ричарда Баха открывают нам удивительную информацию о тайных законах мироздания. Пронизанные любовью и светом, эти книги способны «перевернуть» наше сознание, ведь в них указан путь к обретению чудесных возможностей: способность менять свою жизнь и окружающую реальность, как нам захочется, превратить свою судьбу в великолепное приключение, полное открытий и исполнения любых мечтаний!

В этой книге вы найдете 70 уникальных практик по мотивам идей Ричарда Баха. Они помогут вам не только лучше осмыслить систему великого исследователя, но и выйти с их помощью на новый уровень жизни — туда, где чудеса не только реальны, но и являются каждодневной нормой!

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ



ISBN 978-5-17-096503-8

© Кравец Э., 2016  
© ООО «Издательство АСТ», 2016

# Оглавление



*Вступление.* **Свет в твоём сердце** ..... 7

*Глава 1.* **Эта чудесная игра под названием Жизнь** ..... 13

Картина мира — это то, что мы можем изменить ..... 13

Как открыть в себе игривое духовное создание ..... 17

Быть собой — не значит быть всегда  
одинаковым ..... 26

Свет вечности и бесконечности ..... 33

*Глава 2.* **Как выбирать самые счастливые игры и роли** ..... 39

Дух нуждается в играх для удовольствия  
и обучения ..... 39

Все, что с нами происходит,  
мы выбираем сами ..... 41

Как извлекать уроки из каждой ситуации ..... 46

Судьба — это то, что мы можем изменить ..... 49

Мир пластичен, как пластилин, — слепи себе  
все что хочешь! ..... 56

*Глава 3. Меняем роли: не жертва обстоятельств — а творец своей жизни* . . . . . 60

Чувство собственной беспомощности — это всего лишь иллюзия . . . . . 60

Простой рецепт, чтобы перестать быть жертвой: взять на себя ответственность . . . . . 66

Избавьтесь от чувства вины — и вам никто не сможет навязать роль жертвы . . . . . 70

Как взять в свои руки власть над собой и над обстоятельствами . . . . . 74

*Глава 4. Как стать бесстрашным* . . . . . 86

Большинство наших страхов безосновательны . . . . . 86

В мироздании всегда все в порядке! . . . . . 90

Как избавиться от привычки бояться, заложенной в прошлом . . . . . 93

Как избавиться от страхов, мешающих осуществлять мечты . . . . . 96

Как избежать неоправданного риска . . . . . 102

Бесстрашие и мудрость — ваши ориентиры на жизненном пути . . . . . 103

*Глава 5. Как найти те дары, которые несет в себе каждая проблема* . . . . . 107

Веселая работа — справляться с неприятностями . . . . . 107

Принять проблему как есть — но не смириться с ней! . . . . . 115

Освободите себя от лишних переживаний . . . . . 119

Путь к счастливым отношениям без конфликтов и раздражения . . . . . 123

Волшебное слово «Легко!» . . . . . 130

*Глава 6. Главное — мечтать,  
а остальное приложится* . . . . . 133

Если у вас есть настоящая мечта, мир даст вам  
все силы и средства для ее осуществления. . . . . 133

Первое условие: доверяйте сердцу! . . . . . 137

Второе условие: научитесь понимать себя! . . . . . 145

Третье условие: не зависьте от чужих мнений! . . . . . 150

Четвертое условие: будьте самим собой! . . . . . 153

Будьте настойчивы — и справитесь  
с любой задачей . . . . . 156

*Глава 7. Как стать магнитом  
и притянуть все, что нужно* . . . . . 159

Все подобное притягивается подобным . . . . . 159

Пять условий, при которых к нам  
притягиваются только хорошие вещи . . . . . 162

Первое условие: будьте спокойны и расслаблены . . . 163

Второе условие: не создавайте привязок  
к желаниям . . . . . 165

Третье условие: доверяйте потоку жизни . . . . . 172

Четвертое условие: действуйте легко, без усилий . . . 173

Пятое условие: развивайте воображение. . . . . 177

*Глава 8. Правило выбора.  
Как принести в жизнь волшебство* . . . . . 183

Как научиться выбирать лучшее . . . . . 183

Чему вы говорите «да», а чему «нет»? . . . . . 191

Если что-то стоит усилий — так лишь то,  
что любишь . . . . . 198

*Глава 9. Что такое хорошо и что такое плохо?* .....207

Запретов не существует, но последствия наших поступков никто не отменял .....207

Спросите себя, что для вас хорошо, а что плохо .....209

Интуиция — ваш компас земной. ....215

Между добром и злом не всегда есть четкая граница .....219

Научитесь предвидеть последствия своих поступков .....222

«Золотое правило» Ричарда Баха: поступай с людьми так, как тебе хочется с ними поступать .....227

*Глава 10. Как самостоятельно творить чудеса в своей жизни* .....231

Принцип Совпадений — главный «генератор чудес» .....231

Искусство преодоления «кирпичных стен» .....235

Судьба дает знаки и подсказки. Следуйте им! .....242

Примите поздравления! Вы уже Мастер. ....249

*Вступление*

# Свет в твоём сердце



Всегда, и особенно когда нам трудно, — необходимо знать: свет и радость существуют. И не где-то там, далеко, а рядом с нами. Так близко, что доступны нам в любой момент. Лишь протяни руку и возьми.

Когда я вспоминаю свое первое знакомство с книгами Ричарда Баха, то перед глазами встает унылый и мрачный Петербург начала 90-х годов прошлого века.

Не было яркой иллюминации и нарядной вечерней подсветки зданий, а под ногами хлюпала грязь на раздолбанном асфальте. Не было еще ни интернета, ни мобильной связи. Денег не хватало ни на что. Продукты выдавали по талонам. За хлебом стояли очереди. Мы, студенты-психологи, не видели для себя никаких реальных перспектив. Мы оказались в безвременье. Что делать? Уходить в бизнес? Брать клетчатую сумку и отправляться челноком в Турцию? Уезжать из страны? Но что-то удерживало от по-

спешных решений. Какое-то глубинное внутреннее чувство подсказывало: должен быть другой выход. И за ним не надо ехать далеко. Он рядом.

И мы начали искать его — в книгах, в новых, только открывавшихся тогда знаниях, и, конечно, в самих себе. Помню, как ехали через весь город, на окраину, в поисках заветного книжного киоска с эзотерической литературой. Слово «эзотерика» только-только вошло в обиход. И открывая кое-как изданные, плохо переведенные, с кучей орфографических ошибок, первые на отечественном рынке книги Ошо, Кастанеды, Ричарда Баха, мы открывали для себя новый мир и понимали, что давно, чуть ли не с детства, жаждали этого знания и тосковали о нем, даже не представляя, что оно существует.

У всей нашей компании загорались глаза, когда мы смотрели на это средоточие всей мудрости человечества, на это богатство за стеклами промерзшего, заиндевевшего киоска у метро. Купить хотелось все, но, мы, студенты, могли позволить себе лишь по одной книжке.

В итоге каждый из нас купил по одной, на свой выбор, чтобы потом меняться книгами и зачитывать их до дыр. Я выбрал Ричарда Баха. Не знаю, почему. Я ничего не знал об этом авторе. Узнать было просто неоткуда. И ни разу не пожалел о своем выборе. Едва открыв книгу, я почувствовал, как все невзгоды отступают. В книге было обещание чего-то прекрасного. В ней была надежда. В ней был шанс на обретение другой жизни. В ней было Знание — именно то, в котором я отчаянно нуждался.

Вот она, и сейчас передо мной, эта книга в мягкой розовой обложке, с мелким, местами почти нечитаемым шрифтом, безо всяких выходных данных, отпечатанная на дешевой бумаге, и едва ли в типографии, скорее, на ротапринте в какой-нибудь мелкой фирме. Три произведения, самые знаменитые у Ричарда Баха, — «Чайка по имени Джонатан Ливингстон», «Иллюзии, или Приключения мессии, который не хотел быть мессией», «Единственная».

Это знание стало моей путеводной звездой. Оно ведет меня по жизни и по сей день. Конечно, с тех пор было множество других открытий, но точка отсчета — там, в книгах Ричарда Баха.

Они научили меня:

- ★ никогда не сдаваться, даже если света в конце тоннеля не видно;
- ★ относиться к жизни как к бескрайнему полю для творчества, где все зависит только от тебя;
- ★ знать, что радость не зависит от внешних обстоятельств, так как ты сам — ее источник;
- ★ жить в уверенности, что наша задача на земле — быть счастливыми, и счастье — вовсе не какая-то труднодоступная вещь; оно — наше самое естественное состояние.

Мы начали строить свою жизнь на новых принципах — и мы ее построили. Сначала мы просто перестали зависеть от того, сколько стоит еда и одежда, а потом мы создали себе ту жизнь, когда все необходимое стало приходить само, легко. А главное — в жизнь пришел смысл, и оказалось, что в ней есть

место счастью, и творческой самореализации, и ощущению радостного, полноценного бытия.

И до сих пор я уверен, что все лучшее в нашей жизни создается не деньгами, а раскрепощенным духом. И что преодолевает все невзгоды и побеждает в жизни лишь тот, кто ищет и находит свое «царствие небесное» внутри себя. Кто, как и Ричард Бах, знает, что его ведет по жизни веселая духовная сущность, которая и есть его истинное «Я».

---

*Когда ты постигнешь, что такое этот мир и как он работает, у тебя сами собой нагнут полугататься туда-са... То, что другие люди будут называть гудесами.*

*Ричард Бах, «Карманный справочник мессии»*

Вы, конечно, читали книги Ричарда Баха и, конечно, знаете, что они совсем не похожи на психологический тренинг. Также они не похожи ни на философские трактаты, ни на пособия из серии «Помоги себе сам». Они ни капли не назидательны. Они никого не учат, как жить. Они просто вдохновляют и показывают путь. А идти по нему или нет — решаем лишь мы сами.

Ричард Бах уверен: нам не нужны ни учителя, ни мессии, потому что каждый способен стать мессией самому себе. Мы такие удивительные существа, которые несут в себе всю полноту знания о мире, и о том, как быть счастливыми в этом мире, — но почему-то крайне редко этим знанием пользуются. Кому-то оно дается легко, а кто-то спотыка-



максимальный эффект от прочтения книг Ричарда Баха и восприятия его идей. Практические упражнения, предложенные здесь, помогут вам не просто лучше понять эти идеи, но и дадут возможность изменить с их помощью свое сознание, а значит, и свою жизнь, выйдя на новый уровень — тот, где чудеса не только реальны, но и являются нормой жизни, тем, что само собой разумеется.

Мы еще мало знаем о себе и о мире, о своих истинных возможностях. Приготовьтесь к открытиям!

## Глава 1

# Эта чудесная игра под названием Жизнь



### **Картина мира — это то, что мы можем изменить**

У каждого человека есть свои собственные представления о мире.

Обычно эти представления кажутся нам объективными. То есть мы думаем, что видим мир таким, какой он есть.

Это заблуждение! Не нами сказано: кто-то видит всего лишь лужу на дороге, а кто-то видит отражение звезд в этой луже. Оба видят объективную вроде бы картину!

Но каждый выбирает в ней что-то свое. Кто-то — то, что его угнетает, подавляет и обессиливает. А кто-то другой — то, что возвышает и показывает новые перспективы.

Как вы думаете, ваше представление о мире помогает вам в жизни или, наоборот, мешает, чрезмерно усложняя жизнь, делая ее трудной, тяжелой, безрадостной?

Это только кажется, что мы все живем в одном общем мире, одинаковом для всех. На самом деле сколько людей, столько и миров, столько и представлений о мире. И если вы оглянетесь по сторонам и внимательно приглядитесь и к себе, и к другим, то обязательно заметите, что каждый человек являет собой нечто вроде отдельной вселенной со своими законами.

То, что правильно и справедливо для вас, может оказаться неправильным и несправедливым для вашего соседа по дому, хотя вы каждый день ходите одной и той же дорогой и видите из окна один и тот же пейзаж.

Но его мысли и чувства, его стремления и желания, его убеждения, его цели и планы, его сны и мечты очень сильно отличаются от ваших — так, что вы и в самом деле в каком-то смысле являетесь инопланетянами друг для друга.

Единой, общей для всех картины мира, единого представления о мироустройстве человечество до сих пор не выработало. Потому что каждый из нас воспринимает мир в соответствии со своими индивидуальными представлениями, верованиями, убеждениями.

Кто-то унаследовал их от предков, усвоил в процессе воспитания и образования, кто-то вывел из своего собственного опыта, кто-то присоединил-

ся к господствующим в обществе взглядам. Так или иначе — но мы выбираем, во что верить, что считать за истину.

Даже если эти убеждения навязаны нам — мы все равно сами сделали этот выбор, позволив себе навязать их.

Выбор — вот самое важное слово здесь. Раз у человечества нет единого представления о мироустройстве, значит, мы можем выбирать, какую картину мира считать для себя истинной. И выбор у нас на самом деле очень велик!

Вы можете сделать выбор в пользу материализма и начать считать, что за пределами видимого материального мира ничего не существует. Вы можете следовать убеждению, что Бог — это выдумка церковников, что души на самом деле не существует, а человеческая жизнь — это череда страданий, заканчивающихся окончательной и бесповоротной смертью, пустотой и темнотой, за которой уже ничего нет.

Но вы можете выбрать и другую позицию: начать считать, что мир устроен мудро и разумно, что в нем существует множество измерений за пределами его видимой материальной части, что человек — это бессмертный дух, пришедший на Землю и временно принявший человеческий облик ради получения нового опыта и знаний, а также ради удовольствия и приключений.

Какая из этих двух позиций больше способствует оптимизму и жизнелюбию? Какая из двух позволяет чувствовать себя счастливее, а свою жизнь — более