



Предисловие

Ты когда-нибудь задумывался о том, что можешь полностью изменить себя, свои эмоциональные реакции и реальность, в которой живешь? Знаешь ли ты, что способен добиться высоких целей, осуществить самую заветную мечту и достичь просто невероятных вершин? Даже если сейчас тебе трудно это представить, у тебя ведь уже есть желания — именно они приведут к изменениям и результатам, в которые пока что не верится. Ты действительно можешь очень многое, а эта книга сможет помочь приблизиться к новым горизонтам.

Мы — это нечто большее, чем привыкли думать. В повседневной рутине и суете мы почти прекратили обращать внимание на свой потенциал. Когда ты абсолютно честен с самим собой, ты видишь все свои скрытые таланты и понимаешь, на какие свершения способен. Это грандиозное открытие о своей сути

полностью изменит твое восприятие и саму реальность. Каждый из нас — это настоящий бриллиант, и нам предстоит осознать и раскрыть свою ценность.

Люди привыкли впадать в крайности, мыслить категорично, выбирать только научную картину мира или только веру, при этом сторонники разных мировоззрений постоянно пытаются доказать свою правоту. Но реальность невероятно многогранна и разнообразна, а всегда выбирать какой-то один вариант — значит пребывать в иллюзиях и не видеть мир объективно. Ты можешь обратить внимание на это и увидеть самое главное — истина всегда стремится к балансу. Реальность постоянно предоставляет человеку выбор, во что ему верить и как действовать. В его безграничной Вселенной есть сотни, тысячи, десятки тысяч возможностей для выбора своего пути и построения личной картины мира. Эта истина просто существует — вне зависимости от того, веришь ты в возможности широкого выбора или нет.

Исследование этих тем поможет тебе лучше понять свои желания и возможности, стать более целеустремленным и по-настоящему поверить в себя. Вера — это фундамент тех событий, которые происходят в нашей жизни. Но помимо веры, есть интересные и захватывающие явления, которые нам предстоит разобрать.

Однажды я решилась на изменения — и этот шаг трансформировал всю мою жизнь. Мне удалось достичь тех целей, которые я ставила тогда перед собой, я получила все, чего когда-то хотела. Моя жизнь стала настолько захватывающей и интересной, что можно было бы снять целый сериал, хотя реальность может сгенерировать сюжет гораздо лучше любого сериала. Я готова передать свой опыт в мир, чтобы эта книга попадала руки человеку, которому она нужна именно в этот момент.

Эта книга для тебя, если:

- ты замотивирован, но не знаешь, как прийти к результату;
- чувствуешь себя разбитым, словно все трещит по швам;
- и даже если ты уже давно практикуешь работу с бессознательным, но твои знания обрывочны и пока нет ответов на те вопросы, которые возникают по ходу твоего развития и погружения в эту тему.

Если эта книга попала к тебе случайно или же ты просто почувствовал внутренний отклик ее изучить, я тебя поздравляю: совсем скоро ты обнаружишь, как много ты подавлял в себе и сколько всего можно раскрыть в реальной жизни. Книга будет твоим

проводником на пути к новым вершинам, ведь благодаря ей ты получишь систему знаний, которую сможешь использовать на протяжении всей жизни. Обращайся к ней в любой период, когда возникнет такая потребность, извлекай из практик свою выгоду и пользу. Моя поддержка будет рядом с тобой всегда.

Эта книга поможет тебе выйти из депрессии, найти предназначение, добиться целей и исполнить желания, а также совершить мощный духовный переход. Ты наконец-то узнаешь, как начать верить в себя, почему на твоём пути всплывают препятствия и трудности и как увидеть в них ресурс для личной трансформации. Готовься к тому, что после прочтения и выполнения всех практик твоя жизнь не будет прежней. Будь уверен, что буквально через месяц с тобой начнут происходить необычные события — совпадения, синхроничность, какие-то явления, которые будет достаточно сложно объяснить рационально и логично. И если ты действительно готов, то не забудь о том, что прочитать и впитать информацию — это одно, а внедрить ее в жизнь и делать практики систематически и регулярно — совершенно другое. Даже сейчас, читая эту книгу, ты уже постепенно настраиваешься на конечный результат, и нужно использовать этот настрой себе во благо.

Мы погрузимся в удивительный мир законов реальности, нашего разума и эволюции нашего мышления. Мы будем исследовать, как эти аспекты взаимодействуют между собой и определяют нашу жизнь. Здесь ты найдешь ответы на вопросы, которые волновали тебя долгие годы. Мы будем уделять много внимания объективной реальности, так как это также является важной частью ваших результатов. Та реальность, в которой ты находишься, — это и есть самая настоящая магия, благодаря которой ты познаешь и раскрываешь свои способности, свои разные ипостаси.

Давай начнем погружение!





Вера и истина

Реальность — это отражение нас, наших мыслей, убеждений, реакций, поступков и действий

Человек всегда был в поисках ответов на вечные вопросы. Все великие мыслители еще с древних цивилизаций — в Египте, Вавилоне и Греции — пытались познать законы жизни. Философия — это бесконечный процесс восприятия и открытия новых вещей и их осмысления. Давайте и мы погрузимся в более глубокое понимание мироустройства, чтобы понять, откуда у человечества есть те знания, которыми оно сейчас пользуется чаще всего.

В Древней Греции философия была чрезвычайно важна. Мыслители того времени создавали свои

концепции о том, как правильно себя вести, чтобы прийти к гармонии с собой и миром, а также размышляли о первооснове вселенной. Все нынешние основы научного знания были заложены уже тогда. Например, известная идея эволюции, которая была доказана Дарвином, уже рассматривалась в Древней Греции Анаксимандром. Он один из первых высказал мысль об эволюционном развитии живого. Анаксимандр полагал, что из влаги под влиянием солнечного света появились растения, из растений животные, а человек произошел от рыб. Также он выдвинул идею о том, что первоосновой мира является апейрон — это особое состояние материи, не имеющее определенности. В те же времена создавались философские школы, в которых рассматривались различные теории и учения о законах природы. Например, Демокрит уже задумывался об атомах, а его последователи считали, что атомы находятся в вечном движении, необходимым условием которого является пустота.

В наше время очень популяризируются учения стоиков и киников. Эти учения, тексты которых до сих пор являются актуальными, стали формироваться еще во II веке до нашей эры. В школе киников свобода личности рассматривалась через свободу от общественного мнения, знаний и благ цивилизации. Можно сказать, что они вели аскетичный образ жизни, отсекая все привязанности. Примерно

в то же время стали зарождаться религиозные догмы, которые оказали огромное влияние на человеческую психику, — речь идет о вере.

Вера — это тот двигатель, который помогает человеку находить смысл, мотивирует жить и стремиться к новым целям. Если у человека ослабеваает вера, то, как правило, человек становится безучастным, холодным и отстраненным. У него теряется желание чего-то достигать и вообще что-либо делать. Такой человек находится во фрустрации, он становится словно потерянным и пустым. Вера для человека — это бензин и катализатор его энергии, благодаря которой рождается внутренняя опора.

Если ты в какой-то момент начал ощущать бессмысленность жизни, своих поступков и действий или чувствовать, что у тебя не хватает энергии и ты постепенно погружаешься в апатичное состояние, то, скорее всего, у тебя ослабла вера и произошел внутренний надлом. Я могу предположить, что с тобой могла произойти ситуация или ряд ситуаций, которые подорвали твою веру в себя, твои убеждения, твою картину мира. Это очень часто происходит в периоды трансформации, взросления или перехода на новый уровень жизни. В таком случае тебе жизненно необходимо дать себе время, чтобы погрузиться в тишину и сформировать свое поле веры.

В современном мире мы имеем полное право выбирать, во что нам верить. Мы можем быть склонны к атомизму, науке, религии или же философии и психологии. Раньше было чуть иначе — каждая цивилизация в определенную эпоху следовала какому-то одному самому известному или официально принятому течению.

Во что ты действительно веришь?

То, во что ты веришь, является для тебя благом?

Улучшается ли твоя жизнь благодаря вере?

Я имею в виду, что эта вера должна приносить пользу, желание жить и двигаться вперед на пути к самосовершенствованию. Понаблюдай детальнее — та вера, которую ты выбрал, соответствует образу твоего желаемого будущего? Она помогает тебе добиваться своих целей? Если же нет, то тебе нужно выйти на предельно честный разговор с самим собой и, несмотря на внутреннюю уязвимость, признаться себе, что что-то пошло не так, и принять решение в пользу того, что сделает тебя здоровее, счастливее и сильнее.

Наша психика устроена таким образом, что когда мы начинаем верить — не важно, во что и как, — то наша вера начинает подтверждаться различными вещами в материи, подкрепляя веру. Здесь

и рождается внутренняя опора, моральные ценности и та система убеждений, на которых человек держится.

С позиции разума можно отметить, что у каждого человека есть встроенная функция — это фокус внимания. Наш мозг устроен таким образом, что он быстро перерабатывает всю поступающую информацию и отбрасывает в долговременную память то, что не является особо важным на текущий момент времени. То, что не было подкреплено эмоциональными реакциями или важностью, никуда бесследно не уходит, а просто перенаправляется в бессознательную форму.

Какая же информация является важной для человека?

Именно та информация, которая вызывает эмоциональную реакцию. Если у тебя просыпается любопытство или интерес, твой мозг активирует такие качества, как концентрация внимания, увлечение и погружение в процесс. В этот момент человек обращает свое внимание только на тот аспект, который его интересует. Все остальные объекты и вещи, грубо говоря, игнорируются и интегрируются в другую часть мозга.

Вера всегда затрагивает что-то личное, такие аспекты, из-за которых человек переживает больше всего или испытывает сильные чувства и эмоции.

ПУСТЬ ТВОЯ ВЕРА БУДЕТ БОЛЬШЕ ТВОЕГО СТРАХА.

Каким образом работает вера?

С точки зрения духовности вера во что-либо является истинной только тогда, когда человек выбирает постулат сердцем и душой, а не навязыванием идеологий от родителей, государства или еще откуда-то извне.

В большинстве случаев религиозные течения имеют большую взаимосвязь с законами власти, чтобы максимально распространить вероучение и привлечь как можно больше последователей. Ранее это было создано для того, чтобы объединить нации или более широкие группы людей в единое сообщество для всеобщей силы духа. Именно поэтому сейчас многие религии устаревают и люди ищут что-то более новаторское, так как мы переходим в совершенно новую эру эволюции человечества, в которой мы можем выбирать все, что угодно. У нас есть право выбора.

Сейчас люди обладают широким выбором и большим количеством информации, поэтому есть много возможностей для духовного роста. Несмотря на прогресс в научной среде, человек

все равно испытывает желание соединиться с более высшим порядком и творением, познать нечто великое. В глубине души каждый человек испытывает некую связь с чем-то большим, чем он сам. Но рациональная часть каждый раз пытается притупить это ощущение, находя альтернативу через логические проявления и обоснования того, что человечество — это просто случайность закономерностей и синдром выжившего в эволюционном развитии.

Таким образом, мы всегда встретим тех людей, которые будут вступать в споры и полемику двух крайностей: логическая вера (наука) и духовная вера (божество, эзотерика).

Наука также является своего рода верой человечества, просто немного в другой форме восприятия, так же как и, например, деньги. Это те атрибуты, которые выбрали люди и в которые они очень сильно поверили, так как увидели эффективность этих явлений. Но если же какой-нибудь закон физики может подлежать сомнению, а денежная валюта из-за определенных экономических событий потеряет свое значение, то вера многих людей также потерпит крах.

Когда человек выбирает себе религию или принимает какую-либо концепцию о том, как правильно жить, как правильно реагировать, как правильно поступать, он ощущает, что находится в зоне безопасности.

Здесь меньше всего рисков, потому что есть нечто абсолютно правильное, то, чему нужно следовать и что сможет принести достойные результаты.

Кстати, по этой же причине человек всегда обращается к советам других людей. Из-за того что у человека нет внутренней опоры в виде своей системы убеждений, он начинает опираться на чужое мнение и находить опору там. Но спешу сразу кого-то разочаровать и напомнить о настоящей реальности — как правило, настоящей опоры там нет.

Каждый человек имеет свои ответы, которые находятся внутри. Каждый раз интуиция пытается об этом предупредить, но он принимает решение не слышать себя, а обратиться к другим, ведь «они-то знают, как лучше». Нет, не знают. Как лучше поступить, сказать, сделать — знаешь только ты сам и никто иной. Другие люди могут выступить проводниками в твоей жизни, но основное решение и действие — исключительно за тобой.

Твоя задача состоит только в одном — научиться слышать себя. И если твое намерение будет искренним, то ты обязательно этому научишься.

Твой внутренний голос является тихим, но спокойным и твердым. Ты всегда можешь его услышать, хоть разум каждый раз старается его притупить.

Скорее всего, ты задумываешься: «Почему человеку более свойственно прислушиваться к другим, но не к себе?» Мы можем разобрать это с точки зрения психологии (кстати, ее корни также возникли в Древней Греции, у этой науки греческое название, означающее «наука о душе»). Такое происходит из-за того, что взрослый человек не прошел стадию сепарации от родителей и остается в позиции ребенка.

Когда человек растет, он учится различным проявлениям реакций, убеждений, правильности через поведение своих родителей. Безусловно, родители могут доносить до ребенка ценности, убеждения на уровне слов и метода воспитания. Но родители нередко упускают важный фактор — ребенок учится именно по поступкам своих родителей на бессознательном уровне. Родитель может повторять из раза в раз: «Врать — это плохо. Вранье — это большой грех». Но если ребенок будет каждый раз уличать родителя во лжи, то предпочтет именно такой же вариант поведения.

Постепенно, когда ребенок развивается в детско-родительских отношениях, он начинает развиваться и в социуме. Мы не должны забывать о том, что человек — это не только биологическое, но и социальное существо. В этот момент ребенок немного сепарируется от родителей и начинает познавать

мир, он пытается исследовать, учиться навыкам коммуникации, открытости, проявленности. В более сильной системе, такой как школа, его начинают системно обучать, что правильно, а что неправильно. Ребенок в это время пока еще не осознает, что является истинным, поэтому в большинстве случаев для ребенка истиной является то, что ему транслируют и показывают. Он начинает создавать на этот счет свои убеждения, которые потом будут являться базой в его построении взаимоотношений, достижении целей, счастья или несчастья. В бессознательную структуру психики закладывается основа убеждений, а следовательно, сценариев, которые создают его взрослую жизнь.

Личность, пребывающая в детской позиции, обладающая меньшим количеством опыта, в реальной жизни более склонна к тому, чтобы верить любой информации, которую до нее обоснованно донесут. Если оратор будет старательно убеждать, то такая личность будет свято ему верить, отбрасывая критическое и рациональное мышление, а также свой внутренний голос.

ЧЕМ БОЛЬШЕ У ЧЕЛОВЕКА БУДУТ ПОДТВЕРЖДАТЬСЯ
ТЕ ИЛИ ИНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ,
ТЕМ БОЛЬШЕ ОН В НИХ ВЕРИТ.