



ТАЙНА
ЛЮБВИ,
ЗДОРОВЬЯ
И ДЕНЕГ

МАСТЕР-КЛАСС

Rhonda Byrne

Ронда Берн



ЭКСМО
МОСКВА
2023

УДК 159.923.2
ББК 88.52
Б51

Rhonda Byrne
THE SECRET TO LOVE, HEALTH, AND MONEY
«The Secret to Health Masterclass» copyright © 2020 Making Good LLC
«The Secret to Money Masterclass» copyright © 2020 Making Good LLC
«The Secret to Relationships Masterclass» copyright © 2020 Making Good LLC
Titles were previously published separately in audio format
by Simon & Schuster Audio in 2020.
www.theseecret.tv
All Rights Reserved.
Published by arrangement with the original publisher,
Atria Books, a Division of Simon & Schuster, Inc.

Берн, Ронда.

Б51 Тайна любви, здоровья и денег : мастер-класс / Ронда Берн ; [перевод с английского Н. Половинко]. — Москва : Эксмо, 2025. — 288 с.

ISBN 978-5-04-178167-5

В своей новой книге Ронда Берн, автор документального фильма «The Secret» и мегабестселлера «Тайна», поделится тайным знанием о том, как работает закон притяжения, и научит применять его к трем ключевым сферам нашей жизни: отношениям, здоровью и деньгам.

Книга создана в форме мастер-класса и представляет собой бесценную коллекцию уроков, советов, тематических исследований и примеров из практики автора.

«Хотите изменить свою жизнь? Измените свое отношение к ней», — говорит Ронда Берн и увлекает читателя вслед за собой, мягко и бережно настраивая его на вибрацию удачи и позитивных перемен.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-178167-5

© Половинко Н., перевод на русский язык, 2023
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2025

Посвящается вам.

*Пусть на протяжении всей жизни «Тайна» приносит
вам любовь и радость.*

Это мое послание вам и всему миру.

Вступление. Тайна любви	9
<i>Урок 1. Любовь и Закон притяжения</i>	11
<i>Урок 2. Сила мыслей и чувств</i>	19
<i>Урок 3. Тайна невероятных отношений</i>	30
<i>Урок 4. Процесс творения в отношениях</i>	41
<i>Урок 5. Воображение и взаимоотношения</i>	50
<i>Урок 6. Благодарность и отношения</i>	60
<i>Урок 7. Тайна для вас</i>	70
<i>Урок 8. Величайший дар</i>	79
Напутствие к части «Тайна любви»	85
Вступление. Тайна здоровья	93
<i>Урок 1. Тайна здоровья раскрыта</i>	96
<i>Урок 2. Здоровье и подсознание</i>	106
<i>Урок 3. Быстрый путь к здоровью</i>	117

<i>Урок 4. Здоровье и процесс творения</i>	129
<i>Урок 5. Благодарность за здоровье</i>	141
<i>Урок 6. Визуализация здоровья</i>	151
<i>Урок 7. Поддержание здоровья</i>	165
<i>Урок 8. Ваше бессмертие</i>	177
Напутствие к части «Тайна здоровья»	181
Вступление. Тайна денег	187
<i>Урок 1. Тайна денег</i>	189
<i>Урок 2. Чувства насчет денег</i>	202
<i>Урок 3. Образ мышления богатых</i>	215
<i>Урок 4. Деньги и процесс творения</i>	230
<i>Урок 5. Благодарность за деньги</i>	242
<i>Урок 6. Воображение и деньги</i>	254
<i>Урок 7. Карьера и бизнес</i>	262
<i>Урок 8. Делиться и отдавать</i>	278
Напутствие к части «Тайна денег»	285

Моя жизнь рухнула 14 лет назад. Я довела себя до изнеможения. Внезапная смерть отца, вконец испорченные отношения с друзьями и коллегами по работе. Именно в тот момент мне открылась «Тайна», перевернувшая всю мою жизнь, включая здоровье, финансы и отношения. Тогда я решила поделиться этим знанием с миром, и с тех пор «Тайна» помогла десяткам миллионам людей по всему миру. Уверена, она поможет и вам.

Если к вам в руки попала эта книга, возможно, вы хотите спасти текущие отношения или, кто знает, найти новые. Может быть, вы ищете идеального партнера, пытаетесь спасти брак, стремитесь улучшить отношения с коллегами или друзьями. «Тайна» поможет вам не только в этом, но и во многом другом.

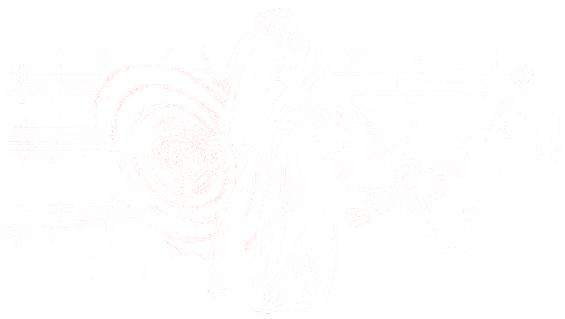
С помощью Тайны вы добьетесь успеха в любой сфере вашей жизни.

Как вы думаете, в чем истинный смысл жизни? Вряд ли ее полноту можно оценить без отношений с человеком, с которым можно делиться печалью и радостями, достигать новых высот и получать новый опыт.

Представьте, вы единственный человек на Земле. Хотелось бы вам такой участи? В чем смысл создавать что-то исключительно для себя? Рисовать картину, которую никто не увидит. Сочинять музыку в отсутствие слушателей. Изобретать что-то, чем никто никогда не воспользуется. Путешествия потеряют смысл, ведь куда бы вы ни отправились, везде вас будет ждать одно и то же — пустота. То же самое с развлечениями. *Именно связи и опыт общения с людьми наполняют вашу жизнь радостью, целями и смыслом.*

Ваши отношения — это безграничные возможности для преобразования жизни с помощью позитивных мыслей и чувств. Чем чаще мы благодарим окружающих за отношения, чем больше доброты к ним проявляем, тем сильнее ощущаем, как улучшается наша жизнь. С любовью точно так же: все чувства, которые мы проявляем, возвращаются к нам. И это удивительно!

Отношения влияют на вашу жизнь гораздо сильнее, чем вы можете себе представить, поэтому логично, что счастливый и гармоничный союз должен быть приоритетом для всех нас. Эта книга поможет вам создать его. Вы на себе ощутите, как преобразятся все сферы вашей жизни: финансы, здоровье, цели и мечты, эмоции.



Вселенная подвластна законам природы. Мы летаем на самолетах, потому что они подчиняются принципам аэродинамики. Никто не подстраивал законы физики так, чтобы люди могли летать — мы сами подстроились под них. Есть еще один закон, который управляет нами так же, как физика самолетами. Чтобы улучшить текущие, возобновить старые или привлечь новые отношения, необходимо постичь самый могущественный закон во Вселенной — Закон притяжения.

Именно он удерживает каждую звезду в Космосе на своем месте, формирует атомные и молекулярные

связи. Притяжение Солнца удерживает планеты в границах солнечной системы, не давая им улететь в космос. Сила гравитации притягивает людей, животных, растения и минералы к Земле. Притяжению подчиняется вся природа: цветок манит пчелу, а живые существа необъяснимо тянутся к своему виду. Рыбы в море, птицы в небе и на земле постоянно размножаются, образуя косяки и стаи. Притяжение скрепляет клетки вашего тела, конструкции вашего дома и мебель, на которой вы сидите. Оно удерживает автомобиль на дороге и воду в стакане. Практически каждый предмет, которым вы пользуетесь, сохраняет свою целостность благодаря силе притяжения.

Она подталкивает людей друг к другу, побуждает их к созданию групп, сообществ с общими интересами. Кого-то она влечет к науке, других — к искусству. Благодаря этой тяге люди увлекаются спортом, модой, музыкальными стилями, проникаются нежностью к животным. Она влечет вас к любимым вещам и местам, к друзьям и дорогим сердцу людям.

Закон притяжения — мощная сила, которая поддерживает гармонию во всем, от атомов до бесчисленных галактик. Он действует для каждого и везде во Вселенной. Именно этот закон управляет вашей жизнью.

Как это работает? *Квантовая физика* объясняет, что все во Вселенной состоит из энергии, вибрирующей на определенной частоте, в том числе и ваши мысли. Их можно измерить, у каждой будет определенная частота. Ваши мысли притягивают людей, обсто-

ательства и события, которые находятся на той же частоте. Подобное притягивает подобное. Знакомо, не правда ли? По закону притяжения, в вашу жизнь приходит то, о чем вы больше всего думаете. Другими словами, мысли формируют жизнь.

Как и все законы природы, Закон притяжения непреложен: работает для всех без исключений. Он вездесущ и действует одинаково для любых мыслей и предметов.

Что вы думаете о своем союзе, то и притянете в него — так работает Закон притяжения в контексте отношений. Невозможно постоянно думать о неудовлетворенности и одновременно наслаждаться отношениями, наполненными гармонией и счастьем. Говорить себе: «Он больше не любит меня, как раньше» и при этом ощущать, что партнер стал трепетнее и нежнее. Чтобы привлечь любовь, необходимо думать о ней. Вы магнит, и по Закону притяжения все, о чем вы думаете, вернется к вам через людей, обстоятельства и события.

Вспомните старую поговорку: что посеешь, то и пожнешь. Мысли в вашей голове — это семена, поэтому урожай будет зависеть от того, что вы посадите. Думайте позитивно, и вы привлечете в свою жизнь приятных людей, желанные обстоятельства и радостные события. Прокручивая в голове негатив, вы

притянете к себе пессимистов, а ваша жизнь наполнится разочарованием. Так устроена физика разума и математика Вселенной (или ментальная Вселенная, как говорят физики).

Итак, начнем с определения позитивных и негативных мыслей.

Позитивные мысли — это размышления о том, что вам хочется нравиться, о том, что вы желаете. Негативные — о том, чего не хотите, что доставляет вам дискомфорт.

То, что вы притянете в свою жизнь, напрямую зависит от ваших мыслей — позитивных или негативных. Ваш нынешний образ жизни — прямое следствие ваших мыслей в прошлом. Возможно, вы не представляли, насколько мощна сила мысли и как легко в вашей жизни может появиться то, чего вам на самом деле совсем не хотелось. С этого момента все изменится — благодаря знанию, которое вы для себя откроете.

Все в жизни неслучайно. Как и то, что сейчас происходит с вашими отношениями или с другой сферой вашей жизни. «Думай о других хорошо», — не просто слова. Позитивные мысли об окружающих вернутся сполна теплом и любовью в ваши отношения и подтянут за собой остальные сферы жизни.

Думая позитивно, вы привлекаете в свою жизнь все хорошее: людей, события, обстоятельства. Негатив и злые мысли множат вокруг неприятные ощущения и плохие условия.

Замечали, что, жалуясь, обвиняя, злясь на других, вы привлекаете больше негатива в свою жизнь? А когда он возвращается, то вызывает в вас еще больше подобных мыслей. Отрицательная энергия растет подобно снежному кому.

То же самое происходит, когда вы заикливайтесь на жалобах другого человека. Проявляя сочувствие или соглашаясь с ним, вы притягиваете больше подобных ситуаций и тех, кого можно обвинить или на кого пожаловаться. Это происходит вне зависимости от того, насколько обоснованы жалобы или обвинения.

Однажды я услышала историю о женщине, которая проходила через непростой период в отношениях. С помощью специалистов ей удалось отследить причины происходящего, вплоть до насилия, пережитого ею в детстве. Девушка не отрицала и тот факт, что плохим отношениям также способствовала склонность жаловаться и обвинять других в своих проблемах. Когда она решила мыслить иначе, перестала искать причины в других и вместо этого начала любить и ценить людей рядом, все изменилось.

Вскоре она познакомилась со своим суженым. Начиная с ценностей и заканчивая цветом глаз и волос, это был мужчина ее мечты. Через три месяца он сделал ей предложение, а спустя два года они обручились. Самое удивительное в судьбе этой пары — оказалось, что их жизни пересекались на протяжении 20 лет. У их семей были общие знакомые, любимые места для отдыха. Три года они даже работали в одной компании, но никогда не