

УДК 133
ББК 86.42
Б87

THE WISDOM CODES
by Gregg Braden Copyright © 2020
by Gregg Braden Originally published in 2020
by Hay House Inc. USA

Б87 **Брейден, Грегг.**

Зашифрованная мудрость : древние коды защиты, силы и любви / Грегг Брейден ; [перевод с английского К. А. Чайковской]. — Москва : Эксмо, 2024. — 224 с. — (В потоке. Движение к счастью).

ISBN 978-5-04-193188-9

С древних времен люди зашифровывали с помощью слов сакральные смыслы мироздания. Молитвы и мантры, священные песни и гимны, псалмы и тайные тексты — это не что иное, как великая зашифрованная мудрость всех времен и народов, — все это сохранилось до наших времен. И теперь мы можем приоткрыть сквозь древние тексты завесу тайны.

Когда-то, в одиночку и коллективно, формально и нет, вслух и про себя, люди использовали все эти специальные слова и тексты для того, чтобы с их помощью выжить в сложные времена. И в то же время они ими благословляли свою жизнь. И сейчас нам через века тоже открыта эта возможность.

Грегг Брейден — автор пяти мировых бестселлеров по духовному развитию, ученый и лектор. Он получил всемирную известность как первопроходец, соединивший современную науку, древнюю мудрость и человеческий потенциал.

УДК 133
ББК 86.42

© Чайковская К.,
перевод на русский язык, 2024

© Оформление.

ООО «Издательство «Эксмо», 2024

ISBN 978-5-04-193188-9

Содержание



Предисловие	9
Введение	12
Как использовать зашифрованную мудрость	20
Слова — это коды	25
Часть 1. Защита	31
Код мудрости 1. Псалом 91/90	35
Код мудрости 2. Буддийская молитва о прибежище	43
Код мудрости 3. Отче наш	49
Код мудрости 4. Гаятри-мантра	61
Часть 2. Страх	69
Код мудрости 5. Катха-упанишада	77
Код мудрости 6. Тексты пирамид	81
Код мудрости 7. Бхагавадгита	85
Код мудрости 8. Евангелие мира	91

Содержание

Часть 3. Потеря	97
Код мудрости 9. Оотагаки Рэнгэцу	105
Код мудрости 10. Будда	111
Код мудрости 11. Павамана-мантра.....	119
Часть 4. Сила	125
Код мудрости 12. Молитва о красоте.....	131
Код мудрости 13. Ведическое пение	143
Код мудрости 14. Псалом 22	151
Часть 5. Любовь	159
Код мудрости 15. «Евангелие от Фомы».....	165
Часть 6. Коды силы	173
Код силы 1. Хочу.....	175
Код силы 2. Я есть	185
Часть 7. Притчи	193
Притча 1. Женщина и кувшин.....	199
Притча 2. Ядовитая стрела	209
Слова благодарности	216
Об авторе	221

Всего одно слово может повлиять на то,
как проявят себя наши гены, которые
управляют уровнем физического
и эмоционального стресса.

*Марк Роберт Уолдман и Эндрю Ньюберг,
нейробиолог, доктор медицинских наук*



Я не знаю ничего в мире, обладающего
такой же силой, как слово.

Эмили Дикинсон, поэт

Предисловие



Слова утешают нас в трудную минуту. Те же самые слова, которые сегодня успокаивают нас и защищают, наполняли молитвы народа навахо, жившего на юго-западе американской пустыни. Во времена хаоса они использовали эти молитвы для почитания естественного порядка вещей. Слова были обнаружены в ветхозаветном благословении, записанном почти 3000 лет назад на двух крошечных серебряных свитках. Люди в одиночку и коллективно, формально и неформально, вслух и про себя, использовали специальные слова для того, чтобы с их помощью выжить в сложные времена.

Наши творения — это выражение идей, которые живут внутри нас. Это значит, что все наше искусство, фильмы, музыка и литература являются чем-то большим, чем просто развлечение. Благодаря связи между внутренним и внешним миром мы воспринимаем свое вдохновение как нечто питающее наше сознание, как то, что напоминает нам о наших неиспользованных возможностях. Вот почему духовные традиции прошлого и слова, которые их бережно хранят, обладают вневременной связью.

Предисловие

В процессе написания «Зашифрованной мудрости» я пользовался наборами проверенных слов, к которым люди обращались в те или иные времена. Мне удалось превратить эти слова в доступное современное руководство. Здесь собраны почитаемые молитвы, мантры, песнопения и гимны, которые способны обеспечить уверенность, защиту и исцеление в те моменты, когда жизнь несет опасность, боль и потери. В такие моменты даже самая действенная поддержка семьи и друзей не способна пробраться в глубь нашей эмоциональной бездны. И тогда все, что у нас остается, и что нам на самом деле нужно, — это мы сами. Осознав эту простую истину, я понял, что у нас есть возможность перепрограммировать свой мозг и самостоятельно выбирать, как именно реагировать на трудности, которые преподносит нам жизнь.

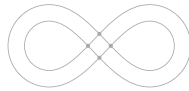
Если мы будем сознательно использовать древние словесные коды, то получим доступ к знаниям мудрецов, целителей, мистиков и пророков. При этом мы перестанем быть жертвами обстоятельств и уверенно займем место хозяев своей судьбы. Именно в этом и заключается сила *зашифрованной мудрости*, благодаря которой внутри нас происходят заметные перемены, когда мы произносим слова вслух или про себя. И эти изменения происходят именно в том месте, где сила слов и нейронов чудесным образом сходятся воедино. Мы связываем эти зашифрованные слова со значениями, которые привыкли давать различным понятиям. Эти ассоциации оказывают непосредственное влияние на клетки нашего мозга и тем самым приводят нашу биологию в состояние гармонии с энергией наших эмоций. С точки зрения химии мы перестаем быть людьми, которыми были несколько мгновений назад. Эта разница открывает двери для но-

Предисловие

вых способов мышления. Мы начинаем по-новому выражать чувства и проявлять действия в те моменты, когда переживаем предательство, потерю или испытываем чувство страха.

И пусть даже эти изменения могут оказаться едва уловимыми и даже произойти незаметно не только для окружающих, но и для нас самих, именно они наделяют нас мудростью и придают нам уверенность и силу, благодаря которым мы сможем стать еще могущественнее.

Введение



Мы думаем словами. Мы говорим словами. В форме слов мы слышим сигналы наших собственных, не до конца осознанных мыслей, причем частота этих сообщений «головокружительна» — по оценкам ученых, они повторяются от 60 000 до 80 000 раз в день. Данные последних исследований свидетельствуют о том, что сила наших слов выходит далеко за рамки того, на что раньше указывала эта статистика. Слова, которые мы используем в повседневной речи, напрямую влияют на наш мозг, а следовательно, и на образ нашего мышления — и на то, о чем вообще мы способны думать. Эта теория впервые была предложена в начале XX века, и сегодня она наконец подтверждена.

Открытие

Тот факт, что между словом и мозгом есть определенная связь, нельзя отнести к результатам исследований, проведенных в современной лаборатории. Это больше похоже на результат неожиданного осознания, которое пришло во вре-

Введение

мя выполнения учебного задания. Случилось это между 1937 и 1938 годами, когда американский лингвист Бенджамин Ли Уорф заменял своего коллегу — руководителя выпускного курса, изучавшего лингвистику коренных американцев.

В языке североамериканских хопи Уорф заметил один нюанс, на который ранее никто не обращал внимания. Люди, говорящие на этом языке, описывают события повседневной жизни, не обращаясь к чувству времени — и даже не упоминая о нем. То есть в языке хопи используются только те слова, которые описывают исключительно настоящий момент — и то, что происходит в этот момент, без применения слов, которые бы напрямую характеризовали прошлое или будущее. Именно это натолкнуло Уорфа на мысль о том, что слова влияют на соединения наших нейронов. Это открытие поставило научные убеждения того времени под вопрос — да и сейчас оно, несмотря на все хвалебные отзывы, рождает немало споров.

Говоря о том, что происходит сейчас

Одной из наиболее ярких иллюстраций открытия Уорфа можно считать способ, который хопи использовали для того, чтобы описать молнию. Говоря об этом природном явлении, они употребляют не существительное, а глагол, который указывает на происходящее действие. Смысл, который они вкладывают в это слово, примерно равнозначен тому, какой мы вложили бы в глаголы «молнит», «молнится» или «молнуется», если бы они существовали в нашем языке. Иными словами, для них молния находится *в состоянии бытия*, — а как естественный объект они ее не видят.

Введение

Точно так же, вместо того чтобы описывать отдельную волну в океане как существительное, хопи рассматривают ее как часть всеобъемлющей системы, которая присутствует, живет и происходит в данный момент. Их мышление выражается в языке через переживание, и они говорят, что волна «волнится», а молния «молнуется».

Слова живой Вселенной

По мнению Уорфа, именно эти структуры дают хопи гармоничное представление о самих себе, помогают им правильно выстраивать свою жизнь и отношения с космосом. Рассматривая творение в целом, они видят живую Вселенную, которая миллионы лет назад возникла из изначального состояния гармонии. В рамках этой системы хопи рассматривают отношения между людьми и природой как ежедневное выражение универсальной гармонии.

Такой жизнеутверждающий образ мышления не сочетается с общепринятой научной точкой зрения. Мы привыкли полагать, что Вселенная — это «мертвая» система, возникшая в результате ряда случайных космических событий. Исходя из этого мировоззрения, наука соотносит наше происхождение и дальнейшее существование с успешной конкуренцией и с тем, что Чарлз Дарвин называл «выживанием сильнейших». Однако новые открытия в биологии и других науках о жизни говорят о том, что именно сотрудничество, а не конкуренция, является главенствующим правилом природы.

Слова способны изменить наш мозг

Слова оказывают огромное влияние на нашу жизнь. Такое впечатление, что язык, которым мы пользуемся, — слова, с помощью которых мы описываем себя или делимся своими мыслями, чувствами, эмоциями и убеждениями, — формирует основу наших мыслей и помогают нам решать повседневные проблемы.

Но доказанные связи между словом и мозгом поднимают еще более глубокие вопросы. Неужели, выбирая определенные слова для решения тех или иных проблем, мы можем перенастроить свой мозг так, чтобы он начал открывать новые способы решения? То есть может ли сознательный выбор слов и словосочетаний изменить образ нашего мышления в то время, когда нас постиг кризис, когда нам нанесли травму, когда мы страдаем от потери, да и просто в час нужды? Короткий ответ на этот вопрос: «Да, может». Более развернутый ответ вы найдете в данной книге, на страницах которой говорится о том, что наши предки придерживались именно этой веры. Они признавали тот факт, что связь между словами и биологией на самом деле существует. В трудные времена они применяли это понимание в качестве зашифрованных кодов.

В своей книге «Words Can Change Your Brain» нейробиолог Эндрю Ньюберг и его соавтор Марк Уолдман повторяют идеи Уорфа и объясняют связь между словом и мозгом: «Все-го одно слово может повлиять на то, как проявят себя наши гены, которые управляют уровнем физического и эмоционального стресса». Кроме того, Ньюберг и Уолдман объясняют связь между словами и телом, которая влияет непосредственно на восприятие реальности. Это явление начинается в таламусе — железе, расположенной рядом с центром мозга.

Введение

Таламус передает сенсорную информацию в те области мозга, которые сначала интерпретируют сигналы, а затем действуют на их основе, формируя наше восприятие окружающего мира. В книге говорится: «Со временем структура таламуса меняется в ответ на сознательные слова, мысли и чувства человека. Мы считаем, что изменения таламуса влияют на то, как человек воспринимает реальность».

Эти и многие другие открытия подтвердили, что слова обладают огромной силой и мы можем использовать их в трудные минуты.

Зашифрованная мудрость

Открытия Уорфа, сделанные в XX веке, а также недавние научные открытия в области неврологии и биологии указывают на одни и те же отношения. Слова оказывают огромное влияние на химию нашего тела, на нейроны нашего мозга и на то, как они соединяются и «разряжаются», определяя:

- Наши мысли о самих себе и способы решения собственных проблем.
- То, о чем мы в целом способны думать.

Эти идеи придают новый смысл песнопениям, гимнам, молитвам и мантрам, которые широко использовались в традициях прошлого. На протяжении многих тысяч лет определенные слова и ритуальные фразы передавались от отца к сыну, от матери к дочери, от шамана к шаману, от целителя к целителю. Эти послания были сохранены для будущих поколений в священных письменах и таинственных глифах, которые прошли испытание временем. Сегодня мы

Введение

находим наследие наших предков в самых отдаленных и скрытых уголках земли — в монастырях, храмах и гробницах, которые безмолвно хранят внутри себя вечную мудрость. Мы находим словесное наследие в священной литературе самых почитаемых в мире духовных традиций.

Наши предки сохранили для нас свои секреты. Они понимали, что будущим поколениям потребуются такие же эмоциональные якоря и психологическая поддержка, благодаря которым можно будет одержать победы в войнах и выжить в экстремальных климатических условиях и социальном хаосе, — наши прародители подозревали, что все эти явления не только характерны для их дней, но и не раз вернуться позже. От древних индуистских Вед, возникших, как считают, более 7000 лет назад, до Махабхараты, учений Будды, «утраченных» текстов иудеохристианской Библии и священных таинств коренных народов — у нас всегда был и будет доступ к зашифрованной мудрости. Однако мы должны четко понимать, что означают эти коды и как применить их в наши дни.

Как пользоваться этой книгой

Иногда жизненные испытания, с которыми нам приходится сталкиваться, могут казаться слишком тяжелыми. Но, досконально изучив ту или иную проблему, мы обнаружим тонкую связь между нашими переживаниями и нашим восприятием. То, что мы зачастую воспринимаем как самостоятельные трудности, на самом деле представляет собой различные выражения одной и той же основной проблемы. Например, гнев, ревность и критика кажутся нам отдельными проблемами, которые следует решать поочередно. Но

Введение

каждая из них в конечном итоге указывает на одну и ту же главную проблему, которая заключается в неразрешенном страхе. Сумев избавиться от этого чувства, мы устраняем потребность в безопасности и причины, из-за которых в нашей жизни могут возникать различные проявления одного и того же страха.

Наши предки отчетливо осознавали эти отношения. Они понимали силу принципа цепной реакции, который заключался в том, что эмоциональное исцеление происходит через разрешение одного основного страха. Этим открытием они поделились с нами как глубокой мудростью, закодированной в священных словах. Их коды выдержали сложное испытание временем.

Учитывая все эти идеи, я выбрал основную группу кодов, относящихся к тем проблемам, с которыми мы чаще всего сталкиваемся в повседневной жизни. Эти коды способны наделить нас величайшей силой и исцелить самым быстрым способом.

Первые пять частей данной книги посвящены ответам на основные вопросы, которые касаются чувства безопасности, страха, утраты, силы и любви. Также я включил две дополнительные части, которые помогут вам расширить свои возможности. В шестой части представлены коды «Я есть» и «Я буду», а в седьмой — две притчи об исцеляющих истинах.

Для лучшего понимания каждая часть организована следующим образом:

- **Код мудрости, код силы или притча** — прямая цитата из текста, священного писания или учения.
- **Применение** кода мудрости — предполагаемый опыт, для которого предназначен данный код.