

# Отравление

|                 |   |
|-----------------|---|
| Вступление..... | 6 |
|-----------------|---|

## Часть 1. ВСТРЕЧА

|   |    |
|---|----|
| Последняя капля.....  | 10 |
| Закон благодарности.....  | 12 |
| Как исполняются желания.....  | 15 |
| Из худшего возьми лучшее.....   | 18 |
| Идеализации: то, что ты ненавидишь, придёт<br>в твою жизнь.....                     | 20 |
| Это разрушает мозг ребёнка.....   | 22 |
| Нытик.....  | 24 |
| Если делаешь одно и то же, но нет результата,<br>то пришло время что-то менять..... | 26 |
| Много сексуальных партнёров — это хорошо<br>или плохо?.....                         | 29 |
| У тебя есть принципы? Ты не врешь себе?.....  | 32 |
| Сила веры.....  | 36 |
| Ничего не происходит просто так.....  | 39 |
| А если то, что я сейчас скажу, — правда? Кто я?.....                                | 43 |
| Как познать вечность.....   | 48 |
| Пробуждение.....  | 51 |
| В чём смысл нашей жизни.....  | 53 |
| Как обрести настоящее счастье и блаженство.....                                     | 57 |
| 30 минут — и алкоголь, сигареты, наркотики<br>ушли из моей жизни.....               | 60 |
| Как я стал монахом.....   | 64 |

## Оглавление

### Часть 2. КАРМА

|  |     |
|--|-----|
| Самая сильная боль — та, которую мы<br>причиняем другим: что я увидел и пережил .... | 68  |
| Как понять своё предназначение .....   | 70  |
| Как изменить судьбу .....  | 73  |
| Три вида кармы .....   | 76  |
| Мир, в котором я всегда буду счастливым .....  | 80  |
| Техника для сжигания негативной кармы<br>«Зеркало» .....                             | 82  |
| Лечить необходимо не болезнь, а её причину .....                                     | 85  |
| Бог не наказывает .....  | 87  |
| Как не стать бесчувственным сухарём .....  | 91  |
| Что значит «Принять ситуацию» .....  | 92  |
| Повторяющиеся уроки судьбы .....   | 94  |
| Какой ты национальности? .....   | 97  |
| Принять — не значит бездействовать .....   | 100 |
| Измена: простить или нет .....   | 101 |
| Чему нас учат уроки боли .....   | 104 |
| Что хорошего было в нашей жизни .....  | 106 |
| Можно ли говорить негативно о жене или муже<br>при детях .....                       | 109 |
| Это было больно, но необходимо .....   | 112 |
| Кармические узлы .....   | 115 |
| Почему на одних действует карма,<br>а на других нет .....                            | 116 |
| Уважение к старшим меняет судьбу .....   | 119 |

### Часть 3. ГУНЫ — ВИБРАЦИИ

|  |     |
|--|-----|
| Скрытая агрессия .....                 | 124 |
| Откуда мысли в моей голове .....       | 126 |
| Почему люди разрушают свою жизнь ..... | 128 |
| В каком мире ты живёшь .....           | 131 |
| День искренности .....                 | 133 |

## Оглавление

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Как нас настраивают .....             | 136 |
| Секс в голове .....                   | 140 |
| Невежество и страдания .....          | 141 |
| Проявление гуны невежества .....      | 144 |
| Страсть, стресс, перегорание .....    | 149 |
| Проявление гуны страсти .....         | 151 |
| Благость, баланс, умиротворение ..... | 155 |
| 10 проводников счастья .....          | 158 |

### Часть 4. ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ

|  |     |
|--|-----|
| Мудрость монаха .....                            | 171 |
| Почему счастье у всех разное .....               | 173 |
| С какого вопроса начинается жизнь человека ..... | 174 |
| Как обрести баланс в своей жизни .....           | 176 |
| Кто я? .....                                     | 178 |
| Какое у меня предназначение .....                | 181 |
| Это сделает тебя по настоящему счастливым .....  | 183 |
| Кто такой счастливый человек .....               | 184 |
| Игра бога .....                                  | 185 |
| Смысл жизни .....                                | 186 |
| Сон длиною в жизнь .....                         | 188 |
| Пробуждение .....                                | 190 |
| Сердце Льва .....                                | 194 |

## Вступление

Когда я беру в руки новую книгу, наверное, самое неприятное для меня — это читать Вступление. Мне это кажется бессмысленной потерей времени. Поэтому, чтобы не тратить твоё время, буду краток.

Если бы в прошлом я действовал иначе, совершал другие поступки, то к 25 годам имел бы всё, чего желал, и жил бы счастливо. Наверное, одно из самых главных качеств, которое должен приобрести человек, — это умение видеть и понимать, к чему его приведут те или иные поступки. Чтобы совершать меньше ошибок, а значит, и жить счастливее. Да, конечно, без ошибок не бывает развития человека. Но почему бы их не минимизировать?

Пойми это с самого начала.

Когда понимаем, к чему приведёт нас то или иное действие, мы можем выбрать, как нам поступить. Тем самым выбираем своё будущее и перестаём быть марионеткой в руках судьбы.

Книга построена следующим образом: сначала будет всё легко и просто. Мы будем с тобой разговаривать о простых вещах. Расскажу свою жизненную историю, где мы вернёмся в моё детство и ты узнаешь, как оно складывалось, — это имеет определённую цель. Потом будет философия: мы поговорим о законах Вселенной и ответах на главные, фундаментальные вопросы в жизни человека. Затем опять вернёмся в историю и снова в философию. Наука очень интересная. Это то, что меняет парадигму и жизнь в целом. Но если мы станем говорить только

## Вступление

о философии, книга может показаться тяжёлой для восприятия. Поэтому мы будем с тобой философию разбавлять: от лёгкого к трудному, от трудного к лёгкому... И так, пока не дойдём до цели.

Ты помнишь какая у тебя цель? А может, их много? А есть ли та, которая даст тебе всё, чего ты желаешь? Возможно, это и есть главная твоя цель? Всё может быть...

PS:

Рекомендую сначала прочитать книгу не делая заметок, а потом ещё раз — с карандашом. Эти QR-коды пригодятся во время чтения:



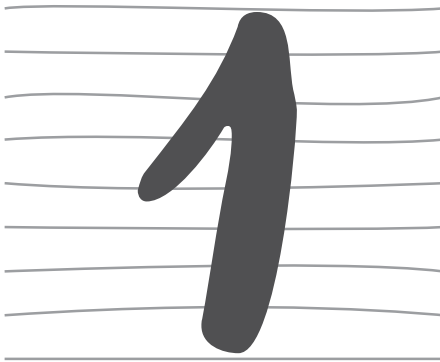
Режим сна для успешных  
и богатых



Техника «Танец Шивы»



ЧАСТЬ



ВСТРЕЧА

## ПОСЛЕДНЯЯ КАПЛЯ

Манхайм, 2014 год

Я стоял на коленях и плакал! Плакал в своём спортивном магазине! Просто представь себе эту картину: солидный спортивный магазин, 100 квадратов, всё красиво оформлено. Я хозяин этого магазина — красивый, накаченный молодой парень... У меня сотни клиентов... А я стою на коленях и плачу...

Плакал, потому что мне было трудно, я запутался. Запутался в игре под названием Жизнь. Что происходило в моей судьбе в тот момент, когда я плакал:

— я переехал в другой город за 300 км от друзей и родных. Мне это было трудно;

— у меня недавно открылся магазин и всё это было новым;

— у меня рушились отношения: я встречался с девушкой (сходился, расходился, сходился, расходился);

— я разводился с женой;

— были сложные отношения с партнёром по бизнесу;

— и ещё я не мог получить квартиру в этом городе!

Всё накопилось, и я уже не мог больше терпеть эту эмоциональную боль. В тот момент мне казалось, будто жизнь рассыпалась, как карточный домик. Тогда я не верил в Бога и думал: а зачем мне вообще жить дальше?! Может, покончить жизнь самоубийством? Эта мысль периодически приходила мне в голову на протяжении нескольких последних недель. Но в этот день на меня жёстко накатило. Не выдержав, я встал на колени, заплакал, поднял голову и в порыве безысходности прокричал: «Бог, если

## Встреча

ты есть, пожалуйста, помоги мне!» Я искренне взмолился... А буквально через секунду возникло такое ощущение, будто с моих глаз упала пелена.

Я встал и думаю: чё за бред?! Не, ну чё за бред?! Мужу 33 года. Он сильный, у него есть бизнес, красивое тело, деньги... Есть практически всё, что нужно... А он стоит на коленях и плачет в магазине. Молится Богу. Какому Богу?! Володя, ты о чём?

Встаю с колен и, направляясь к барной стойке, прокручиваю в голове эти мысли. За этой барной стойкой я продавал белковые коктейли и оформлял заказы. И вдруг, подойдя к ней, вижу книжку, которая называется «Как быть, когда всё не так, как хочется». Я уже много раз рассказывал эту историю, но обычно не упоминал название этой книги, потому что не хотел быть тем, кто рекомендует её читать. Тогда эта книга для меня оказалась, знаешь... когда человек тонет в трясине и ему дают такую веточку, и за веточку он начинает из этой трясины потихоньку выкарабкиваться. И эта книжка тогда послужила для меня вот такой спасительной веточкой. Сейчас я не со всем согласен с тем, что в ней написано. На мой взгляд, там есть спорные вещи, некоторые её положения не кажутся мне авторитетными. А тогда, взяв эту книгу, я себя спросил: «Как она попала на барную стойку?!» Да, это была моя книга! Да, она лежала у меня года два или три. В магазине была комната, куда никто не заходил, и там в углу стояли вещи, какие-то коробки. В одной из них лежала эта самая книга, которую я никогда не читал. Но как она оказалась в тот день у меня на барной стойке? До сих пор не знаю! Хотелось бы, конечно, сказать: Бог просто так взял и шмяк — «Держи, Володя» — положил её на стол. Но это не так. В общем, беру я книгу, сажусь на диван и начинаю читать...

## ЗАКОН БЛАГОДАРНОСТИ

Первая мысль, которая возникает в момент чтения: «Бред какой-то!» Объяснения автора были непонятны и выглядели какими-то сказочными. А потом, когда он начал рассказывать об идеализациях, о Боге, но не религии, о законах мироздания — вот тогда я увидел себя и всю свою жизнь. Есть два момента, которые я до сих пор ярко помню из этой книги. Первое: если ты плачешь, страдаешь, жалуешься на свою жизнь, то придёт время, когда страданий в твоей жизни будет ещё больше. Это чтобы ты мог понять: оказывается, вчера было хорошо. Другими словами, мы должны всегда принимать то, что у нас есть, и благодарить Бога за всё, ведь может быть ещё хуже. И это реально так работает. То, о чём ты думаешь, то, на что настроен, рано или поздно приходит в твою жизнь. Ведь это твоё желание. А если ты этого не хочешь, зачем об этом думаешь?!

И один из таких сильных законов, который даёт возможность человеку быть счастливым, успешным, богатым, иметь хорошие отношения, — Закон благодарности. То есть чем больше я благодарю Бога за то, что у меня есть, тем больше в мою жизнь начинает приходиться того, за что я ещё больше буду благодарен. Понимаешь, да? Вот я, к примеру, говорю: «Спасибо тебе, Господи, за ту жену, которую ты мне дал. Может быть, у нас сейчас не самые лучшие отношения, но я принимаю её, ведь, это Ты, родненький, послал её в мою жизнь. А значит, это мне во благо! Спасибо тебе, родненький! Спасибо!»

## Встреча

И если я так говорю, моя судьба начинает меняться в лучшую сторону. Хотя, конечно, не всегда бывает просто это сделать, особенно в тот момент, когда отношения не ладятся.

А если я, наоборот, говорю: «Вот жена мне попала — ну просто ведьма!», что будет происходить? Отношения начнут ещё сильнее ухудшаться. И здесь, если мы посмотрим на этот закон не со стороны какой-то мистики, — ты, мол, просто поверь, и всё — а с точки зрения разума, увидим одну простую вещь. Наш ум так устроен, что он постоянно ищет то, на чём мы сфокусированы. Думаю, ты прекрасно поймёшь пример с машиной. Когда ты говоришь: «Мне нравится этот автомобиль» (какой-нибудь там синий мерседес или красная БМВ). То есть ты называешь марку машины, которая тебе понравилась, и, вдруг начинаешь видеть её везде. Почему? Ты думаешь этих машин стало в мире больше? Нет! Просто твой ум начал их выделять среди других автомобилей. Раньше для него это было неважно, поэтому он их не выделял среди прочих машин. Поэтому каждый раз, когда мы говорим, что нам что-то не нравится, наш ум начинает ещё активнее искать то, за что бы зацепиться из того, что нам не нравится.

Понимаешь, как устроена наша психика и ум? Они постоянно ищут то, на чём мы сфокусированы. Если я чем-то недоволен, говорю: «Жена у меня ужасная...» А кто-то скажет: «Вот муж у меня слаб...» А ум будет ещё активнее искать, что есть в ней или в нём такого, к чему можно ещё придраться. Согласись, чем чаще ты к чему-то придираешься, тем больше видишь в человеке всего плохого, к чему можно ещё придраться. Это работает и наоборот.

## Сердце Льва

Если ты видишь в человеке или в этом мире что-то хорошее, твой ум начинает искать всё больше и больше хорошего. И вдруг твоя жизнь меняется в хорошую сторону. И нет здесь никакой мистики. Но видеть позитивное сложнее, чем негативное. Почему? Поразмысли над этим вопросом.

## КАК ИСПОЛНЯЮТСЯ ЖЕЛАНИЯ

Мир, который нас окружает, уникален. Это не просто творение Бога. Можно сказать это и есть Бог или одно из Его проявлений. В Ведах Вселенская форма Бога называется Вишварупа. Наш мир — справедливый и красивый. А тем, каким он сейчас является, мы сделали его сами. Когда молодая пара въезжает в красивую новую чистую квартиру, у неё есть возможность поддерживать красоту и чистоту. Или, наоборот, наполнить её хламом и всё в ней сломать. В этом мире действуют конкретные законы Вселенной, которые поддерживают его. Один из фундаментальных законов Вселенной, который очень многим нравится, но большинство людей толкуют его неправильно, —



это закон исполнения желаний. В 8-й мантре Шри Иша-упанишад<sup>1</sup> говорится:

Санскрит:

са парйагāч чхукрам акāйам авраṇам  
аснāвирам̐ шūdдхам апāпа-виддхам  
кавир манйшй парибхўх свайамбхўр  
йātхātатхйато 'ртхāн вйададхāч  
чхāшватйбхйах самāбхйах

Перевод:

«Такой человек должен постичь истинную природу Верховного Господа, величайшего из всех, бестелесного, всеведущего, безупречного, не имеющего вен, чистого и неосквернённого, самодостаточного философа, с незапамятных времён исполняющего желания каждого».

Здесь говорится, что Он исполняет желания каждого. Мы часто слышим, что мысль материальна. Но это не совсем корректное высказывание. Она материальна настолько, насколько эту мысль или желание исполняет Бог. Так говорится в Ведах. Если допустить, что любая мысль материальна, то можно сказать: «абра кадабра», и желание исполнится. А как это получилось — непонятно! Это то же самое, если бы мой маленький сын подумал: «Мысль материальна!»

---

<sup>1</sup> Тракта́т «Иша-упанишада» («Ишопанишад» или «Ишавасья-упанишада» — одна из самых малых по объёму Упанишад канона мукхья, состоящая из 18 текстов. Упанишады являются писаниями ведической культуры и считаются священными писаниями категории шрути, то есть богооткровенными текстами, которые не имеют конкретного авторства.

## Встреча

Потом написал бы на листочке: «Хочу на Новый год машину!» А утром заглянул бы под кровать, а там... ааа! машинаааа! И он в этот момент думает: «Всё работает!!! Мысли материальны!!!» Но мы упустили одну очень важную деталь. Был, наверное, некто, кто прочитал эту мысль, записанную на листочке бумаги. И это я, папа. А потом купил сыну машинку и положил её под кровать. И так же происходит в нашем мире. Когда думаем, что мысль материальна, мы ведём себя, как дети, ожидая, что желаемое появится из ниоткуда. Мы слышали про какой-то закон притяжения, и — бабах: то, чего мы хотим, появляется из ниоткуда. И самое интересное, что мы смеёмся над нашими детьми, если они в это верят, но почему-то сами ведём себя, как дети. Ещё раз: в Ведах говорится, что желания исполняет Бог.