

СОДЕРЖАНИЕ

Об авторе	5
Введение	7
Вместо предисловия	8
Глава 1. Оценка ситуации в мире	11
Глава 2. Любовь	17
Глава 3. Счастье	29
Глава 4. Разум и сознание	37
Глава 5. Духовный и физический мир	41
Глава 6. Эго	47
Глава 7. Физическое и духовное здоровье ...	51
Глава 8. Идеальный человек	61
Глава 9. Вера как инструмент творения	65
Глава 10. Энергия	75
Глава 11. Фундаментальные знания	85
Глава 12. Удовольствия	91
Глава 13. Питание тела и мозга	97
Глава 14. Сила	103
Глава 15. Страх, стресс, паника	107
Глава 16. Психосоматика	113
Глава 17. Современная психология	121
Глава 18. Деньги	125
Глава 19. Искусственный интеллект	131
Заключение	137

ОБ АВТОРЕ

Евгений Флейшер — успешный бизнесмен, ментор, коуч и тренер по развитию физически, ментально здоровой личности. Человек, который многого добился как в духовном развитии, так и в бизнесе. С 2008 г. он управляет заводом по производству комплексов средств руководства полетами, радиолокационных систем посадки, а также кодово-электронных блокировок и систем управления железнодорожным движением. Параллельно Евгений тренирует спортсменов и занимается ментальным и духовным развитием обратившихся к нему людей. В этой книге он делится собственными знаниями и опытом миротворения.



ВВЕДЕНИЕ

Эта книга об основах миротворения — что значит творение счастливого мира внутри и вокруг себя. Она дает вам набор инструментов для формирования ощущения счастья. Я написал ее для того, чтобы вы смогли привести свою душу к состоянию любви и пониманию своих истинных желаний.

Проецируя то, что вы прочитаете на этих страницах, на ваши собственные знания, вы сможете скорректировать свое мышление и окружающее вас пространство. Вы измените свое состояние, станете счастливым и сможете творить то, что хотите, — а точнее, именно то, чего хочет ваша душа — в отличие от эго. Эго тоже может сказать: «Хочу». Но эго относится к разуму.

Эго отвечает за рациональное взаимодействие с внешним миром. Душа несет моральные и этические установки, она отвечает за поведение человека.

Разум говорит:

— Надо.

Душа говорит:

— Хочу.

Эго тоже может сказать: «Хочу», но эта информация пройдет через разум. Душа же решает свои вопросы через любовь.

Для читателя любого текста естественно делать по ходу чтения те или иные выводы. В данном случае я попросил бы вас сосредоточиться не на выводах, а на самом процессе чтения. Задача этой книги не в том, чтобы вы сделали какие-то выводы, а в том, чтобы вы естественным путем сформировали новые знания для осознанного мышления и выбрали то, чего вы на самом деле хотите.

С этой и до последней страницы Елена Дока будет задавать мне вопросы о любви, счастье, энергии, удовольствии, стрессе и т. д. — всего 19 тем, значимых для миротворения. Начнем!

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

— Почему ты решил поделиться своими знаниями с широкой аудиторией?

— Скажу просто — я осознал необходимость всеобщего творения из любви.

— Как это осознание изменило твою жизнь? Что оно привнесло в твою жизнь — и что оно принесет в жизнь других людей?

— Начну с того, что я понимаю под духовным развитием. Все, что вызывает симпатию, — любая форма или предмет, материальные или нематериальные результаты творчества — соответствует частотам его создателя. Оно повышает скорость принятия решения для эффективного духовного развития. Еще до того, как ты разумом находишь подтверждения тем или иным фактам, ты чувствуешь их. Увидев двух внешне привлекательных людей, ты можешь по-разному почувствовать их еще до того, как начнешь общаться с ними.

Если же ты принимаешь решение, которое не соответствует частоте твоего духовного развития, это создаст новое ограничение, которое впоследствии тебе придется преодолевать.

Поэтому:

ДУМАЯ — ЧУВСТВУЙ.

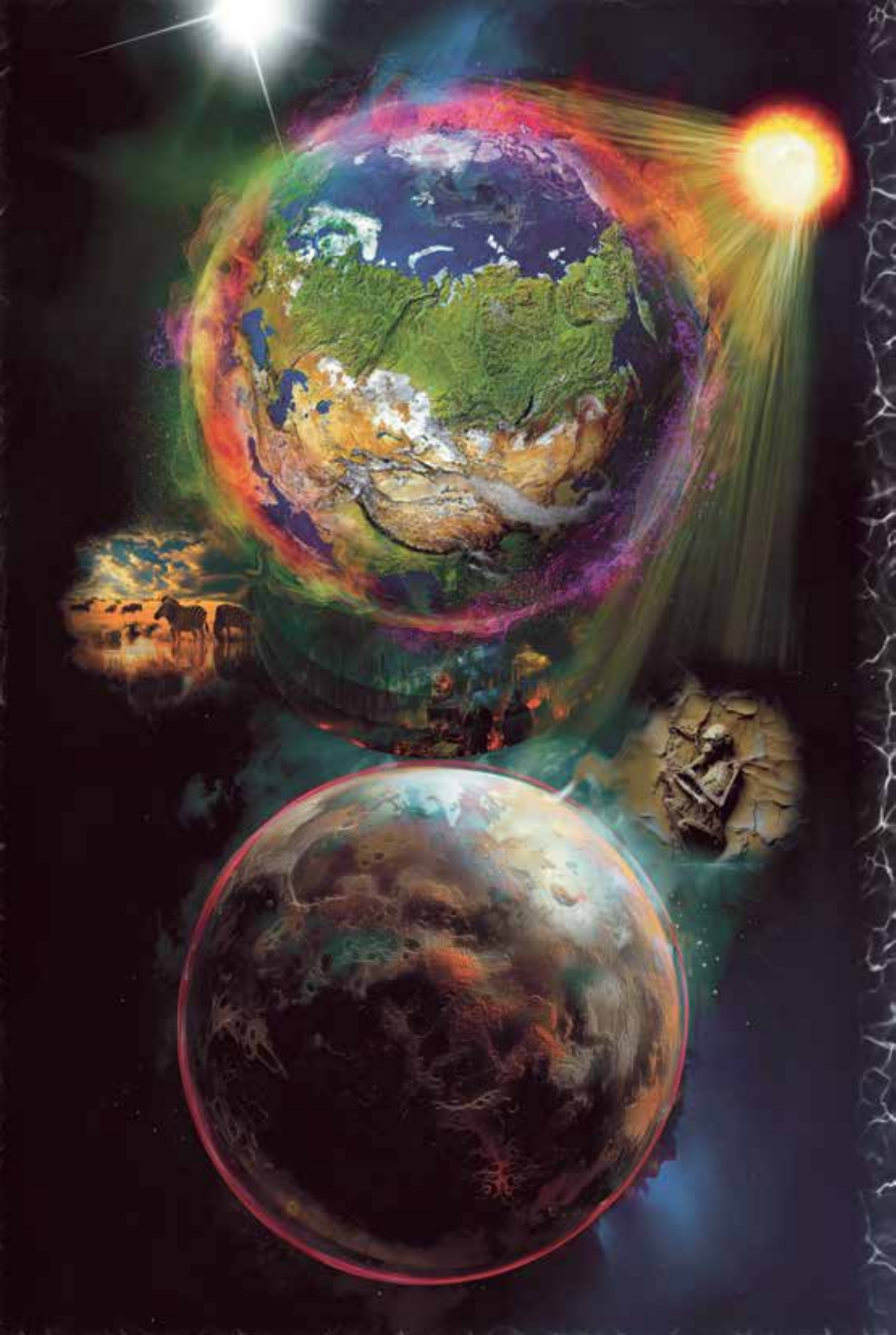
— Можно ли изменить ситуацию, которую человек сотворил своим разумом?

— Конечно, можно. Существуют практики, которые помогают изменить настоящее через прошлое, — но для этого твой разум должен находиться во власти души. Найдите реакцию, которая в определенной временной точке прошлого

Вместо предисловия

переродилась в чувство, вызывающее дискомфорт, — и измените это событие, визуализируя его необходимым образом.

Представь, что ты ужинала в ресторане с тремя другими людьми и один из них повел себя неэтично, инициировав негативное событие, вызвавшее цепочку других негативных событий. Убрав этого человека из своих воспоминаний о первом событии, ты сможешь компенсировать и последующие негативные события. Они больше не будут влиять на твою душу. Это один из инструментов для формирования ощущения счастья, которые мы рассмотрим в этой книге.



ГЛАВА 1

Оценка ситуации в мире

— **Что происходит с людьми в мире? Что им пытаются навязать?**

— Этот вопрос можно разделить на две темы — «Человеческие перемены» и «Глобальные изменения».

Что происходит с человечеством? Человечество пытается перевернуть саму суть мироздания, истину создания мира, Вселенной. Сегодня люди считают, что сначала появилась материя и лишь затем — духовный мир. Это выражается в том, что люди в первую очередь стали работать над достижением материальных целей, считая, что это даст им духовный рост и позволит начать совсем другую, спокойную жизнь.

Это, конечно, обусловлено нашим эго. Я уже объяснил в предисловии, что эго отвечает за рациональное взаимодействие с внешним миром. Фактически это защитный механизм, который защищает нашу душу от агрессии, — но эго работает с материальным миром, и оно использует для защиты материальные вещи. Инстинктивно-примитивный тип мышления заставляет эго добывать для нас материальные блага — так оно понимает свою функцию защиты.

Люди настолько устали от своих переживаний, что пытаются защититься тем, что ограничивают свой духовный мир материальными вещами. Жизнь становится цикличной, мы стараемся заработать больше денег и вознаграждаем себя простыми «удовольствиями». Но материальные вещи не могут привести к чувству полного удовлетворения. Мы тратим свои душевные силы, свое внимание, свои мысли на создание материальных вещей. Так вокруг нашей души, вокруг нашего духовного мира появляются материальные барьеры. Мы добиваемся того, чего мы, как нам кажется, хотели, — но начинаем

страдать, поскольку пренебрегаем самой сутью нашего духовного развития.

Богатые люди часто говорят:

— У меня есть все, но я несчастлив!

Сколько раз ты слышала эту фразу? Это реакция на отсутствие духовного роста. По действиям человека, по его отношению к материальным благам можно понять, развивается ли он духовно и если да, то в каком направлении. Материальный мир является проекцией вектора духовного развития.

— Все, о чем ты говоришь, мне очень близко. В моей жизни был пример такого человека. В свои 38 лет он достиг высот в бизнесе, построил дом, о котором мечтал, у него была прекрасная любящая жена, двое здоровых и успешных сыновей. Но однажды он сказал мне: «У меня все есть, кроме счастья». Он понял, что материальное больше не приносит ему удовольствия, и стал искать счастье в духовных практиках, занялся буддизмом и медитацией. Однажды он чуть не покончил жизнь самоубийством, решив, что ему будет лучше на том свете. В конце концов он смог реабилитироваться, построил себе небольшой дом в лесу и занялся сельским хозяйством.

— Все это — стандартные уроки. Он хотел достичь материальных благ, он их достиг. Счастливым его это не сделало, а что ему нужно было для счастья, он не знал.

Чтобы понять, что действительно требуется для счастья, необходимо изменить границы мышления. Но, делая это вслепую, недолго дойти до самообмана, например люди могут пытаться обмануть свой мозг, считая, что им лучше завершить их жизненный цикл. Мозг психически здорового человека не допустит суицида, его программа — регулировать все системы организма для продолжения жизнедеятельности тела, ведь именно тело — храм души. Твой знакомый, пытаясь изменить границы мышления, довел себя до мыслей о суициде — к счастью, его эго смогло защитить его, поскольку именно в этом его функция.

— Как должен развиваться человек?

— На этот вопрос нет однозначного ответа. Нет точной инструкции, как должен жить человек. Каждый шаг человека формирует его духовный рост и развитие, и пока человек не осознает этого, он будет идти путем эго, дорогой «удовольствий» и мнимого комфорта.

Я пришел к выводу, что женская душа приходит духовно развитой. Это приводит к тому, что большинство женщин в первую очередь начинают удовлетворять свои базовые потребности, стремясь обеспечить себя до конца своей жизни. Это происходит не потому, что у женщин нет духовных стремлений, наоборот — будучи духовно развитой с самого начала, женщина ничего не знает о материальном. Ее инстинкт — удовлетворить все свои базовые потребности, и это заставляет женщин, например, делать карьеру — или, знакомясь с мужчиной для создания отношений, рассматривать его в первую очередь как возможность решить материальные вопросы. Лишь после этого она начинает заниматься развитием своей души. Пока женщина не удовлетворила базовые потребности, она находится в стрессе и у нее работает эго — как мы уже знаем, это инструмент защиты. И пока женщина находится в стрессе, она не может находиться в любви.

Мужская душа, напротив, появляется духовно менее развитой, ее цель — развиваться. Поскольку женская душа приходит уже духовно развитой, женщина передает эти знания мужчине, который ее понимает. Именно эти знания — основа гармонии, благодаря им мужчина учится применять нераспределенную энергию, которая дана ему изначально. Вокруг богатых мужчин, не имеющих женщины рядом, чаще всего хаос. Их материальное благополучие не дает гармонии, потому что нет женской энергии, нет духовного развития. Безусловно, есть исключения, они есть везде, но встречаются они крайне редко.

**ПОКА РЯДОМ С МУЖЧИНОЙ НЕТ ЖЕНСКОЙ ЭНЕРГИИ, ЕМУ
БУДЕТ СЛОЖНО ОЛИЦЕТВОРИТЬ МАТЕРИЮ С ДУХОВНОСТЬЮ.**

Сегодня в мире активно развивается инстинктивно-примитивный тип мышления, оправдание и обоснование рефлексов. Люди привыкли обменивать свою душу на материальные блага и страдать. В конечном счете человек получает не то, чего хочет его душа.

Поэтому лучше научиться искренне оценивать мотивацию и понимать, где наш разум подменяет наши истинные желания, приводя к стагнации духовного развития. А задача человека — духовно развиваться и создавать то, что соответствует его духовному развитию.

— Можем ли мы как-то аргументировать людям необходимость духовного развития? Например, нашим детям?

— Мы не можем никому помочь, даже своим детям, пока они сами этого не захотят. Мы вообще никак не влияем на то, какими будут наши дети. Мы можем лишь создать для них определенные условия, в которых они смогут самостоятельно увидеть свои возможности — в соответствии со своим мировоззрением.

Занимаясь гиперопекой, мы создаем для них ложную реальность. «Заботливые» родители часто компенсируют таким образом собственные нереализованные амбиции. Абсолютно искренне думая, что они делают добро, в действительности они создают материальные ограничения, которые будут мешать всестороннему и безусловному развитию души их ребенка.

На самом деле мы являемся в этот мир цельными — и поэтому мы идеальны. Иначе и быть не может, поскольку не существует никаких частей — есть только цельные объекты и события, которые могут быть составляющей системы. Каждое событие является законченным и завершенным, из них состоят более общие процессы и процессы мироздания. Вся Вселенная, как объект материального создания и духовного мира, на 100% целостна — а это значит, что не существует ничего плохого или хорошего. Все происходит так, как должно. Человек в физическом мире принимает что-то хорошее или плохое для того, чтобы испытать эмоции, испытать удовольствие. Духовный

Оценка ситуации в мире

мир не запрещает получать удовольствие таким образом, чтобы это положительно влияло на изменения в материальном мире.

— **К чему же должны прийти люди?**

— Основная задача человека — научиться взаимодействовать с мозгом и отдавать себе отчет в том, насколько осознанно он создает материю. Пока что человечество идет на поводу у эго как инструмента получения удовольствия и человек не понимает, зачем творит материю.

— **Когда ты говоришь, что мы идеальны, кого ты имеешь в виду? Кто — мы? Человек, мыслитель, индивидуум, личность?**

— Душа и ее человек.



ГЛАВА 2

Любовь

— **Что такое любовь?**

ЛЮБОВЬ — ЭТО СОСТОЯНИЕ, В КОТОРОМ ВОЗМОЖНО ТВОРЕНИЕ СВОЕЙ РЕАЛЬНОСТИ.

— Человек может творить только из состояния любви. Другое состояние позволит добиться лишь ограниченного результата в сравнении с тем, чего на самом деле хотел человек.

— **Вначале ты сказал, что хочешь привести души к состоянию любви и ощущению счастья. А что делать, если человек и так чувствует себя счастливым?**

— Человек не может постоянно испытывать одинаковое ощущение счастья.

СЧАСТЬЕ ДОСТИГАЕТСЯ ПУТЕМ ПОСТОЯННОГО ДУХОВНОГО РОСТА.

Счастье возможно, когда происходят постоянные изменения в соответствии с желанием творения человека.

— **Есть люди, которые любят находиться в состоянии самобичевания и несчастья, которые просто не хотят быть счастливыми. Что им делать?**

— На самом деле человек не может не хотеть быть счастливым. Состояние несчастья — это начало пути к счастью, пути духовного развития. Парадоксально, но чем дольше ты

находишься в состоянии несчастья, тем быстрее ты будешь духовно развиваться.

— **И конечная цель духовного развития...**

— ...конечно, безусловная любовь. Достигается она путем получения новых знаний.

Для чего же нужна безусловная любовь? Именно в этом состоянии можно творить пространство духовного и материального мира. Вся материя и физика — объект творения духовного мира. Если в своем измерении человек занимается духовным творением, в другом измерении это выражается в физическом творении.

Все, что делает человек, и как он это делает — как он мыслит, ходит, водит машину, реагирует на события, как он ест и что он при этом чувствует — отражение его духовного мира.

Например, я чувствую каждую молекулу того, что я ем, и как я это ем. Я чувствую это как энергию, которую я потребляю. Я чувствую, как во мне ее становится больше, и сознаю, что я могу с ней сделать. Например, я могу ее очень быстро потерять, испытав разочарование, грусть, другие негативные переживания. Или же я могу направить ее на обновление клеток материи — отправиться на тренировку. Обычно я выбираю второе. Я это делаю, потому что чувствую, как каждая клетка, ежесекундно сжимаясь и разжимаясь, напитывает себя энергией, причем в данном случае энергия — это будущая материя. Энергия выступает как инструмент созидания. Когда у тебя тренированное, эластичное тело, ты можешь моментально генерировать огромное количество энергии — а если знаешь, как ее не терять, ты можешь сам создавать материю, концентрируя свое внимание.

— **Я слышала от диетологов, что еда должна быть не только полезной, но и красивой и что во время приема пищи важно думать о том, какая она вкусная, и получать удовольствие от самого процесса. Поэтому когда я готовлю на завтрак мои любимые тосты с авокадо, я всегда стараюсь, чтобы они получились красивыми. Когда я ем их, я испытываю огромное**

удовольствие, думая о вкусных и спелых авокадо и о том, как гармонично сочетаются ингредиенты. Как ты думаешь, это важно для улучшения пищеварительных процессов?

— Ценно получать удовольствие от всего процесса — выбор продуктов, их подготовка, приготовление еды, сервировка, украшение блюда. Вот как ты говоришь — вкусные спелые авокадо, хорошо обжаренные тосты — и само настроение, с которым ты готовила. Так ты визуализируешь в красоте энергию, необходимую материи, но это влияет не только на улучшение пищеварительных процессов. Твое восприятие этой энергии, которую ты таким образом закладываешь в материю, — производная твоего понимания процесса творения. Получается, что ты выражаешь свои мысли в красивой физической материи, которая тебя в итоге наполняет, и заряжаешься положительной энергией.

Для меня, например, таким источником энергии является ежедневная тренировка на голодный желудок. Почему я это делаю? Потому что понимаю, что сжигаю остатки гликогена со вчерашнего дня и могу наполнить себя новой энергией, которая будет эффективнее предыдущей, потому что информация в ней обновилась.

— Сейчас говорили о любви к себе. Если любовь — это состояние, то что же такое чувство любви?

— Любовь — это состояние. Чувство — это послевкусие состояния, это процесс проживания того, куда ты себя привел или чему ты дал возможность проявиться.

Человек выбирает партнера согласно неким заранее сформулированным характеристикам — физическая форма, достаток, имущество, определенные черты характера. Бывает, что со временем приходит понимание, что это не тот человек. Но этот выбор делает эго, которое вуалирует истинные желания души.

— Но как понять, что ты сделал правильный выбор?

— Главных причин того, что тебе хорошо с этим человеком, может быть только две — духовная и материальная. Поэтому

спросите себя, зачем вы с ним, — и слушайте себя. Если в ответе на этот вопрос преобладает материальный аспект, это значит, что вы находитесь во власти эго.

Если нами управляет духовный аспект, мы чувствуем другое — что рядом с нами родственная душа, можно даже сказать, что одна душа разделена на два физических тела и эти тела встретились. К сожалению, с этим состоянием очень легко перепутать то ощущение, когда разум, регулируя гормональный фон, просто дает человеку то, что хочет его эго. И тогда, признаваясь партнеру в любви, мы на самом деле говорим, насколько нам с ним хорошо в данный момент. По большому счету, это ощущение не имеет никакого отношения ни к объекту любви, ни к состоянию любви.

Кроме того, люди часто подменяют понятие «любовь» понятием «жертвенность». Они спрашивают:

— Ты меня любишь?

Но на самом деле это значит: «Чем ты готов пожертвовать ради меня?»

Мозг не может ничего создать без души. Он может только пересобрать то, что уже создано. Так дети играют в кубики: перед тобой лежат кубики, и ты можешь собирать из них разные пирамидки, но создать новый кубик ты не можешь. Точно так же мозг не может создавать без души новую материю.

ЛЮБОВЬ — ЭТО СОСТОЯНИЕ ТВОРЕНИЯ.

Когда Д. И. Менделеев открыл периодический закон, было известно всего 63 химических элемента, поэтому в таблице элементов оставалось много пустых клеток и элементы открывались в соответствии со свойствами, предсказанными для этих пустых клеток. Так и создается материя в современном мире — только люди привыкли ошибочно полагать, что это они придумывают системы, определяющие взаимосвязь тех или иных элементов. На самом деле все взаимосвязи уже есть, мы можем только находить и интерпретировать их в зависимости от нашего восприятия.

— Когда утром я делаю сэндвич с авокадо, я нахожусь в состоянии любви?

— Разумеется, ты любишь себя в этом состоянии.

ЛЮБОВЬ ВОЗНИКАЕТ НЕ В ОТНОШЕНИИ ДРУГОГО
ЧЕЛОВЕКА — ЭТО СОСТОЯНИЕ ВНУТРИ СЕБЯ.

— Когда человек в состоянии любви находится рядом со своим партнером, у него может возникнуть желание подойти, обнять и признаться в любви — независимо от того, мотивировал ли его на эти действия партнер. Говоря эти слова, мы обычно имеем в виду: «Мне очень хорошо рядом с тобой». Для этого необходимо состояние любви, состояние истинного желания. Но если человек способен находиться в этом состоянии хоть какое-то время, это значит, что можно научиться находиться в этом состоянии всегда.

Истинное желание легко отличить от того состояния, которое нам диктует эго. Эго — это инструмент мозга, а мозг интересуется по большей части энергия для создания быстрого дофамина. Мозг использует функцию эго, чтобы получить его, и блокирует истинное желание, потому что основная функция эго — защита. Когда все закрыто и защищено, эго считает, что человек в безопасности. Эго работает как начальник охраны, который, пытаясь обеспечить безопасность, защищает охраняемый объект со всех сторон до тех пор, пока не заблокирует связь с внешним миром полностью.

— Но для чего нам нужен другой человек, если любовь — это внутреннее состояние? Чтобы научить друг друга чему-то?

— Если мы понимаем и принимаем, что каждый человек абсолютен, это означает, что женщины и мужчины могут существовать отдельно, они гармоничны сами по себе. Но почему же им хочется находиться вместе?

Как я уже говорил, когда женщина удовлетворяет свои базовые потребности, она начинает делиться духовными знаниями, а когда мужчина удовлетворяет свои потребности духовного развития, он начинает осознанно творить материю — получается прекрасный тандем. Но до этого состояния следует дорасти. Часто бывает так, что женщина видит в мужчине возможность удовлетворить свои базовые потребности, а мужчине, так или иначе достигшему определенного уровня духовного развития, это становится неинтересно — он чувствует, что женщина его использует. Бывает и наоборот, когда женщина продолжает свой духовный рост, а мужчина не поспевает за ней, считая, что его главная цель — удовлетворить базовые потребности женщины.

— А как работает материнская любовь? У меня есть сын, и я люблю его безусловно, даже когда он делает мне больно. Такая любовь явно не связана с удовольствием.

— В данном случае мы имеем дело с компенсаторным эффектом жертвенной позиции в процессе формирования ребенка — начиная с самого зачатия. Естественно, что женщина внутри себя формирует материю — появляется новая вселенная, в которую пришла душа. Но женщина не знает, что это за душа, как она дальше будет развиваться и как будет себя вести, — точно так же, как она не знает до конца душу партнера и даже иногда собственную душу.

Вот почему выбор отца для ребенка по материальным параметрам может быть не самым удачным. Когда женщина чувствует душу мужчины и хочет находиться рядом с ним независимо от материального положения, или его статуса, или физических данных, при появлении ребенка у нее не возникнет фанатичного желания опекуна над ребенком — она будет ощущать внутреннюю гармонию на духовном уровне. Она не будет искать подтверждений того, что она все делает правильно. Она даст возможность новой душе вести себя так, как она хочет, спокойно и ненавязчиво объясняя и показывая, что хорошо, а что плохо.

— А как объяснить то, что мы не прощаем своим партнерам то, что можем простить нашим детям?

— Начнем с простого примера — я бизнесмен, и я придумал классный проект. Разумеется, я не брошу его, если я уверен в нем, — я буду вкладывать в него деньги. Проект — неодушевленная сущность, он понятен, сознательно он не может сделать ничего плохого, ему можно доверять. Нам не нужны друг от друга физическое удовлетворение, любовь. Мною руководит это, проект — мой способ самореализации.

Теперь — ребенок как «проект». Психически здоровой женщине от ребенка ничего не нужно, главное — чтобы он развивался и был здоровым. По большому счету, если быть полностью честными, женщиной в этом случае тоже руководит это, которое требует, чтобы она самореализовывалась.

Женщина как «проект» для мужчины — более сложный пример. Он вкладывает в нее энергию, он дает ей свое время, возлагает на нее надежды — с перспективой на будущее. Но что, если этот «проект» начнет вести себя не так, как предполагал мужчина: будет транжирить его энергию, изменять ему морально или физически?

Сегодня мужчины стали спрашивать:

— Ну хорошо, ты мне нравишься, я тебя могу обеспечить всем, о чем ты мечтаешь, но что ты можешь дать мне взамен?

Такая пара может договориться о том, что мужчина зарабатывает деньги, а женщина занимается бытом и детьми. Но, не научившись понимать свою самостоятельность и удовлетворять свои базовые потребности самостоятельно, сложно достичь духовного роста в отношениях с партнером, потому что, когда люди живут какое-то время вместе, у каждого формируется свое понимание развития отношений.

К сожалению, это проблема многих людей. Школа, вуз, армия, работа в бизнесе или госслужба совсем не обязательно воспитывают самостоятельных людей. Эта проблема хорошо известна по спорту: спортсмены с самого детства привыкли получать инструкции типа «будешь делать так — получишь такой-то результат», и им не всегда удается самостоятельно

принимать решения, — и этот сценарий масштабируется на целую жизнь.

А теперь представим, что если мужчина в вышеописанной паре духовно не развивается и делает одно и то же, то есть его внимание сконцентрировано на чем-то одном, — это значит, что энергия, которую он получает, направляется на достижение конкретной цели, что приводит к переживаниям, боли под руководством эго, которое в свою очередь реализуется через финансовые и физические результаты. Душевная боль привела бы к духовному развитию.

— Я хочу поделиться с тобой примером из жизни. Я знаю семейную пару, в которой в момент знакомства оба имели примерно одинаковое финансовое положение — например, у каждого была машина. Кроме того, у нее был малый бизнес по оказанию услуг. Вместе они развили этот бизнес, а когда жена родила ребенка, она уже не могла уделять много времени работе и все управление ушло в руки мужа. Через пару лет муж потребовал заключить брачный договор, чтобы в случае развода все осталось ему, поскольку она сидела дома с ребенком, пока он работал и зарабатывал. В итоге они действительно развелись и она осталась ни с чем. Но через несколько лет к ней все вернулось, а где-то даже и приумножилось.

— В жизни все гармонично, поэтому все возвращается. Когда я расставался с женщиной, я продал наш общий дом, поскольку сознавал: этот дом без нее мне не нужен. Я считаю, что лучше построить новый дом в новых отношениях. Нельзя в энергию, которая у тебя возникла с одним человеком, привнести другую энергию. Ты потратишь полжизни на переустройство этих энергий, на компенсацию — и либо у вас не получится отношений, либо придется избавиться от этого дома. Любой предмет имеет энергию, а любое создаваемое событие содержит энергии предшествующих событий и данного места. Таким образом, любое новое событие в определенном месте будет так или иначе использовать предшествующие энергии. Это не значит, что они будут влиять на человека, но у человека будут сложности

с возникающими обстоятельствами, которые станут одним из источников энергии для создания новых событий.

Один мой знакомый приводил в свою квартиру разных женщин. Я сказал ему, что он не будет счастлив в этой квартире, а через пару лет она станет ему противна. Больше мы не поднимали эту тему, а через два года он сказал мне:

— Мне так противно стало в моей квартире, в которую приходили разные женщины. Смотреть на нее не могу.

Теперь он живет в другой квартире.

— А как влияет на человека частая смена сексуальных партнеров? Получает ли он полезный опыт?

— При духовно развитом подходе к жизни и выбору партнера нет необходимости «пробовать» всех партнеров подряд. Да, люди, которые так живут, тоже в конце концов начинают осознавать, чего же они хотят, — но дело не в опыте, дело в духовном развитии. Опыт лишь формирует сценарии будущего. Когда бросаешь мяч, он летит в определенном направлении — и не может отправиться в другую сторону или назад.

Сменить направление, переопределить сценарий человек может, когда через духовное развитие к нему приходит осознание его действий. Придет внутреннее ощущение, что он действует по одной и той же программе, — и тогда он, возможно, захочет изменить ее, например попробовать какое-то длительное время жить без отношений, чтобы понять, чего же он в действительности хочет. И тогда он вряд ли вернется к старому. Желание заниматься сексом у него станет логическим следствием духовного энергообмена с понятной перспективой дальнейшего развития взаимоотношений, то есть с желанием понимать другую душу; а другая душа — это в первую очередь информация. Получив достаточно информации, человек поймет, готов ли он родить еще одну душу.

— Можно ли любить двух человек одновременно? Я говорю и про женщин, и про мужчин.

— Это невозможно. Вселенная устроена так, что все равно один из потенциалов будет больше. И не дай бог потенциалы

сравниются — человек попросту заболевает. Его душа окажется в замешательстве, мозг не сможет концентрировать внимание на процессах, необходимых для жизнедеятельности, — и это сразу же отразится на физическом теле, состояние здоровья начнет ухудшаться.

— Потому что в природе нет ничего одинакового и симметричного?

— Да, верно.

— А секс без любви — как он отражается на человеке?

— Когда человек занимается сексом без любви, он находится во власти своего эго и попросту сбрасывает энергию. Он может спросить себя:

— Зачем я это делаю?

И мозг во власти эго, естественно, ответит:

— Для удовольствия!

Но однажды это не принесет удовольствия — и придется искать его в другом.

Да, существуют души, которые не хотят духовно развиваться, они действуют по одному и тому же сценарию, их все устраивает. В конце жизни можно спросить такого человека:

— Как ты провел свою жизнь?

И он ответит:

— Отлично!

Значит, у такого человека мозг так и не перешел из-под власти эго в управление души. Ему не довелось испытать духовного роста, он не осознал своего истинного мотива и предназначения. Действительно, многие говорят, что секс для них — просто акт удовлетворения базовой физиологической потребности. Но что это значит на самом деле? Человек сгенерировал много энергии для процесса творения, который возможен только в состоянии любви. Художник может выплеснуть эту энергию в создание картины. А еще этой энергией можно воспользоваться просто для получения физического удовольствия с тем или иным партнером — и это может быть показателем отсутствия любви.

**СЕКС С ОДНИМ ПАРТНЕРОМ И ПО ЛЮБВИ — ЭТО ВСЕГДА
ПУТЬ ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ И НАПОЛНЕНИЯ.**

Сексуальная энергия — одна из самых сильных. Она тесно связана с духовной энергией, потому что тоже является ее проекцией. Сексуальная энергия наполняет наше физическое тело, духовная энергия — наше ментальное состояние. Когда и то и другое наполнено, человек чувствует себя прекрасно. Если происходит секс без любви, энергия сбрасывается и наполнения не происходит, а секс по любви наполняет человека и духовной, и физической энергией.

— Как ты считаешь, дружба и любовь — это одно и то же чувство? Можно ли чувства к лучшему другу отождествить с чувством к партнеру? Что касается меня, в общении с лучшим другом мне иногда кажется, что рядом со мной находится родственная душа. Мне очень комфортно находиться с ним и просто молчать, я чувствую, что меня всегда поймут и поддержат, что меня принимают любой, какая я есть, что я могу просто быть собой.

— Любовь к другу — это выражение все тех же процессов, которые происходят внутри тебя. Если направлять их не внутрь себя, а по отношению к другому человеку, он начнет получать то, что ты чувствуешь внутри себя. С его стороны происходит то же самое — он видит твой образ, ощущает частоты, на которых ты вибрируешь, прислушивается к твоему сознанию, и у него формируется гармония с тобой. Вы оба ощущаете спокойствие и безопасность — а это фундаментальные состояния, позволяющие определить, совместимы ли ваши частоты. Ощущения, которые ты описываешь, свидетельствуют о том, что именно это в вашем случае и происходит. Если тебе это не нравится — ты уходишь, если нравится — остаешься и чувствуешь себя еще лучше.



ГЛАВА 3

Счастье

— **Что такое счастье?**

— Если человек себя любит, находится в гармонии с собой и в этом состоянии творит, то понимание этого процесса рождает ощущение счастья.

СЧАСТЬЕ — ЭТО ОЩУЩЕНИЕ СОСТОЯНИЯ ЛЮБВИ.

— **Но как понять, что я себя люблю?**

— Когда мы росли, задавать такой вопрос было просто неэтично... Ты любишь себя, когда ты понимаешь, что все делаешь правильно. А чтобы понять это, нужно в первую очередь знать, что ты делаешь и каковы твои истинные желания. Желания, происходящие не из любви, не могут быть истинными.

— **Расскажи про путь к счастью. Как понять, что ты идешь в верном направлении?**

— Чтобы найти путь к счастью, правильно интерпретируйте свои чувства и оценивайте реакции — а для этого отвечайте себе на вопрос «Зачем?», вынесенный на титульный лист этой книги. Нет, конечно, не каждую минуту, не перед каждым действием, но в общей совокупности обстоятельств на любом пути, на котором мы находимся, должен присутствовать вопрос: «Зачем возникли эти обстоятельства?» Не следует путать это с вопросом: «Зачем я делаю это?»

Неправильный вопрос:

— Зачем я хочу есть?

Правильный вопрос:

— Зачем я хочу съесть сладкое? Какова моя конечная цель?

И ответ чаще всего один:

— Чтобы получить удовольствие!

Но что для людей удовольствие? Часто происходит подмена истинного удовольствия ложным. Когда человек считает, что есть вредную пищу ему нужно для того, чтобы получить от этого удовольствие, он себя обманывает, потому что его истинное желание — сохранить свою физическую форму. Желание съесть вредную еду — это дофаминовая ловушка.

Бывает, что у человека не ладится в жизни — и он начинает злоупотреблять алкоголем. Почему он это делает? Чтобы не думать о проблемах и изменить свое отношение к сложившейся ситуации — разгрузить голову. Но истинное удовольствие, как и истинное желание, появляется только тогда, когда мы используем свою силу воли, чтобы остановить действующий сценарий дофаминовой ловушки.

— А если люди выпивают, когда все хорошо?

— Тогда зададим вопрос: зачем я хочу выпить, если все хорошо? Чтобы стало еще лучше? Но ведь наутро будет болеть голова! От одного бокала вина, наверное, не будет, но мы, к сожалению, редко ограничиваем себя одним бокалом.

Зачем истязать свое тело алкоголем? Это происходит оттого, что люди, думая, что они счастливы, на самом деле несчастны. Душа их страдает, и чтобы сгладить это страдание, люди используют инструменты изменения сознания, такие как алкоголь и наркотики. Так мы и попадаем в сценарий этого состояния.

— Можно ли достичь счастья через физические удовольствия?

— Отличный вопрос! Большинство людей думают именно так: я заработаю кучу денег, куплю машину, дом, у меня будет семья, дети — и я буду счастливым человеком. Но физический мир — это проекция духовного.

— **А можно сделать это путем занятий спортом и выработки «гормонов радости» — окситоцина, дофамина и других?**

— Это не состояние счастья как таковое, это — процесс творения. Чтобы что-то создать, нужно направить на это свое внимание. Когда мы идем в спортзал, мы переключаем внимание. Зачем счастливому человеку идти в спортзал? В ходе тренировки он переключает свое внимание на себя, за счет этого в теле происходят биохимические процессы и плоть формируется с помощью мышления.

Подобное состояние — не обязательно в спорте, это касается всех сфер жизни — называется ментальной фокусировкой. Когда человек очень сильно хочет чего-либо, он может создать это с помощью своего духовного потенциала, используя разум.

Все мы находимся в той или иной взаимосвязи друг с другом. Мы можем повышать или понижать скорость обмена энергией. Что мы делаем, если наш знакомый поступил плохо?

— **Типичная реакция — замолчать, прекратить общение.**

— Правильно. Так мы увеличиваем дистанцию и прекращаем энергообмен, этому человеку до нас уже не достучаться. И наоборот, если энергетический канал другого человека открыт к общению, можно к нему подключаться — с помощью разума — и отправлять энергию. Правда, можно столкнуться с псевдооткрытым человеком — ты отправляешь энергию по его запросу из чувства завуалированной жертвенности, а энергообмена не происходит. Получив все, что ему было нужно, он закрывает обмен.

Управление сознанием людей — отдельная дисциплина, но управление невозможно без согласия, поэтому манипуляторы иногда создают иллюзию, чтобы получить бессознательное разрешение.

— **Возвращаясь к счастью. Существует ли перманентное ощущение счастья?**

— Когда человек становится творцом, он начинает по-другому относиться ко всему. Например, он прекращает агрессивно кричать на своего ребенка, потому что понимает, что он же его и создал. Когда человек понимает, что все дети на планете — его дети, а он — ребенок каждого, он не будет злиться ни на кого, потому что все есть Жизнь.

— **А что же такое несчастье? Что это за состояние?**

— Ощущение несчастья можно сравнить с любым заболеванием, например с шизофренией. Шизофрения — это заболевание, которое само по себе не имеет никакого смысла, потому что оно ничего не описывает. Саму болезнь описывают симптомы, набор симптомов шизофрении может быть разным. Так и с несчастьем. Диагноз «несчастье» один, а симптомы у всех разные. Человек сам создает свой вариант несчастья.

НЕСЧАСТЬЕ — ЭТО ПУТЬ К СЧАСТЬЮ.

Если есть ощущение несчастья, задайте себе все тот же вопрос: «Зачем?» Куда лежит этот путь? Достичь общего понимания всех происходящих процессов можно по-разному, понимая направление и помня о том факте, что не существует «финиша». Финиш у всех один — лечь в землю, так что выиграть в гонке нельзя — ведь нет никакой гонки. Получайте удовольствие от самого процесса жизни. Состояние несчастья — маркер того, что в процессе что-то не так. Так что если человек чувствует себя несчастным, он должен задать себе вопрос: «Зачем?» — и обратить внимание на то, что он почувствует.

Чувства — это последствия наших реакций на события. Происходит событие, мы реагируем на него и в результате обязательно испытываем какое-нибудь чувство. Духовно развитый человек, прежде чем отреагировать на событие, подумает, какое чувство в итоге ему предстоит прожить.

Но чаще всего люди просто не думают об этом. Происходит негативное событие — и мы хотим ответить на него,

компенсировать его другим событием с тем же потенциалом. Но зачем? А просто для того, чтобы удовлетворить свое эго.

К счастью, иногда эго не удается удовлетворить. Тогда-то и приходит осознанность. Задача осознанного человека — точно понимать, зачем ему нужна та или иная реакция и какую эмоцию он хочет в результате получить.

— Я встречала людей, которые постоянно несчастны, которым ничего не нравится, которые вечно всем недовольны, которые жалуются на жизнь и на окружающих. Можно ли сказать, что такие люди получают удовольствие, находясь в этом состоянии?

— Да, но это мнимое удовольствие. Такие люди просто не понимают, что такое состояние счастья. Они живут в состоянии жертвы, им это не нравится, но они не могут ничего с этим поделать. Почему появляется жертва? Наш бич — негативное мышление. Если мы часто используем частицу «не» в мышлении и в речи, мы, как инструмент творения, концентрируем свое внимание на том, чего мы не хотим, — и именно это мы и получаем в дальнейшем.

Например, мы хотели бы достичь определенной цели, и что мы делаем? Мы говорим: не сейчас, не могу, не получается, не понимаю — и тем самым выстраиваем стену перед своей целью. Чем дольше мы этим занимаемся, тем выше стена. Когда же приходит осознанность, начинать приходится с разрушения стены, которую мы воздвигли с помощью частицы «не». Чем раньше мы это осознаем, тем меньше придется сносить.

Жалуясь на жизнь, люди тратят свою высокочастотную энергию и сами генерируют взамен более низкочастотную. А из нее невозможно создать высокочастотные события, которые могут приносить истинное удовольствие.

ПОНЯТИЯ «ВЫСОКОЧАСТОТНЫЕ ЭНЕРГИИ»
И «НИЗКОЧАСТОТНЫЕ ЭНЕРГИИ» СВЯЗАНЫ
С ЭНЕРГЕТИЧЕСКИМ СОСТОЯНИЕМ ЛЮДЕЙ.