

ДАНИЛА ГРИГОРЬЕВ

# ВЫСШЕЕ Я ПУТЬ ДУХА

ГЛАВНАЯ ПРАКТИКА  
В ВАШЕЙ ЖИЗНИ



**Данила Григорьев**  
**Высшее я. Путь Духа**  
Серия «Жизнь в квантовой Вселенной»

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=74030977](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=74030977)*

*Высшее я: путь Духа: Эксмо; Москва; 2026*

*ISBN 978-5-04-248854-2*

### **Аннотация**

Что такое Высшее я? Зачем с ним работать? Существует ли практика, помогающая достичь его?

Вы уже на пути познания Высшего я, потому что у вас в руках эта книга!

О чём эта книга:

- Что такое Высшее я на самом деле и как его достичь;
- Какие ошибки могут возникнуть на пути и как их избежать;
- Как определить возраст души и какие могут быть души в зависимости от возраста;
- Главная практика в вашей жизни, которая поможет достичь Высшего я.

Избавьтесь от стресса, станьте более осознанными, гармоничными, познайте счастье! До встречи на золотой ветки реальности!

# Содержание

Вступление	5
Часть 1. Знакомство со своим Духом	8
Глава 1. Что такое контакт с собственным Духом, и в чём заключается ценность такого контакта для нас?	11
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# Данила Григорьев

## Высшее я: путь Духа

© Григорьев Д., текст

© Художница Ю. Мартыщенко

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

\* \* \*

*Моей жене Анастасии, которая годами поддерживала меня в земном проявлении на этом пути.*

*А также всем практикам, идущим в веках Путем Духа.*

# Вступление

Спустя десятки тысяч лет после появления на планете, человечество не просто продолжает интересоваться духовными знаниями, а находится на его явном и всепланетарном подъёме. Мы научились летать в космос, построили огромные города, осваиваем искусственный интеллект, но нас всё так же, как и сотни лет назад, интересуют закономерные вопросы: кто мы, откуда пришли, куда идём? И, что отнюдь немаловажно, – все эти вопросы можно задать и с другим словом – «зачем?».

Находясь в самолёте высоко над землёй, я смотрел на белые облака, плывущие внизу, на яркое голубое небо, на искрящееся на солнце серебристое крыло самолёта и думал о том, как лучше начать эту книгу. Самолет – одно из великих достижений человечества, он соединяет континенты и культуры, он сокращает путь между людьми, который ещё несколько столетий назад преодолевался за долгие дни и недели путешествий. Мы научились делать самолёты, подняли до высокого технологического уровня современный транспорт, и теперь эти быстрые небесные маршруты дают нам возможность коммуникации и передачи знаний, мечтаний, озарений между странами и культурами, как никогда раньше.

Интернет – ещё одно из больших достижений челове-

ского существа. Мы можем, находясь за тысячи километров от своих слушателей, передавать им откровения, мысли, заниматься вместе с ними духовными практиками или изысканиями, делиться идеями или даже просто молчать. Всё, что было концепциями фантастических романов многие годы прошлого, теперь стало реальностью и частью нового мира, в котором все мы живём.

Объединяя самолёты и интернет, за последний десяток лет я провёл тысячи лекций в самых разных уголках мира, соединяя сотни, а затем и тысячи людей со всей планеты в едином порыве к новым духовным знаниям – используя древние духовные принципы с возможностями современного технического прогресса в едином гармоничном симбиозе.

На момент написания данной книги, видео из Школы – отрывки интервью, отдельные выпуски на самые разные темы, статьи, заметки, – смотрят и читают каждый месяц сотни тысяч человек. Это люди самых разных стран, культур и традиций, но всех их роднит стремление к духовным знаниям и глубокий интерес к своей истинной изначальной природной сути. Они приходят, смотрят, учатся, многие остаются в клубе выпускников, многие делятся своими новыми состояниями с родными и близкими.

Однако, такое количество вольных слушателей и учеников – не только большая благодать, ставшая возможной в наш век технического и духовного ренессанса, но также и большая ответственность. Именно поэтому я постоянно про-

вою огромное количество исследований и улучшений – буквально каждый месяц, дополняя или обновляя что-то из уже сказанного, что в итоге рождается новыми циклами статей, новыми видео, заметками и записями. А также – этой книгой, которую вы держите сейчас в руках.

«Высшее я: путь Духа» – квинтэссенция всего, что я знаю по теме нашей истинной сути – Высшего я, Истинного я, Искры Творца, светящейся внутри каждого из нас, и которую можно открыть и распространить на свою жизнь. Я постараюсь дать каждому читателю полное законченное понимание, кто мы есть на самом деле, почему однажды мы забыли себя, как происходит процесс раскрытия своей сути, что такое предназначение, существуют «прошлые жизни» и почему практически все духовные знания говорят об одном и том же разными словами, терминами – о том, как вернуться к своему Истинному я – тому Богу, Источнику большой мудрости и Учителю, растворённому в каждом из нас.

Я никогда не был учителем и никогда не ассоциировал себя с ним. Ваш учитель – это вы, ваше Истинное Высшее я. Моя цель – показать вам его.

# **Часть 1. Знакомство со своим Духом**





# Глава 1. Что такое контакт с собственным Духом, и в чём заключается ценность такого контакта для нас?

Итак, друзья, начиная свою книгу о Высшем я, не могу не начать с самых азов. А именно: зачем этот контакт с высшими проявлениями вообще нужен?

На самом деле, это один из самых частых вопросов, которые мне задают. Один из главных ответов на этот вопрос звучит так: контакт с собственной душой нужен нам, потому что это контакт *без умирания*. Звучит интересно, правда? Но, возможно, не до конца понятно. На самом же деле, это – ключ. Ключ ко всей теме Истинного (Высшего) я в том виде, в каком я её рассказываю.

Как это понять? Для примера здесь подойдёт одна история, которая, на мой взгляд, очень показательна.

Должен отметить, что в этой книге я использую концепцию прошлых жизней. Если по какой-то причине она вам не нравится, вы можете воспринимать такие отрывки как метафору. Однако я не просто верю в прошлые жизни – я лично видел множество своих прошлых жизней через состояние Высшего я с такой эмоциональной глубиной, которую трудно было бы

придумать. Мы ещё поговорим про это на страницах данной книги в дальнейшем.

*Здесь и далее – примечания автора.*

Моя жена помнит некоторые свои прошлые жизни. Она рассказывала, как в одной из них была мужчиной и в какой-то момент умерла. В момент смерти, пройдя через определённые слои и скинув «шоры ума», её первая мысль была: «А я ведь знал, как жить!». И было сильное чувство разочарования, что придётся опять приходить на Землю и переделывать многие совершенные вещи.

И это очень важный факт: именно находясь «там», мы принимаем решения, где родиться, как родиться, когда родиться и – самое главное – *зачем родиться*. Принимаем именно *мы*, потому что в самом своём чистом смысле *Высшее я – это и есть мы*. Наша собственная суть и глубина. Я поэтому называю его часто «Истинным я», потому что мы им всегда были, есть и будем. А текущая же личность, с которой мы часто отождествляем себя на сто процентов, наоборот, ограничена временем жизни и имеет отношение к нам примерно, как книга имеет отношение к своему автору – вроде и является его продуктом и частью, но не им самим.

Однако, возвращаясь к истории моей жены, – на самом деле, такой исход и такие выводы – это далеко не единичный случай. Так происходит со многими, если почти не со всеми нами в некоторых наших жизнях. Перед рождением мы выбираем определённый жизненный путь, но потом «навали-

ваются» социальные установки, ум выходит на первый план, текущая личность становится сильнее, и задуманные планы отходят в далёкие глубины нас самих. Мы подсознательно отдалённо помним эти планы, но хорошо, если реализуем процентов на тридцать от задуманного. Поэтому, неудивительно, что мы проходим один и тот же урок по пять, а то и по десять жизней...

Я люблю приводить ещё одну, достаточно образную, но показательную историю, чтобы проиллюстрировать свою мысль.

Представьте условного Васю. Наш Вася жил, жил... и однажды умер. Помните, как в фильмах: внизу лежит тело, а Вася парит над ним? Потом он встречается с умершими родными, которые его уже ждут, и вместе они улетают в другой мир (последовательность может быть любая другая, тут это не главное). В том мире Вася отдыхает, готовится к новому рождению и потом приходит опять на Землю.

«И что же?» – спросите вы. Так вот. Это состояние: «Вася умер и теперь он Дух», поэтапно возвышающее Васю уровень за уровнем в посмертном мире, на определённом этапе *и становится контактом с Истинным я*. Очень упрощённо, конечно, потому что Истинное я тоже имеет несколько уровней, определённую слоистость, которую вполне можно почувствовать в правильной медитации.

А теперь давайте подумаем. «Тут» мы проводим всего несколько десятков лет жизни, тогда как «там» лежит вся

наша история. Потому что наше Истинное я – совокупность всех прожитых жизней. Так каких же «нас» можно назвать более вечными и более мудрыми?

Помните мысль моей жены о том, что «я же знал, как жить»? Почему она вообще об этом тогда подумала? Лишь потому, что наша жизнь здесь, на планете, очень упрощённо похожа на фильм, в который ты втягиваешься и забываешь на время настоящего себя, становишься героем этого фильма.

Но, на самом деле, мы не герои. Мы – вечные души (Душа, Дух, Истинное я, Высшее я – сейчас я использую их как синонимы, дальше расскажу про возможное разделение этих терминов), обладающие совсем другой личностью. Да, не удивляйтесь – у Высшего я тоже есть личность. Я называю её «личностью Духа», и мы про это обязательно поговорим. И «там» ты действительно знаешь, как жить: потому что сам же и строишь для себя этот план. Ты похож на зрителя, который заранее изучил разные фильмы в кинотеатре, выбрал самый интересный для себя жанр и сюжет и пошёл его смотреть. Это, конечно, всё ещё очень упрощённая картина, потому что на наши выборы жизненного пути «там» влияют очень много факторов, но для упрощённого понимания она сейчас вполне подойдёт.

Но дальше часто происходит привычный сценарий. Пройдя все этапы рождения, почти всегда, оказавшись на Земле, мы забываем себя, окунувшись в сюжет.

Например, изначальный план выглядел так: *«надо бы мне научиться уважать женщин, никак не могу понять, как это сделать, всё время начинаю разборки», «и с деньгами бы разобраться, хочу всего добиться сам», «в общем, хочу баланса и спокойствия, и энергию бы понять более фундаментальную, земную, настоящую мужскую»*, – думал уже знакомый нам Вася перед рождением. Но очутился в теле... и понеслось. А потом, в конце жизни: *«я же знал, как жить...»*. И так у многих.

У нас есть планы, но мы проваливаемся в земной план (простите за каламбур), и только в самых своих глубинах едва помним, зачем вообще сюда пришли. От этого совершаем ошибки за ошибкой и добираемся до нужной цели за три, четыре, а то и пять жизней. А бывает и за десять, если проблема сложная. Тут, безусловно, нужно отдать должное, что для Высшего я это часто не является большой проблемой, потому что *«вечность впереди, вечность позади»*. Но, с позиции некоторой человеческой эффективности, это может быть вполне решаемым вопросом.

И вот здесь – внимание! С учётом всего уже вышесказанного, достаточно легко прийти к основной мысли моего первого посыла этой книги: *контакт с Истинным я при жизни экономит нам сотни лет рождений и смертей*.

То есть, ещё раз, возвращаясь к началу этого текста – самое ценное в этой практике и этом Пути – это именно сам контакт с Истинным я БЕЗ УМИРАНИЯ. Когда ты умер, ты

уже ничего не исправишь. Ты уже «там». Но пока ты здесь и получаешь этот контакт ПРИ ЖИЗНИ, ты можешь отыграть свой интерактивный фильм настолько виртуозно, насколько же качественно и глубоко...

Ошибок меньше, счастья больше, полноты жизни больше. Чётко понимаешь, куда тебе идти и что делать. Меньше проблем с отношениями, деньгами. Намного меньше сильных страхов, обид, ревностей. И даже если будешь проходить испытания и уроки, то пройдёшь их всё-таки более осознанно.

Контакт с Истинным я при жизни, настоящий контакт, а не иллюзия ума, – это по-настоящему глубочайшая эзотерика и то, чему нужно учиться каждому. И по-хорошему начинать это делать ещё в школе, потому что для глубокого и устойчивого контакта, когда «Обыденное я» растворяется или даже не успевает появиться, а вместо него Вы Настоящий занимает своё место, нужно потратить ни один год. По сути, это – нарабатываемая способность, которая влияет на всё: на всю нашу жизнь. Однако, результаты на этом пути видны уже в первые месяцы после начала своего движения по нему.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.