

Артём Алёшин



ВКУС ЖИЗНИ

ПУТЬ К ВНУТРЕННЕМУ СОЛНЦУ

18+

Артём Алёшин

**Вкус Жизни. Путь к
внутреннему солнцу**

«Автор»

2026

Алёшин А.

Вкус Жизни. Путь к внутреннему солнцу / А. Алёшин —
«Автор», 2026

Жизнь - это, ощущение встречи истинного, проявленного желания с
наслаждением.

© Алёшин А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Введение	6
Путь к внутреннему солнцу. О чём эта книга	7
Три измерения пути	8
Что вы найдёте в книге	9
Важное предупреждение	10
Глава 1. Потенциал человека и его реализация	11
Что такое потенциал и как он проявляется в нашей жизни?	11
Всегда ли материальная реализация ведет к счастью?	14
Три столпа и духовная ось	19
Человек как проводник энергии	20
Проявление духовного в материальном	21
Решимот: цепочка желаний как путь к себе. Внутренний профиль желаний	23
Подмена истинных желаний. Главная ловушка	24
Иллюзия чужого счастья	26
Источники навязанных желаний	27
Конфликт «хочу» и «надо»	28
Духовный код против социального шума	29
Три пути жизни: от гармонии к тупику	31
Как понять, какой путь ваш?	33
Событийный поток. Архитектура реальности.	35
Первичность желания	36
Механика реализации. От пустоты к наполнению	37
Как негативный опыт блокирует желания	38
Природа страха. Энергия для роста	39
Блокировка желаний. Путь к недовольству	41
Как мы запутываемся: «закручивание» потенциала	42
Зачем это нужно? Рост через распутывание	43
Главный секрет соответствия	44
Схема гармонии – две плоскости бытия	46
Материальная плоскость. Фундамент безопасности и связи	47
Здоровье как единая система	48
Законы мироздания. Путь без ударов	49
Запуск системы: духовный вектор как ось вращения	50
Сила коммуникаций. Энергия человеческих связей	51
Полёт на высоких оборотах. Раскрытие потенциала	52
Глава 2. Тело – разум – дух. Внутренняя трансформация.	54
Единомышленники	
Здоровое тело – Здоровые мысли – Здоровый дух.	59
Что получать и что отдавать?	61
Что же нам дает разум?	63
Когда мы начинаем разбирать желания, что же происходит в разуме?	64
Сознание	65
Саморазвитие и Духовное Развитие. В чём отличие?	66

Как же подключиться к системе? Как правильно работать с желаниями? Как отделить истинные желания от навязанных?	73
Единомышленники	75
Глава 3. Семья – Работа – Общество. Главные инструменты реализации своего потенциала	77
Давайте начнем с первой части – сферы близких отношений.	83
Следующий уровень, который мы рассмотрим, – это уровень Призвания.	90
Глава 4. Творчество – Призвание – Предназначение. Откуда берётся энергия, как находиться в состоянии потока. Внутреннее солнышко	100
Духовный уровень – уровень «МЫ»	104
Конец ознакомительного фрагмента.	106

Артём Алёшин

Вкус Жизни. Путь к внутреннему солнцу

Введение

Дорогой читатель!

Если эта книга оказалась у вас в руках, значит, пришло время. Время остановиться в бесконечной гонке повседневности и задать себе главные вопросы: «Кто я на самом деле? Для чего я живу? Почему, достигнув многого, я чувствую внутреннюю пустоту? Где найти силы для настоящих изменений?»

Эти вопросы не случайны. В возрасте 35–60 лет человек вступает в особый период – время духовной зрелости. Позади остались юношеские иллюзии и попытки доказать что-то миру. Многие внешние цели уже достигнуты или, наоборот, потеряли свою привлекательность. И вдруг обнаруживается, что за всей этой суетой была упущена самая важная встреча – встреча с собой настоящим.

Представьте себе тот самый момент перед рассветом, когда ночь ещё не отступила, но небо уже тронута первыми проблесками света. Это время, когда мир словно замирает в ожидании перемен, а в воздухе ощущается предчувствие чего-то нового и важного. Именно в такой атмосфере зарождается наша история – на стыке прошлого и будущего, между завершённостью и началом. В этом кратком мгновении, наполненном тишиной и надеждой, кроется ключ к пониманию того, о чём пойдёт речь дальше.

Путь к внутреннему солнцу. О чём эта книга

Эта книга – карта пути от выживания к процветанию, от существования к жизни, от одиночества к единству. Это не очередной сборник советов «как стать успешным за 10 шагов». Это приглашение к глубокой внутренней трансформации, которая изменит не только вас, но и мир вокруг вас. Мы будем говорить о том, что в каждом человеке есть внутренний источник света – я называю его «внутренним солнышком». У кого-то оно едва теплится, у кого-то скрыто под слоем страхов и разочарований, у кого-то никогда по-настоящему не зажигалось. Но оно есть у каждого. И задача этой книги – помочь вам найти это солнышко, разжечь его и научиться делиться его светом с миром.

Три измерения пути

Наш путь будет проходить через три измерения человеческого бытия:

- **Уровень «Я»** – работа с собой: телом, разумом и духом. Это фундамент, без которого невозможно двигаться дальше. Здесь мы учимся быть целостными, восстанавливаем связь со своей истинной природой.

- **Уровень «Я+Я»** – искусство взаимодействия: семья, работа, общество. Здесь мы учимся не только брать, но и отдавать, создавать гармоничные отношения, находить своё место в мире людей.

- **Уровень «МЫ»** – духовное единство: творчество, призвание, предназначение. Это уровень, где индивидуальные огни сливаются в единое пламя, где человек становится со-творцом реальности.

Что вы найдёте в книге

- Понимание своей истинной природы и причин внутренних конфликтов.
- Практические инструменты для работы с энергией, сознанием и отношениями.
- Методику создания поддерживающего окружения единомышленников.
- Путь к раскрытию своего призвания и предназначения.
- Способы превращения кризиса середины жизни в точку духовного роста.

Но самое главное – вы найдёте подтверждение тому, что вы не одиноки на этом пути. Миллионы людей по всему миру проходят через похожие поиски и трансформации. И когда мы объединяемся, наши индивидуальные усилия создают мощное поле перемен.

Как работать с книгой

Эта книга построена как путешествие – от простого к сложному, от внешнего к внутреннему, от индивидуального к универсальному. Каждая глава опирается на предыдущую, поэтому важно читать последовательно.

В книге вы встретите:

- Теоретические объяснения – чтобы понимать, почему что-то работает именно так.
- Практические упражнения – чтобы не просто знать, но и уметь.
- Реальные примеры – чтобы видеть, как это работает в жизни.
- Задания для самостоятельной работы – чтобы интегрировать знания в повседневность.

Не спешите. Дайте себе время на усвоение каждой главы. Некоторые идеи могут показаться необычными или даже вызвать внутреннее сопротивление – это нормально. Это означает, что затронуты глубокие слои психики, где и происходят настоящие изменения.

Важное предупреждение

Эта книга может изменить вашу жизнь. И это не метафора. Когда человек начинает работать со своим внутренним светом, когда он находит единомышленников и учится жить в гармонии с собой и миром, перемены неизбежны. Будьте готовы к тому, что после прочтения вы уже не будете прежним. Но именно этого вы и искали в глубине души.

Артём Алёшин

Глава 1. Потенциал человека и его реализация

Что такое потенциал и как он проявляется в нашей жизни?

В каждом из нас заложена потребность как в духовном, так и в материальном развитии. И, что самое интересное, у нас есть возможность гармонично соединить эти два аспекта. Что же такое духовное развитие? Как выглядит материальная реализация? Каким образом их подружить? Именно об этом мы и поговорим в этой главе.

Материальная реализация – что это?

Это, прежде всего, достижение успеха и достатка. Это возможность быть полезным, востребованным и получать заслуженное признание от общества. И, конечно же, это преуспевание в трех ключевых сферах нашей жизни:

- Сфера семьи, отношений и дружбы.
- Сфера работы, бизнеса и профессиональной самореализации.
- Сфера общественной жизни.

Поскольку человек – существо социальное, мы неизбежно взаимодействуем с другими людьми. Поэтому общественная реализация для нас просто необходима.

Всего можно выделить три основные сферы материальной реализа-



РАБОТА

Достаток

– **Семья (любовь):** это наши внутренние состояния и чувства по отношению к самым близким людям.

– **Работа (достаток):** это состояние достаточности, которое приходит через призвание, через дело, которое приносит не только доход, но и удовлетворение, позволяя жить полноценной и достойной жизнью.

– **Общество (признание):** в социальном взаимодействии для нас крайне важно быть замеченным и оцененным. Признание – это то, что дает нам ощущение комфорта, а когда нас признают значимым и важным – это приносит еще большее удовлетворение.

По сути, **материальная реализация** – это не просто наличие чего-то одного, а баланс во всех этих сферах. Нельзя сказать, что ты полностью реализовался, если у тебя есть семья, но нет достатка. Или, наоборот, если есть деньги, но нет близких. И точно так же, если ты не чувствуешь своей полезности обществу, даже при наличии семьи и достатка, это не полная реализация.

Полноценная реализация – это гармоничное соединение всех трех сфер: любви, достатка и признания.

Всегда ли материальная реализация ведет к счастью?

Почему одни люди получают, сохраняют и приумножают, а другие, получив желаемое, всё теряют?

Настоящая реализация всегда идет изнутри. Сначала происходят внутренние изменения, человек подготавливает себя к чему-то, и только затем это приходит в его жизнь. Возьмем простой пример – выигрыш в лотерею. Вы наверняка знаете случаи, когда люди, не готовые к такому резкому изменению судьбы, не смогли справиться с внезапно свалившимся богатством: кто-то растратил все деньги, кто-то столкнулся с неприятностями, а кто-то просто не смог выдержать такого стресса. Это говорит о том, что человек просто не был готов принять. Секрет материальной реализации во многом заключается именно в вашей готовности. Если вы подготовили себя к чему-то, оно обязательно произойдет. Если же готовности нет, то о какой реализации может идти речь?

Чтобы подготовить себя к материальной реализации, необходимо сначала раскрыть свой внутренний потенциал. Важно почувствовать его, а затем, опираясь

на свои внутренние качества и возможности, подтягивать свою внешнюю реаль-



ЧЕЛОВЕК |

О

Если человек не готов принять то, что получает, он, скорее всего, это потеряет. Ведь мы все хотим получать, и в этом есть естественное наслаждение. Однако, когда мы теряем, это приносит страдание. Насколько человек готов принять, настолько он сможет удержать, сохранить и приумножить.

По сути, потенциал – это нечто скрытое, дремлющий ресурс. А материальная реализация – это его проявление. Задача человека – увидеть свой потенциал в полной мере и воплотить его в жизнь. Ведь непроявленный потенциал не имеет смысла. Если я просто хороший человек внутри, это остается незамеченным. Но когда я, будучи хорошим человеком, делаю что-то доброе для других, я получаю отклик – благодарность, признание. Наш внутренний потенциал всегда требует внешнего проявления.

Самый наглядный пример – строительство дома. Строительство само по себе – это материальная реализация. Но, прежде чем начать, нужно понять, что именно мы хотим построить. Поэтому сначала идет этап проектирования, замысла – это и есть духовный потенциал. Точно так же и человеку важно сначала разобраться в «проекте» внутри себя: чего я хочу, к чему стремлюсь, как это должно выглядеть. И только потом – как это можно реализовать в наилучшем виде.

Потенциал существует в каждом из нас в скрытой форме. Его можно назвать двухуровневым: есть проявленная форма (материя) и непроявленная (духовная). Что же является причиной акта реализации нашей жизни?

Основные трудности, которые приходят из сфер семьи и работы, заставляют нас искать ответы. Особенно сложно, когда удары приходят одновременно из всех трех сфер. Главная задача человека – правильно соединить духовную и материальную плоскости, раскрыть свой потенциал и реализовать его, сбалансировав основные сферы жизни. Ведь если потенциал не раскрыт, мы живем лишь на малую его часть, не представляя, чего могли бы добиться. Не зная и не понимая заложенного в нас, мы не можем раскрыться в полную силу и по-настоящему насладиться жизнью.

Представьте, как это здорово – чувствовать, что реализуешь себя по полной, что через тебя протекает мощная энергия! Но откуда возьмется эта энергия, если ничего не делать? Мечтать и рассуждать, конечно, можно, но потенциал, если

он есть, просто обязан быть раскрыт и реализован, то есть, проявлен во внешнем



**Реализация
Материальное**

На рисунке 3 наглядно показана структура нашей жизни. В центре – человек, а вокруг него – основные сферы, определяющие полноту его бытия. Это не просто отдельные области, а единая система, где всё взаимосвязано.

Три столпа и духовная ось

Выделяют две главные сферы материальной реализации: семья и работа. Это наш фундамент, то, что даёт опору и ресурсы для жизни. Но над ними, связывая всё воедино, возвышается духовная плоскость. Она состоит из двух ключевых элементов:

1. Высшее управление. Это не мистическая абстракция, а совокупность фундаментальных законов, по которым существует наш мир. Это те невидимые силы и принципы, которые управляют процессами как в природе, так и в обществе. Сюда же относятся вопросы самопознания: «Какова моя природа как личности?», «В чём моё предназначение?». Понимание этих законов позволяет человеку действовать не вслепую, а в гармонии с общим течением жизни.

2. Общество. Это та среда, в которой мы проявляем себя. Общество – это не просто люди вокруг, это система связей, правил и взаимодействий. Именно здесь наша внутренняя суть становится видимой для других.

Человек как проводник энергии

Человек – это не просто физическое тело. Это проводник жизненной энергии, которая выражается через силы духа и мысли. Чем глубже мы понимаем устройство мира и собственную природу, тем эффективнее можем пользоваться скрытыми в нас силами.

«Познай себя, и ты познаешь мир».

Эта древняя мудрость актуальна и сегодня. Все силы и весь материальный мир в миниатюре находятся внутри каждого из нас. И этот потенциал каждому предстоит раскрыть.

Так что же такое потенциал? Как вы это поняли? Запишите свои мысли – то, что зафиксировано, уже обретает форму и становится возможным для реализации.

Проявление духовного в материальном

Важно понимать, что духовное начало имеет чёткие проявления. Оно начинается на уровне «Я», то есть в нашем внутреннем мире.

Духовное – это законы и силы, которые влияют на материальные объекты.

Личное – это материальное проявление нашей индивидуальности.

А то, что касается общества и взаимодействия с ним, имеет духовные составляющие. Духовность всегда видна во взаимоотношениях, в качестве нашего общения.

Грубое общение – материально, оно направлено на сиюминутную выгоду или самоутверждение.

Возвышенное общение – духовно, оно строится на уважении, эмпатии и стремлении понять другого.

Душевный человек – это тот, кто по-особенному проявляет себя по отношению к другим. Именно через взаимодействие с обществом наша духовность обретает форму и становится видимой. Поняв силу этих сфер и их связь, научившись с

ними работать, мы сможем раскрыть свой потенциал, который только и ждёт своего



Решимот: цепочка желаний как путь к себе. Внутренний профиль желаний

Представьте себе цепочку желаний, которая постепенно раскручивается в течение жизни. В науке каббала этот процесс называют «решимот» (ед. ч. – решимо). Это не просто случайные «хотелки», а ваш уникальный внутренний профиль, заложенный природой.

Потенциал – это не абстрактная сила, а ваш личный, неповторимый набор истинных, ещё непроявленных желаний, предрасположенностей и особенностей. Это своего рода «паспорт души» или «профиль желаний», с которым вы пришли в этот мир. Он включает в себя стремления любого порядка:

- от самых простых материальных (что поесть, где жить);
- до творческих и профессиональных (кем стать, что создать);
- и до самых возвышенных (в чём смысл жизни, как помочь другим).

Весь этот комплекс того, чего вы можете захотеть в жизни, и составляет ваш внутренний ландшафт.

Механизм раскрытия: от скрытого к явному

По сути, каждый из нас – это уникальный набор желаний, которые должны проявиться в этом мире. И если человек смог реализовать этот набор, он становится по-настоящему счастливым, наслаждается жизнью и своим состоянием радуется окружающих.

Все наши истинные желания изначально заложены в нас. Можно сказать, что в нашей «природной программе» уже есть информация о том, кто мы, в каком мире живём и что будем делать. Мы проявляем себя именно через реализацию этих желаний, причём пути могут быть разными. Но базовые желания, способности, предрасположенности – всё это заложено природой. Даже фундаментальные аспекты нашей личности, такие как пол, зависят от того, какой набор желаний в нас заложен.

Эти желания изначально находятся в непроявленном, скрытом состоянии. По мере нашего движения и развития происходит удивительный процесс:

1. В какой-то момент одно из желаний достигает своего пика.
2. Вы остро чувствуете: «Вот чего я хочу!». Приходит озарение – эврика!
3. Это означает, что одно из ваших скрытых желаний проявило себя в той точке, где вы осознали его истинность.

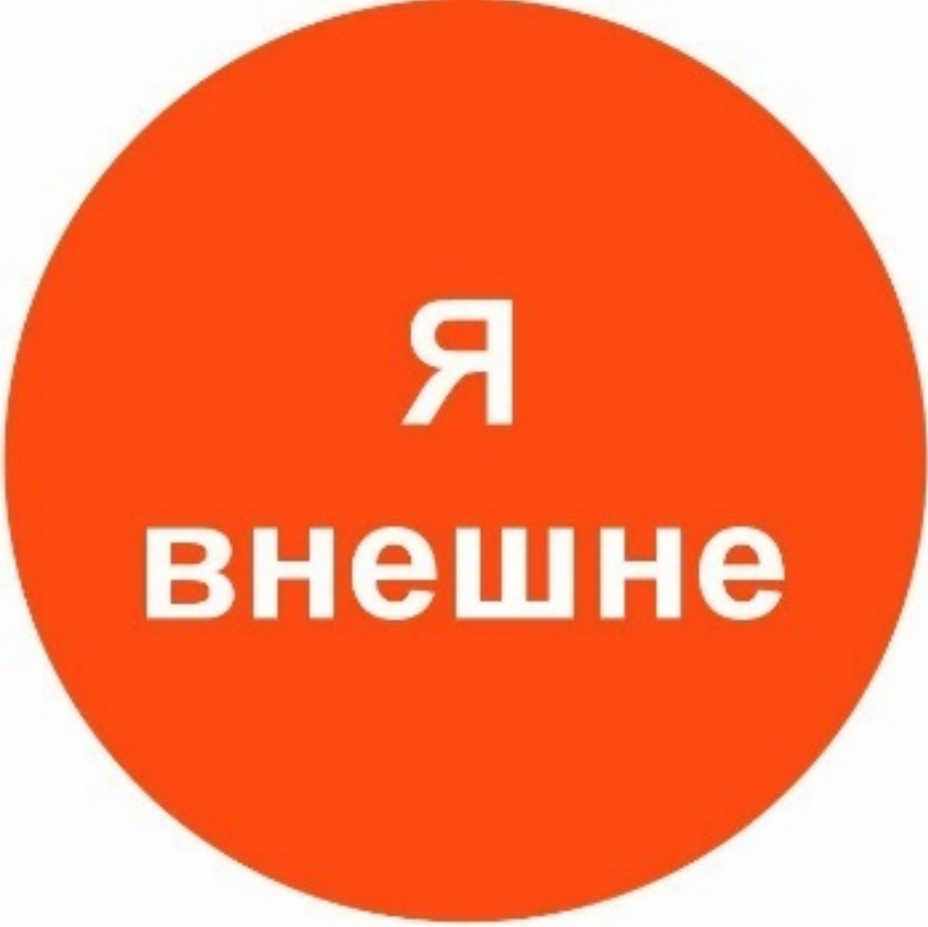
Остальные желания пока остаются в тени. Мы движемся дальше по жизни, реализуем текущее желание, и постепенно раскрывается следующее, потом ещё одно... В течение жизни мы словно раскручиваем эту цепочку решимот, и разные слои нашего потенциала проявляются один за другим.

Подмена истинных желаний. Главная ловушка

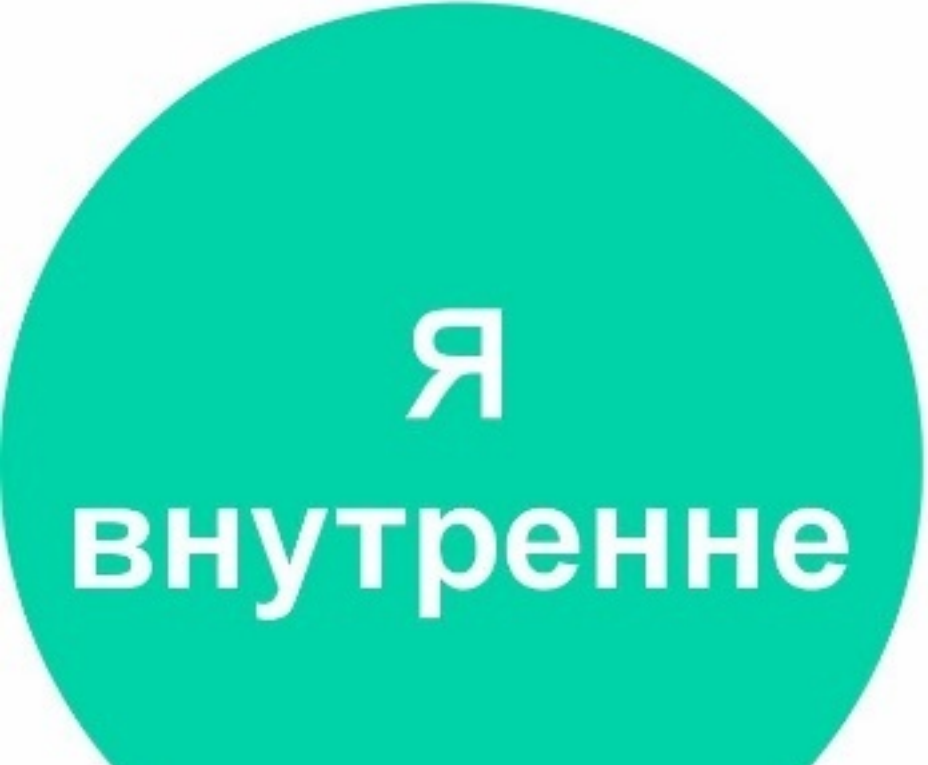
Но кто и откуда заложил эти желания? Человек не выбирает время и дату своего рождения, родителей, свои изначальные свойства. Этот вопрос остаётся за гранью нашего сознательного выбора. Здесь кроется основная проблема современного человека. У каждого есть уникальный профиль истинных желаний, но жизнь, социум и окружение накладывают свой отпечаток. Нас постоянно путают внешние ориентиры: реклама, мнение друзей, социальные сети. В итоге происходит опасная подмена. Вместо того чтобы прислушаться к себе и понять свои истинные потребности, человек начинает стремиться к реализации тех желаний, которые ему показались желанными. Мы начинаем хотеть того, что считается престижным или модным.

Именно в этой путанице и кроется корень многих разочарований. Человек может достичь навязанной цели, но не почувствовать счастья, потому что это не было его истинным желанием из внутреннего профиля. Ключ к счастью – научиться отличать свои истинные решимот от навязанных извне стереотипов.

Почему реализация навязанных желаний ведёт к про-



**Я
внешне**



**Я
внутренне**

Иллюзия чужого счастья

Представьте себе человека справа на рисунке 6. Он счастлив, потому что раскрыл своё истинное желание, вывел его наружу и полностью реализует. А теперь Я, слева, смотрю на него, вижу его успех, его бизнес. Я сам не бизнесмен, мне это не свойственно. Но вместо того, чтобы разобраться, что свойственно именно мне, я начинаю копировать его, пытаюсь заняться бизнесом. В итоге тот человек счастлив, а я получаю разочарования и удары по жизни, потому что пытаюсь реализовать чужое.

Этот простой пример наглядно демонстрирует главную ловушку на пути к самореализации. Навязанные желания часто «прилипают» к нам незаметно, маскируясь под собственные мечты. Давайте рассмотрим, как это происходит.

Источники навязанных желаний

1. Влияние старших и окружения. Родители, друзья и более опытные товарищи могут навязывать нам свои представления о счастье и успехе. Мы, ещё не до конца понимая себя, начинаем гадать: «Наверное, это то, что мне нужно». Нам говорят: «Делай так, и будет тебе счастье, ведь все так делают». И мы, не имея возможности фильтровать эту информацию, слепо следуем за толпой или авторитетным мнением.

2. Самонавязывание. Мы сами себе навязываем желания, глядя на других. Кто-то открыл кафе, и мне тоже захотелось. Наблюдать за другими – это нормально и даже полезно. Но проблема возникает тогда, когда мы берём то, что нам не принадлежит. Мы пытаемся натянуть на себя чужую роль, которая либо слишком велика для нас (и мы ломаемся под грузом ответственности), либо слишком мала (и мы задыхаемся от нереализованности).

Конфликт «хочу» и «надо»

Когда мы выбираем меньшее из того, на что способны, – это особенно обидно. Вы способны на большее, ваш потенциал выше, а вы довольствуетесь малым, следуя общепринятым стандартам. Это результат жизни в социуме, где мы живём «как все». Здесь всегда идёт борьба между личным и общественным. Общество пытается нас подогнать под общую гребёнку: «будь как все, не выделяйся». Но наша уникальность требует проявления. Хочется делать как я хочу, а все говорят «делай как надо». Это вечная борьба между «надо» и «хочу».

Духовный код против социального шума

Потенциал истинных желаний заложен в каждом из нас высшей управляющей силой, Творцом. Это наш внутренний компас. Навязанные же желания – это продукт социума, внешнего шума. Получается, что духовное начало заложило одну программу (как показано на рисунке 3), а материальный мир через социум наложил другую.

Возникает глубокая запутанность. Пока человек не отделит истинные желания от навязанных (схематично это разделение можно представить как выбор пути на рисунке 6), нет смысла куда-то двигаться. Любые действия в таком состоянии напоминают игру в казино: 50 на 50 – поставил на красное или чёрное. Без понимания своего

внутреннего кода человек обречён на блуждание впотьмах и неизбежные разочарова-

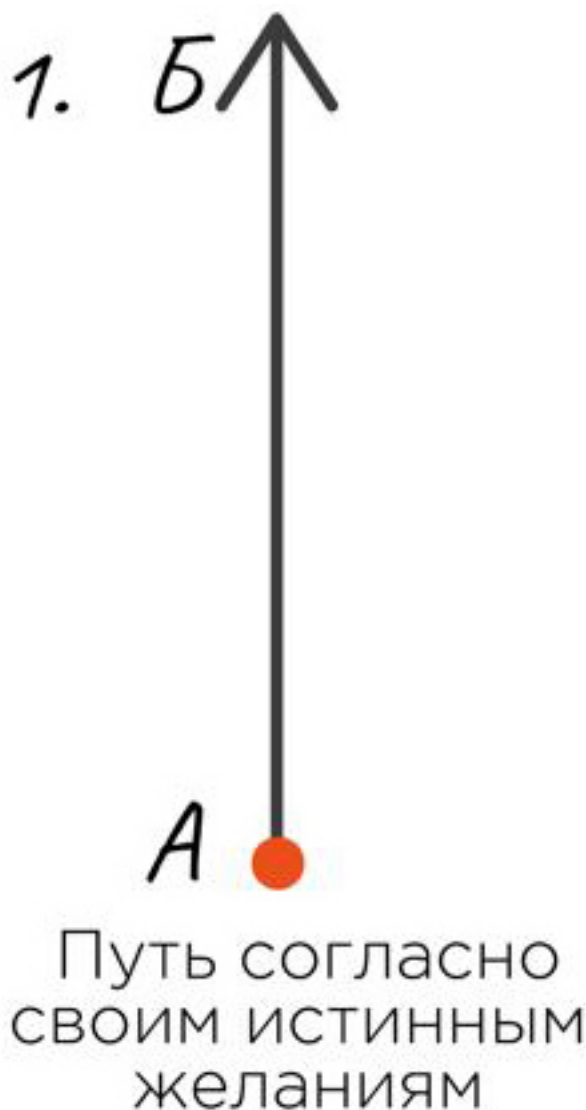


Вдохновение от успешного человека



Три пути жизни: от гармонии к тупику

На рисунке 7 наглядно показаны три принципиально разных сценария жизни, по которым может двигаться человек. Это развилка, определяющая, будем ли мы счастливы, успешны или же запутаемся и потеряем



себя.

1. Путь истинных желаний

Это траектория человека, который слышит свой внутренний голос. Он идёт кратчайшим путём к своей цели, добивается успеха, чувствует себя реализованным и счастливым. Он берёт от жизни ровно столько, сколько ему нужно, – ни больше, ни меньше. Взять больше – опасно. Это чужое, лишнее, дополнительный груз, который будет тянуть вниз. Взять меньше – значит не дойти до цели, не реализовать свой потенциал в полной мере. Не хватит сил и энергии для дальнейшего движения.

2. Путь навязанных желаний

Это путь человека, которого постоянно отвлекают внешние факторы: чужое мнение, мода, давление общества. Он теряет фокус, время и эффективность. Его постоянно «кидает то влево, то вправо», ему сложно найти золотую середину и своё истинное призвание.

3. Путь навязанных желаний, усиленный страхами

Это самый сложный и болезненный сценарий. Человек не просто запутан, он заблокирован. Получив один удар судьбы (неудачу, отказ), затем второй и третий, он теряет веру в себя. Страх парализует его волю, и он перестаёт двигаться куда-либо вообще. Его жизнь превращается в бестолковое приключение или вовсе замирает.

Как понять, какой путь ваш?

Ответьте себе честно:

Если вы чувствуете, что всегда успеваете, оказываетесь в нужное время и в нужном месте, получаете всё в меру – вы идёте своим внутренним путём.

Если вас постоянно кидает из стороны в сторону и сложно найти баланс – вы идёте путём навязанных желаний.

Если вы чувствуете, что запутаны, бегаєте туда-сюда и не понимаете, куда идёте – вы на пути к блокировке.

А теперь рассмотрим страхи. Почему они блокируют нас и заставляют метаться по жизни вместо того, чтобы идти своим истинным путём? Это очень важный

момент, который нужно понять, чтобы разобраться, как развивается событийный



Событийный поток. Архитектура реальности.

На рисунке 8 изображён фундаментальный механизм, формирующий нашу жизнь, – событийный поток. Это и есть сама ткань нашей реальности, последовательность событий, которая разворачивается перед нами. Чтобы научиться управлять своей жизнью, необходимо в первую очередь разобраться в архитектуре этого потока. В его основе лежит строгая иерархия, где каждый последующий элемент вытекает из предыдущего. Цепочка выглядит так:

Желание → Мысль → Действие → Результат.

Именно здесь кроется ключ к пониманию причин наших успехов и неудач.

Первичность желания

Самое важное, что нужно усвоить: желание первично. Оно является отправной точкой, искрой, которая запускает весь механизм. Желание порождает мысль, мысль организует действие, а действие приводит к результату – положительному или отрицательному. Положительный результат укрепляет нас, воодушевляет и создаёт позитивный опыт. Отрицательный результат может «оторвать от реальности», стать болезненным ударом. Удар, в свою очередь, порождает страх, который способен полностью заблокировать дальнейшее движение.

Поэтому вся работа над собой должна начинаться именно с уровня желаний. Необходимо учиться их осознавать, выяснять их природу и работать с ними. Мысли – это лишь уровень разума, инструмент, обслуживающий желание. Само же желание – это наша внутренне-чувственная сфера, глубинные потребности, заложенные в нас. Это уровень состояний, а не логики.

Механика реализации. От пустоты к наполнению

Теперь становится понятно, почему событийный поток развивается именно так. Сначала внутри нас возникает потребность – некая внутренняя пустота, требующая наполнения. Это недостаток, который вдруг «просыпается». Затем включается мысль: «А как это наполнить? Как удовлетворить эту потребность?». Мы начинаем о ней думать, пытаемся проявить желание через мысль, превращая его в мечту. Далее мы размышляем о мечте, и наш мозг придумывает, как воплотить её в конкретную, измеримую цель. И последняя стадия – переход к действию: мы начинаем что-то делать в реальности.

В итоге мы получаем результат и сверяемся с главным вопросом: удовлетворил ли он нашу базовую потребность? Если нет – значит, нужно менять мечту, корректировать цели и предпринимать другие действия.

Как негативный опыт блокирует желания

Что происходит, когда мы получаем негативный результат? Наш негативный опыт начинает подниматься внутри нас по той же самой цепочке, но в обратном порядке:

1. Уровень тела: сначала мы ощущаем боль или дискомфорт на физическом уровне.

2. Уровень мысли: затем этот опыт поднимается выше и превращается в мысль: «Это было неприятно», «Я боюсь, это опасно».

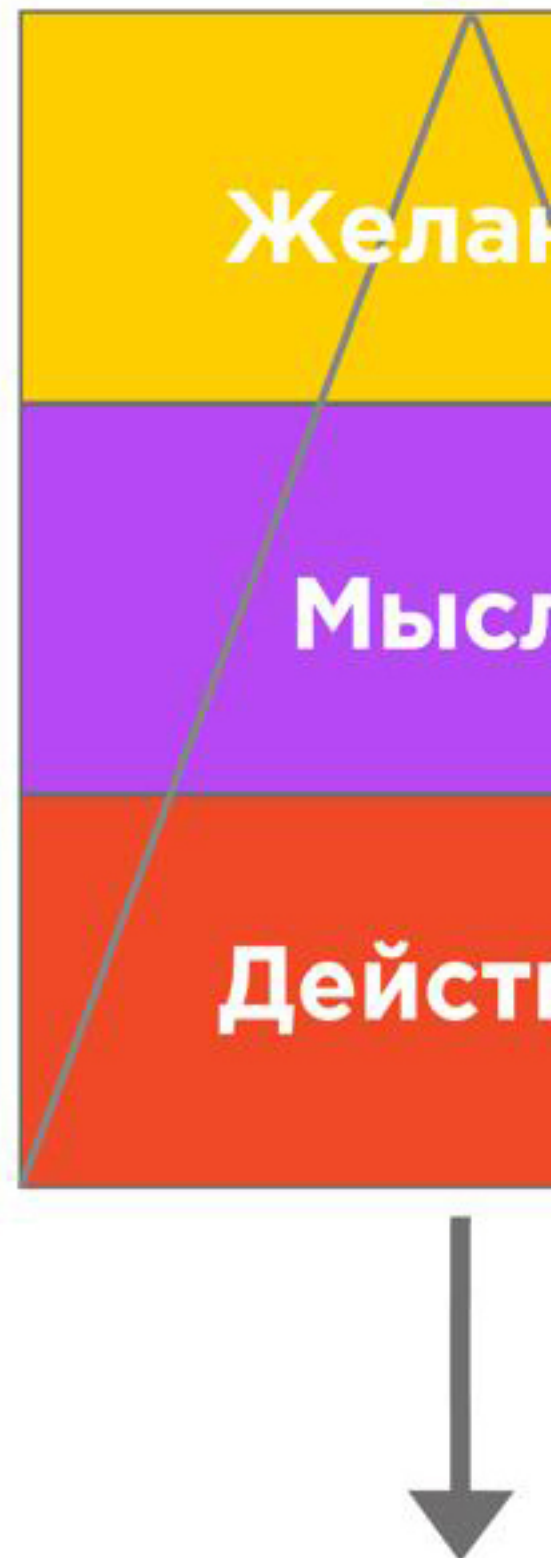
3. Уровень желания: наконец, опыт достигает самого верха и блокирует само желание. Базовым желанием становится не «достичь чего-то», а «избежать боли». Наш негативный опыт формирует фильтр: «За это желание меня не накажут? Не получу ли я очередной удар?».

Пример: вам предлагают возможность заработать денег. Какова первая мысль? Часто это не «Как мне это сделать?», а «А мне за это ничего не будет? Это не опасно?». Так работает защитный механизм мозга: получив удар в определённой сфере, он блокирует её, ставя под сомнение любое желание, связанное с ней.

Природа страха. Энергия для роста

Важно понимать: страх – это не хорошо и не плохо. Это неотъемлемая часть человеческой природы. Страх – это мощная энергия, на которой основана наша природа. Не нужно с ним бороться или идти в него напролом. Ключ к развитию – научиться приподниматься над страхом и использовать его силу как топливо

для движения. Об этом механизме трансформации страха в ресурс мы поговорим



далее.

Блокировка желаний. Путь к недовольству

На рисунке 9 наглядно показан результат того, что происходит, когда человек игнорирует свои страхи. Если с ними не работать, они превращаются в непреодолимую стену, которая блокирует прохождение желаний. Энергия не может течь свободно: желание рождается, но не может проявиться во внешнем мире. А если желания не реализуются, внутренняя пустота так и остаётся незаполненной.

Это состояние неизбежно ведёт к глубокому недовольству жизнью. Человек становится раздражительным, агрессивным, обидчивым. Он подсознательно винит в своих неудачах весь мир. Таких людей, живущих в состоянии хронической фрустрации, мы видим очень много вокруг.

Как мы запутываемся: «закручивание» потенциала

Представьте, что вы родились идеальным, с заложенным уникальным потенциалом – красивым, правильно сложенным, с ясным внутренним компасом. Но вы приходите в мир, где вас окружают люди, которые, при всём их желании помочь, не знают вас по-настоящему. Мама, папа, бабушка, дедушка, воспитательница, учитель – каждый из них думает что-то своё и проецирует на вас свои ожидания.

Вас начинают «закручивать». Вы растёте, но вас постоянно путают, подсказывают, направляют. Вы совершаете ошибки под влиянием чужого мнения. И к моменту, когда вы становитесь взрослым человеком, вы оказываетесь настолько запутанным в этом клубке чужих установок, что, хотя ваш изначальный потенциал никуда не делся, вы совершенно не понимаете, как его проявить, найти и увидеть. Ваша грань, ваша картина мира и самого себя становятся нечёткими и размытыми.

Зачем это нужно? Рост через распутывание

Возникает логичный вопрос: зачем всё это происходит? Зачем этот сложный и порой болезненный путь? Затем, что пока нас «закручивали», мы росли, мы примеряли на себя разные социальные роли, пробовали то и это. Нельзя мгновенно превратиться из ребёнка во взрослого мудреца. Мы проходим путь, где нас сначала запутывают внешние обстоятельства и мнения, а затем наша собственная задача – прикладывая сознательные усилия, распутать этот клубок и развиваться дальше.

Это наш личный выбор, наши усилия и наши возможности. Представьте, насколько мы тренируемся, распутывая эту жизненную головоломку! Этот процесс делает нас сильнее. Распутав себя и отбросив шелуху навязанных желаний, мы наконец-то увидим настоящего себя, почувствуем свою внутреннюю силу и сможем реализовать свой потенциал. Именно тогда мы ощутим себя по-настоящему счастливыми.

Это не просто то, что дано нам от природы в готовом виде. Это то, чего мы добились сами, своими усилиями. Мы сами разобрались в себе, научились использовать свой мозг для познания собственной сути. Когда мы начинаем этот процесс распутывания, мы начинаем чувствовать прилив силы, энергии и видим безграничные возможности для реализации.

Главный секрет соответствия

Здесь кроется важнейший принцип мироустройства: раскрывая свои истинные желания, мы автоматически получаем и возможности для их реализации. Природа устроена мудро: она не может заложить в человека потенциал или желание, которое он в принципе не способен реализовать.

Если же вы чувствуете, что бьётесь как рыба об лёд, а возможностей всё нет – это верный признак того, что вы делаете что-то не то. Скорее всего, вы взяли на себя чужую роль, стремились к цели, которая вам не принадлежит, к чему у вас нет природных способностей. Это повод остановиться и разобраться в себе.

Рисунок 10 – это квинтэссенция всей концепции. Это фундамент, на котором строится понимание гармонии между материальным и духовным.



Схема гармонии – две плоскости бытия

Вся суть, которую мы разбираем, заключена в рисунке 10. Это не просто иллюстрация, а рабочая схема, описывающая архитектуру человеческой личности и её потребностей. Она делит наш внутренний мир на две фундаментальные плоскости: материальную и духовную. Для ощущения полноты жизни и подлинного счастья необходимо реализовать потребности в обеих сферах.

Материальная плоскость. Фундамент безопасности и связи

Это базовый уровень, отвечающий за наше выживание, стабильность и комфорт в социуме. Здесь лежат три ключевые потребности, без реализации которых человек чувствует себя уязвимым и несчастным.

1. Потребность в безопасности. Это фундаментальное желание быть уверенным, что мне ничего не угрожает. Это ощущение стабильности и защищённости. Если эта потребность не реализована, человек живёт в постоянном напряжении, везде видит опасность и не может расслабиться. Реализуется она через заботу о здоровье (физическом, психическом), финансовую стабильность и создание предсказуемой среды.

2. Потребность в принадлежности. Человек – существо социальное. Нам жизненно необходимо быть частью чего-то большего, чувствовать себя нужным. Это желание иметь круг людей, которым мы небезразличны, которые нас понимают, принимают и за нас переживают. Чаще всего эта потребность реализуется в семье и кругу близких друзей.

3. Потребность быть значимым. Каждый из нас хочет чувствовать свою ценность и компетентность. Нам важно знать, что мы чего-то стоим и на что-то способны. Эта потребность даёт нам уверенность в себе и мотивацию к развитию. Основной сферой для её реализации является работа, карьера или бизнес, где мы можем проявить свои таланты и получить признание.

Духовная плоскость. Вектор роста и смысла

Эта плоскость отвечает не за выживание, а за осмысленность жизни, за то, ради чего мы живём.

1. Потребность быть полезным. Это желание выйти за рамки собственного «Я» и принести пользу другим людям или миру в целом. Кто хочет ощущать свою полезность? Практически каждый. Когда мы делаем что-то для других, мы получаем мощный отклик – благодарность и ощущение причастности к чему-то важному.

2. Потребность быть осознанным. Это стремление понять, как устроен мир, какова моя роль в нём, в чём смысл жизни. Это наличие мечты, высокой цели, которая освещает путь. Без этой потребности жизнь превращается в рутину, даже если все материальные блага удовлетворены.

Здоровье как единая система

Важно понимать, что здоровье – это не просто отсутствие болезней. Это сложная система «Тело-Разум-Дух». Как это работает внутри нас? Что первично: «в здоровом теле – здоровый дух» или наоборот? Истина в том, что они неразрывно связаны.

Тело – это наш материальный носитель.

Разум – это инструмент для анализа и реализации желаний.

Дух – это источник наших истинных стремлений и энергии.

Невозможно быть по-настоящему здоровым, развивая только тело и игнорируя душевные терзания или отсутствие смысла. И наоборот, духовные поиски будут бесплодны в больном и слабом теле.

Законы мироздания. Путь без ударов

Все эти потребности – нормальное человеческое желание. Вопрос лишь в том, как их реализовать. Есть законы природы и высшей системы мироздания, которые влияют на наш мир. Ключевой вопрос: соответствуем ли мы им? Строим ли свою жизнь согласно этим законам (например, закону причины и следствия) или действуем на свой страх и риск?

Жизнь «методом проб и ошибок» неизбежно ведёт к «ударам» – неудачам, потерям и разочарованиям. Это плата за незнание правил игры. Цель – понять эти законы (включая те, что описаны в предыдущих главах: о желаниях, страхах и потенциале) и выстроить свою жизнь в гармонии.

Запуск системы: духовный вектор как ось вращения

(Рисунок 10)

Если внимательно посмотреть на схему на рисунке 10, можно увидеть, что она напоминает пропеллер. И этот пропеллер запускается своей вертикальной, духовной частью. Именно духовное развитие, стремление быть полезным и осознанным задаёт импульс, который приводит в движение всю систему, включая материальную плоскость.

Эта диагональ – не просто линия на схеме. Это вектор жизненной энергии, те самые вихревые потоки, о которых говорят физики и мистики. Это мир сил, энергия, вибрирующая на определённых частотах. Когда мы учимся видеть за физической реальностью эти потоки и управлять ими, мы не отрываемся от земли, а наоборот – обретаем настоящую опору и мощь для движения.

Сила коммуникаций. Энергия человеческих связей

Потребности «быть полезным» и «быть значимым» – это не просто пункты в списке. Это высокая цель, миссия и предназначение человека. И самое главное: во всех сферах нашей жизни – в работе, семье, обществе и личном развитии – присутствуют люди. Когда мы понимаем, что энергия запускается не в вакууме, а через правильные коммуникации и связи, картина мира меняется. Ведь за каждым человеком стоит определённая сила. Человек – это духовная сущность, обладающая тремя видами силы:

Сила тела

Сила мысли (разума)

Сила духа

Учёные говорят, что сила мысли – мощнейшая сила, способная строить миры. Но над мыслью стоит нечто ещё более фундаментальное – желание. Только представьте, какая колоссальная мощь стоит за этим желанием, за духовным миром человека!

Полёт на высоких оборотах. Раскрытие потенциала

Когда человек начинает сознательно раскрывать свой внутренний мир – свой духовный уровень и уровень истинных желаний – он запускает этот внутренний пропеллер. Он начинает «лететь» по жизни на высоких оборотах, ускоряя время и достигая целей без лишних усилий, ударов и проблем. Предела к совершенству нет – оно безгранично.

Представьте, что фильм вашей жизни уже снят, и каждый кадр – это ваше истинное желание. Эти кадры начинают раскручиваться, формируя событийный поток. У каждого человека есть бесконечное множество таких «фильмов» – потенциальных сценариев жизни. И человек сам становится режиссёром: он выбирает, когда и какой «фильм» запустить.

Эта книга поможет вам разобраться в том, как ваши внутренние состояния формируют окружающую реальность. Вы научитесь правильно получать новые возможности и вкладывать усилия туда, где они дадут максимальный результат. Вы поймёте, как выстроить личную жизнь в гармонии с общими законами системы мироздания.

Мы будем разбираться с базовыми принципами жизненной реализации: как ваш внутренний потенциал определяет внешние возможности и как внутреннее состояние задаёт тон всей жизни. Ведь если нет внутренней сути, внешняя оболочка не имеет никакого смысла.

Основные принципы жизненной реализации. Искусство баланса

Достижение гармонии и счастья – это не случайность, а результат соблюдения фундаментальных законов бытия. Чтобы запустить «пропеллер» своей жизни и двигаться вперёд без ударов и потерь, необходимо овладеть тремя ключевыми балансами. Это основа, на которой строится вся система реализации.

1. Баланс внутреннего и внешнего: потенциал и его воплощение

Первый и самый главный принцип – это равновесие между тем, что находится внутри вас, и тем, что вы проявляете в материальном мире.

Внутреннее (потенциал) – это ваш уникальный набор истинных желаний, талантов, predispositions и духовных качеств. Это «чертёж» вашей жизни.

Внешнее (реализация) – это ваши действия, достижения, созданные проекты и отношения с людьми. Суть баланса заключается в том, чтобы ваш внешний мир был прямым и честным отражением вашего внутреннего мира. Нельзя построить красивый и прочный дом (внешнее), имея слабый и неверный фундамент (внутреннее). Если вы реализуете чужие желания, внешняя оболочка будет приносить лишь разочарование. Задача – сначала раскрыть свой потенциал, а затем планомерно и осознанно воплощать его в реальность.

2. Баланс получения и отдачи: циркуляция энергии

Жизнь – это непрерывный обмен энергией. Чтобы система работала, она должна быть сбалансирована. Этот принцип описывает, как гармонично брать от жизни возможности и как правильно их реализовывать. Получение: необходимо научиться принимать возможности, ресурсы, знания и помощь от мира. Блокировка на уровне получения («я не достоин», «мне ничего не нужно») приводит к застою. Отдача: полученное нужно преобразовывать и отдавать миру в виде ценности – через свою работу, заботу о близких, творчество. Ключевой навык здесь – разборчивость. Необходимо разобраться:

что именно брать, а что нет (чтобы не брать «чужое»);

кому и что отдавать (чтобы ваша отдача была востребованной и приносила пользу).

Когда этот баланс соблюден, энергия течёт свободно. Вы получаете удовлетворение от наполнения и радость от того, что приносите пользу другим.

3. Баланс личного и общего: свобода воли и предопределение

Это самый глубокий философский принцип, отвечающий на вопросы: «Кто управляет моей жизнью?», «На что я могу влиять?». Здесь сталкиваются две позиции: «Я – хозяин своей судьбы» и «Всё во власти Творца (Бога)». Истина, как всегда, находится в балансе.

Предопределено (общее): существуют законы природы и системы мироздания, а также ваш врождённый потенциал (ваш «профиль желаний»). Это та часть жизненного сценария, которая уже заложена. Вы не выбирали время и место своего рождения, своих родителей и базовые свойства своей личности. Свобода воли (личное): у вас есть свобода выбора пути реализации этого потенциала. Вы можете идти путём своего истинного желания или запутаться в навязанных извне целях.

Вы сможете увидеть этот баланс: что должен делать Я (прикладывать усилия, делать выбор), а что уже заложено и дано (мой потенциал, законы системы). Важно разобраться, каким путём идти – путём безысходности (плывя по течению) или научиться осознанно влиять на систему.

Если вы действуете правильно, понимая общие законы и не мешая им, а помогая своим сознательным выбором, вы получаете возможность для личного вклада. Именно тогда вы почувствуете себя не марионеткой в руках судьбы, а полноправным творцом, который управляет процессом своей жизни.

Глава 2. Тело – разум – дух. Внутренняя трансформация. Единомышленники

Чтобы наладить свою жизнь, сбалансировать её, изменить к лучшему и реализовать себя на 100%, необходимо глубоко разобраться:

Кто Я, какой Я. Как устроена моя внутренняя вселенная?

Что Я собой представляю на данный момент, какой мой текущий уровень осознанности?

На что Я могу реально влиять, а где мои возможности ограничены?

Где же находится тот таинственный пульт управления моей жиз-



Рассматривая схему предыдущей главы, рис 1, мы видим, что человек находится в самом центре. И чтобы гармонизировать эти важные сферы жизни, привести её в порядок, наполнить адекватностью, эффективностью, радостью, уверенностью, счастьем и успешностью, нужно с чего-то начинать.

И мы предлагаем начать с основы, с самого центра. А в центре находитесь именно вы. То есть, в сердцевине вашей жизни находитесь вы сами. Поэтому первоочередная задача – понять, что же представляет собой этот ваш внутренний центр? Он у вас сильный, мощный, надежный, или же вы чувствуете, что ему чего-то не хватает, он нуждается в подпитке и развитии?

Кто Я такой? Я человек? Человек – это гораздо больше, чем просто физическая оболочка, которую мы видим и можем ощупать. Человек – это многомерная сущность, многогранное творение, состоящее из:

- **Нашего тела** – воспринимаемого нами материального носителя.

- **Нашего разума** – мира мыслей, сознания, где рождаются идеи и формируются представления.

- **Нашей души** – нашего духа, внутреннего стержня, корня, на котором базируется и формируется вся наша суть. Наш дух – это основа, на которую накладываются разум и тело.

По сути, человек состоит из трех базовых составляющих:

- Тело – относящееся к нашей материальной, осязаемой части.

- Дух, душа – наша внутренняя суть, не всегда познаваемая, не всегда объяснимая; нечто скрытое, глубинное, не проявленное, нематериальное.

- Разум – наша социальная часть, связывающая духовный и материальный миры. Это инструмент, с помощью которого мы рассуждаем, анализируем и смотрим на мир.

Поэтому наша главная задача – разобраться в своей структуре, понять, как мы устроены, как функционируем и, самое важное, – как должны функционировать в идеальном варианте. Когда мы начинаем понимать, как человек должен работать и как он устроен, нам становится очевидным, чего нам не хватает, что мы упустили, что нуждается в корректировке, и как наилучшим образом реализовать себя.

Жизненная реализация.

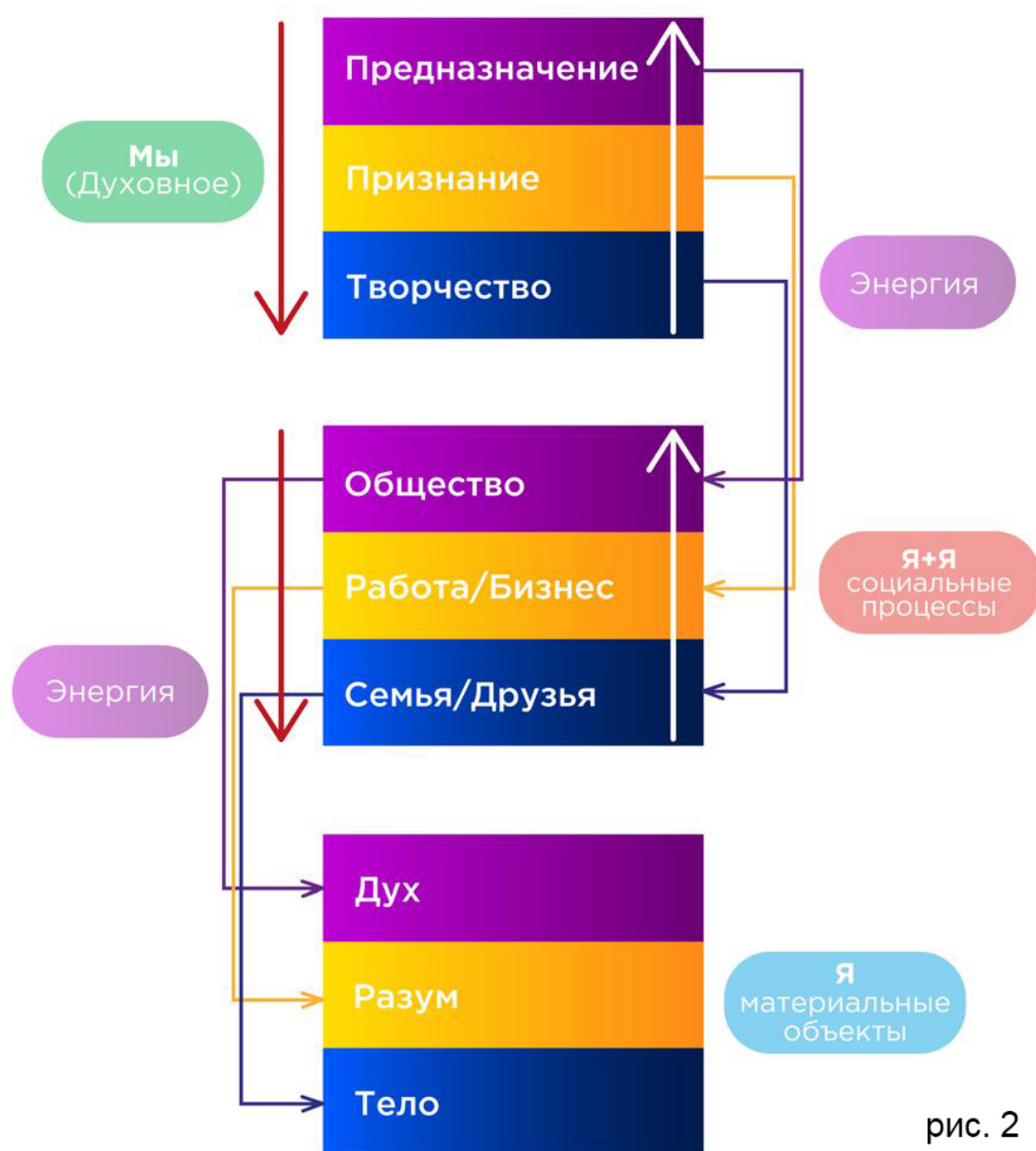


рис. 2

Рисунок 2 наглядно демонстрирует суть того, чем мы с вами займемся, – суть происходящего процесса самопознания и развития. В основании этой схемы располагается человек, представляющий собой отправную точку, уровень «Я»: ТЕЛО, РАЗУМ, ДУХ.

Я – это объект, с которым мы сталкиваемся в этом мире, и это касается также других объектов, других людей. По сути, каждый из нас находится на уровне объекта.

Однако, когда мы начинаем взаимодействовать друг с другом, выстраивая некий процесс, это уже следующий уровень – социальный. Это уровень наших взаимоотношений, и здесь также выделяются три базовых уровня:

Семья (Друзья) – уровень близких, доверительных отношений.

Работа (бизнес) – уровень отношений, построенных на принципе реализации, где важен вклад и достижение общих целей.

Общество – всё человечество, общая единая система, в которой мы, так или иначе, влияем друг на друга.

Соответственно, существует и еще более высокий уровень – уровень «МЫ». Это то, что зарождается в процессе нашего взаимодействия, это уже уровень законов, уровень причин, откуда все исходит. В этом уровне таится энергия. И здесь тоже выделяются три базовых аспекта:

– **Творчество человека** – то, что относится к личности, к самовыражению и самореализации.

– **Призвание человека** – то, что касается роли человека в обществе, его вклада и места.

– **Предназначение человека** – то, что охватывает человека и его роль в системе мироздания, его высшую цель.

И, по сути, каждому человеку необходимо запустить этот поток энергии:

– Запустить поток энергии Творчества, где я чувствую радость жизни, где я ощущаю полноту бытия.

– Запустить поток энергии Призвания, где я нахожу связь с людьми, свое место в обществе, свою уникальную роль и дело.

– Запустить поток энергии Предназначения, где я чувствую себя на 100% реализованным, осознавая, как я живу, действую и воплощаю свою природу, данную мне от рождения.

Жизненная энергия исходит с уровня законов, с уровня «МЫ». И на этот уровень законов, на этот уровень «МЫ» необходимо двигаться, начиная с уровня «Я», затем переходя на уровень «Я + Я» и, наконец, достигая уровня «МЫ».

Мы начинаем с основ, с самой базы. Недостаточно просто теоретически изучать духовные законы; крайне важно научиться применять их к себе, чтобы понять, как они работают в реальной жизни.

Поэтому мы предлагаем двигаться постепенно, снизу вверх: проложить путь, создать канал, который впоследствии откроет поток энергии сверху вниз.

Но сначала необходимо этот канал прочистить, проложить этот путь – и это делается именно снизу вверх. Через уровень «Я» (тело-разум-дух), затем через уровень взаимоотношений (семья-работа-общество), и только потом через уровень своей реализации (творчество-призвание-предназначение). Разобравшись во всем этом, вы сможете увидеть, как это все работает в вашей жизни.

Здоровое тело – Здоровые мысли – Здоровый дух.

Самый первый блок, который необходимо разобрать – *Здоровье*.

Здоровье – это состояние, когда ничего не болит, не мешает, не отвлекает. Ведь если болит тело, то саморазвитие отходит на второй план. Если душа болит, невозможно полноценно жить. Ну а если разум не здоров, это требует серьезного вмешательства. Любые сбои на уровне ТЕЛО-РАЗУМ-ДУХ мешают нам чувствовать себя хорошо и полноценно реализоваться.

Как вы думаете, что первично? Здоровое Тело, Здоровые Мысли или Здоровый Дух?

Мы уже говорили о том, что духовный уровень является причиной, а материальный – следствием. Напомним, что именно на духовном уровне раскрываются наши желания. Желания стоят над разумом, а разум – над телом. Следовательно, первично – духовное. Наш дух, будучи первичным, стоит над материей. Поэтому здоровая душа и здоровая энергия духа позволяют запускать здоровые мысли на уровне разума, а разум, в свою очередь, запускает процесс здоровья в нашем теле.

Каждый из нас состоит из трех частей: Тело, Разум, Дух.

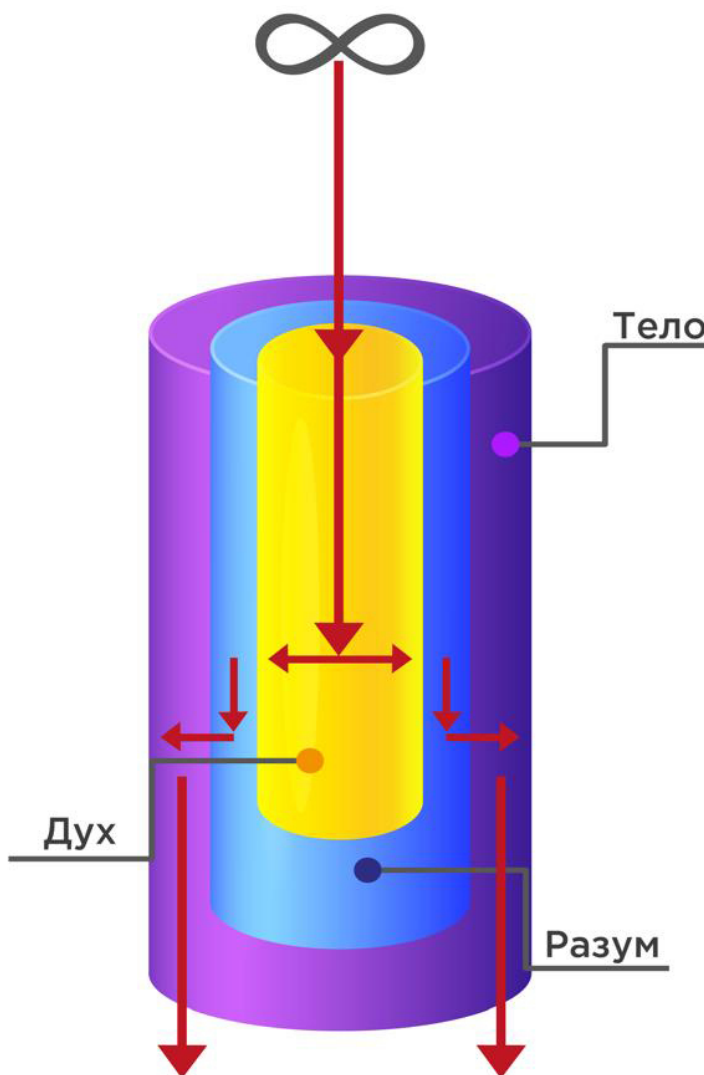


рис. 3,4

Рисунок 4 (матрёшка) иллюстрирует эту глубинную структуру. Тело – это самый внешний уровень, наша материальная оболочка, которую мы видим и осязаем. Разум – более глубокий, внутренний уровень,местилище наших мыслей, сознания, аналитических способностей. Дух же – это источник самой основной силы, наша незыблемая основа. Это и есть ваш внутренний стержень, ваша уникальность, самый глубокий уровень, в котором заложены ваш нераскрытый потенциал, безграничные возможности для реализации и вся необходимая информация для вашего пути. Духовный уровень – это та искра, тот первоисточник, который зажигает все остальные аспекты нашего бытия.

Что получать и что отдавать?

Задайте себе вопрос: что мы должны получать, что должны отдавать, и должны ли мы вообще отдавать?

Все процессы в природе построены на равновесии двух сил – сил получения и силы отдачи. Человек, будучи частью природы, также должен уметь получать и отдавать. Вспомним простой пример: при вдохе мы получаем кислород, а при выдохе отдаем углекислый газ.

На рисунке 4 показано, что человек, по сути, получает энергию (энергию желания) сверху, изнутри себя. Его задача – провести эту энергию в материальный мир. То есть, в материальном мире мы можем отдавать энергию в виде конкретных действий. Важно понимать, как устроена эта связь: между духом и разумом, между разумом и телом. Это связь с высшей системой, откуда мы получаем, и связь между нашими тремя частями. Тело должно быть связано с разумом, разум – с духом. Мы должны научиться чувствовать эту связь, чтобы энергия свободно протекала через нас, чтобы мы стали настоящим каналом.

А каналом мы являемся тогда, когда у нас открыт входящий и исходящий поток, и когда существует гармоничная связь между нашими тремя частями: телом, разумом и духом. Это целостная система, где каждый элемент важен и взаимосвязан.

Когда мы начинаем себя выстраивать и приводить в порядок, мы логично начинаем с тела – с того, что нам наиболее доступно и ощутимо. Ведь наше тело может быть как верным помощником на пути самопознания, так и серьезной помехой.

Если наше тело здоровое, оно становится нашим союзником, не отвлекая нас болезненными ощущениями или дискомфортом. Оно позволяет сосредоточиться на внутренних процессах. Но если тело больное, оно превращается в помеху. Представьте: когда человек не здоров, когда его раздражают внутренние противоречия, когда плохое самочувствие постоянно отвлекает, как сложно разобраться в том, что действительно свойственно тебе, что является твоим истинным, а что – наносным.

Поэтому наша задача – гармонизировать себя, сбалансировать, то есть привести в порядок все три уровня: тело, разум и дух. Важно, чтобы тело не мешало, чтобы разум был ясным и не отвлекал, чтобы мы могли слышать свои истинные желания, достигать до уровня духа, понять, как мы устроены, как были спроектированы, и что в нас заложено. Нужно разобраться, как дать своему телу всё самое необходимое, снять накопившиеся зажимы, помочь ему расслабиться или, наоборот, взбодриться. Главное – сделать так, чтобы тело перестало быть препятствием на пути к самореализации.

Разуму же необходимо придать адекватности, избавиться от ограничивающих убеждений и стереотипов. Нужно научиться мыслить конструктивно. Это не просто позитивные установки, где всё происходящее воспринимается как благо – нет, это гораздо глубже. Всё, что происходит, происходит для чего-то, и важно разобраться, для чего именно. Например, если мы сталкиваемся с трудностями, с болью, необходимо выяснить причину, а не просто пассивно принимать удары судьбы или отчаянно отбиваться. Всегда нужно задаваться вопросами: зачем мне это дано? Для чего? И чтобы что? Ни одно событие в мире не происходит бесследно, каждое несет в себе определенный смысл.

Соответственно, человек должен научиться мыслить конструктивно. Важно вывести разум из зоны комфорта в зону активного развития, чтобы он сам искал возможности для роста и видел, куда двигаться дальше.

ДУХ необходимо пробудить и укрепить. И самое важное – связать его с правильной, высокой целью.

Кто я такой? Каков смысл моего пребывания здесь? Зачем я пришел в этот мир? Каково мое предназначение?

Когда на эти вопросы найдены ответы, появляется смысл жизни. Ваш дух, обретя смысл, становится той основой, на которую уже можно нанизывать все остальное – цели, задачи, стремления.

Таким образом, мы постепенно начинаем связывать себя с этой высокой целью, настраиваясь на ее частоту, налаживая связь с высшей системой. Тем самым мы повышаем свою чувствительность и открытость к высшему. Поэтому, когда мы начинаем заниматься духовным развитием и искать связь с этой высшей системой, то, по принципу канала, по принципу проводника, которым является человек, мы автоматически начинаем исправлять и гармонизировать себя на уровне разума и тела.

И очень важно понимать: задача человека – не просто заниматься своей материей, не просто общаться с людьми, и не просто заниматься духовным развитием. Задача человека – всегда удерживать эти три ступени в единстве: ступень материальную, ступень социальную и ступень духовную. Это всегда идет в комплексе, во взаимосвязи, подобно трем граням единого кристалла. Потому что у каждого из нас есть свой глубокий внутренний мир, который проявляется через разные каналы.

Например, внутри вас есть ваши ощущения: способность дышать, обонять, видеть, слышать, осязать. Что же нам дают эти ощущения? С какого уровня они приходят, как формируется наше восприятие мира?

Эти ощущения дает нам наше тело – этот удивительный инструмент, ведь на нем расположены рецепторы, которые непрерывно взаимодействуют с окружающей средой, передавая нам информацию и даря эти чувственные переживания.

Что же нам дает разум?

Во-первых, это мысли. Ведь с помощью разума мы оцениваем любую ситуацию, и именно разум порождает эмоции. То есть, в нашем мозгу наш разум объединяет эти ощущения и переводит их на более глубокий уровень восприятия.

И, что немаловажно, разум дарит нам эмоции – яркие и глубокие. Оценивая какую-то ситуацию, мы можем впечатляться будущим, наполняясь надеждой, или же, наоборот, горевать о прошлом, погружаясь в сожаления.

Однако, помимо эмоций, у нас есть и наши чувства – это наши глубинные состояния, которые порой могут быть ничем не обусловлены. Вроде бы всё хорошо, но вдруг вы почувствовали легкую грусть или приуныли без видимой причины.

По сути, вы – это всегда гармоничное триединство:

– *Набор ощущений, эмоций и чувств.*

– *Набор действий, мыслей и желаний.*

– *Набор: тело, разум и дух.*

Вы – это всегда триединство. И если вы будете постоянно помнить об этом, то вам всегда будет просто по жизни: во-первых, развиваться; во-вторых, раскрывать свой внутренний потенциал и, наконец, реализовывать его в жизнь. И тогда у вас не будет перекосов, не будет проблем, вызванных дисбалансом.

В чем же отличие эмоций от чувств?

Эмоции – это состояния, которые в значительной степени контролируются разумом. Они кратковременны и зачастую неустойчивы, привязаны к конкретному объекту или ситуации. Вы, как правило, сможете определить источник (причину) этой эмоции, будь то радость от приятного события или раздражение от чьих-то слов.

Чувства же – это нечто иное. Они не подвластны прямому контролю разума, они коренятся в нашей сути, в нашем глубинном внутреннем содержании. Более детально об этом мы поговорим позже, но стоит отметить, что чувства – это более глубокие и устойчивые состояния, которые не всегда привязаны к конкретному объекту. Это нечто такое, что бывает трудно объяснить, например, всеобъемлющая любовь, глубокая ненависть или необъяснимое отторжение. Причины таких чувств могут быть неясны, и вы не всегда сможете точно определить их источник.

Дух находится над разумом, поэтому он нам не всегда понятен, ведь уровень нашего понимания ограничен возможностями разума. Разум, в свою очередь, находится над телом, поэтому с помощью разума мы можем воспринимать свое тело, контролировать его и работать с ним.

А уровень духа – уровень желаний – это самый глубинный, самый высокий уровень, и разум, будучи ниже его, не может до него напрямую достучаться.

Эта книга призвана помочь вам разобраться, как работать с уровнем желаний, как взаимодействовать с уровнем духа, если он кажется вам неподконтрольным разуму. Условно это можно назвать уровнем подсознания.

Как понять, что такое подсознание? Что такое чувства? Что такое желание? Возможно, для вас это пока лишь абстрактные понятия. Но давайте вспомним, как развивается событийный поток в нашей жизни – он раскручивается сверху вниз.

То есть, к вам приходит определенное состояние, к вам приходит определенное желание – они зарождаются внутри вас. И ваша задача – с помощью разума определить и распознать эти желания. Далее вы даете команду телу, тело совершает действие, и вы получаете результат – положительный или отрицательный.

Когда мы начинаем разбирать желания, что же происходит в разуме?

Мы направляем наш разум вверх, на духовный уровень, на уровень желаний. И делаем мы это с помощью вопросов: «Зачем мне это надо? С какой целью? Чего мне хотелось на самом деле?» Мы можем лишь задавать этот вектор в сторону непроявленного нашего духовного уровня, тем самым налаживая связь с высшей силой, с этой высшей целью. Наш разум позволяет это сделать, он позволяет связать то, что стоит над ним. Разум всего лишь обрабатывает мысли, благодаря которым мы можем установить связь с чем-то, что стоит над нами.

Сознание

Чем мы управляем своим миром? С помощью чего? Чем мы управляем собой? С помощью чего мы вообще разбираемся, как всё устроено и как всё работает? По сути, это наше сознание, та внутренняя сила, которая позволяет нам воспринимать, анализировать и действовать.

Ваше сознание может находиться на уровне тела. И тогда вы – простой, обычный, возможно, даже примитивный человек, не склонный к излишним размышлениям. Вы не умничаете, потому что ваше сознание сосредоточено на уровне действий, на непосредственном опыте. И вас интересуют базовые, насущные потребности от жизни: еда, сон, секс, работа, семья, дом – всё, что составляет материальную основу вашего бытия.

Однако ваше сознание может подняться на более высокий уровень – уровень разума. Где вы уже начинаете рассуждать, анализировать, разъяснять сложные понятия, где вы стремитесь к чему-то большему, к более глубокому пониманию мира и себя. И тогда, достигнув определенной ступени развития разума, ваше сознание может подняться еще выше – на уровень желаний, на уровень духа.

А разум, как был вашим инструментом для обработки информации, анализа и логических построений, так и останется. С помощью разума, с помощью потока мыслей, мы начинаем прояснять свои желания, делая их более четкими и осознанными. Но, по сути, именно в этот момент рождаются наши мечты. Когда разум, будто бы залезая на уровень желаний, пытается смоделировать какую-то ситуацию, он начинает мечтать. Давайте помечтаем вместе: что же нас действительно порадует, что принесет истинное удовлетворение?

Ведь именно когда мы начинаем мечтать, моделировать – этим мы как раз и начинаем проявлять сферу желаний, делая их более ощутимыми. И точно так же разум, выполняя свою функцию, опускается на уровень действий: он ставит цели, формирует конкретные задачи и сразу определяет стратегию и тактику их достижения. Ваш разум, став инструментом реализации, сразу понимает, что и как надо делать. Ведь разум – это наш универсальный инструмент, созданный для того, чтобы распознавать глубинные желания и эффективно переводить их на уровень конкретных действий.

А ваше сознание, ваша осознанность – это ваше уникальное умение видеть весь этот сложный процесс целиком. То есть, человек осознанный понимает, как работает каждый уровень, как они взаимосвязаны. Это не тот, кто заиклился на собственном разуме, пытаясь решить все проблемы только логикой. Это не тот, кто заиклился на каких-то действиях на материи, удовлетворяясь лишь внешними результатами.

Осознанный человек – это тот, кто видит, как устроены все процессы и как идет эта внутренняя и внешняя работа. Это человек, который видит всплывающие в нем желания. Он видит, как разум пытается их обработать. Он видит, как тело пытается что-то сделать в ответ на эти импульсы. Осознанный человек видит все процессы, он как бы наблюдает за собой со стороны. Это способность приподняться над своим текущим уровнем восприятия и увидеть его как бы сверху, обретая объемное видение.

Саморазвитие и Духовное Развитие. В чём отличие?

Саморазвитие – это процесс, когда вы начинаете глубже слышать своё тело. Ваше тело – это уникальный, тонко настроенный инструмент, оно вибрирует, оно словно поёт на определённой частоте, у вашего тела есть свой собственный язык, и оно постоянно разговаривает с вами. И когда вы учитесь успокаивать свой разум, когда его суета и беспокойство утихают, вы начинаете лучше слышать своё тело. Вы можете настроить его, привести в гармонию. Медитация, как и многие другие практики, помогает достичь этого состояния покоя разума, когда он перестаёт суетиться и дергаться. И когда разум успокаивается, появляется большая вероятность услышать, что на самом деле с вами происходит, вы начинаете лучше слышать своё тело, глубже прислушиваться к тому, что происходит внутри вас, к его тонким сигналам.

Но самое главное – не просто успокоить разум, ведь это лишь первый шаг. Самое важное – направить его вверх, к более высоким уровням восприятия.

Духовное развитие – это следующий этап, когда вы начинаете различать, где проходит грань между телесным и более глубинным, внутренним духовным. Это искусство различения. Так вот, осознанность – это ключ, который позволяет разделить эти понятия: мои ощущения, мои телесные реакции – это моё тело, а вот это – моя внутренняя, глубинная суть, моя душа.

Таким образом, сначала нужно научиться чётко разделять духовное и материальное, понимать их природу. А потом, что ещё более важно, нужно научиться правильно их соединять, выстраивая верный приоритет – что чему должно служить. Материальное должно служить духовному, тело – разуму, а разум – духу, раскрывая его потенциал.

Представьте себе три уровня человека, как показано на рисунке 5: духовный, ментальный и материальный. Так вот, есть дискета, на которой записана наша внутренняя программа. И нам нужно узнать, как её запускать, как произвести эту внутреннюю трансформацию человека. Эта программа и кнопка для её запуска находится на самом духовном уровне – уровне нашей истинной сути, наших глубинных желаний.

Однако только благодаря разуму человека мы можем начать процесс изменений, произвести определённые сдвиги и трансформации в самой программе. Ведь это своего рода уникальный штрих-код, который прописан и заложен в каждом из нас, и который нам предстоит реализовать в своей материальной жизни. Разум выступает как интерфейс, как инструмент, позволяющий нам взаимодействовать с этой глубинно заложенной программой.

Итак, если процессор – это уровень разума, то нам необходимо наладить связь с этим уровнем через наши мысли. Это происходит, когда мы начинаем разбираться в своих истинных желаниях, задаем правильные вопросы и выстраиваем четкое намерение. Таким образом, мы производим изменения в программе, которая уже заложена в каждом из нас на духовном уровне, и выстраиваем эту жизненно важную связь – получения и отдачи.

Так вот вопрос: что же должен человек получать и что должен отдавать? Обратите внимание: где человек получает? На каком уровне происходит этот вход?

Вход у человека находится на духовном уровне, на уровне желаний. Именно здесь человек получает свое первое важное «получение» – само желание. И очень важно понять, что вместе с этими желаниями человек сразу получает и возможности для их реализации. То есть, на той самой «дискете» прописана не только программа – наши желания, но и возможности для их исполнения. Мы одновременно получаем и нечто, чего нам не хватает (недостаток), и ресурс для восполнения этого (наполнение). Можно сказать, что мы сразу получаем и замок, и ключ к нему.

И в чем же тогда наша задача? Что мы должны отдать? Где происходит отдача, на каком уровне? Так вот, выход у нас находится на уровне действий (рис. 5).

Желание

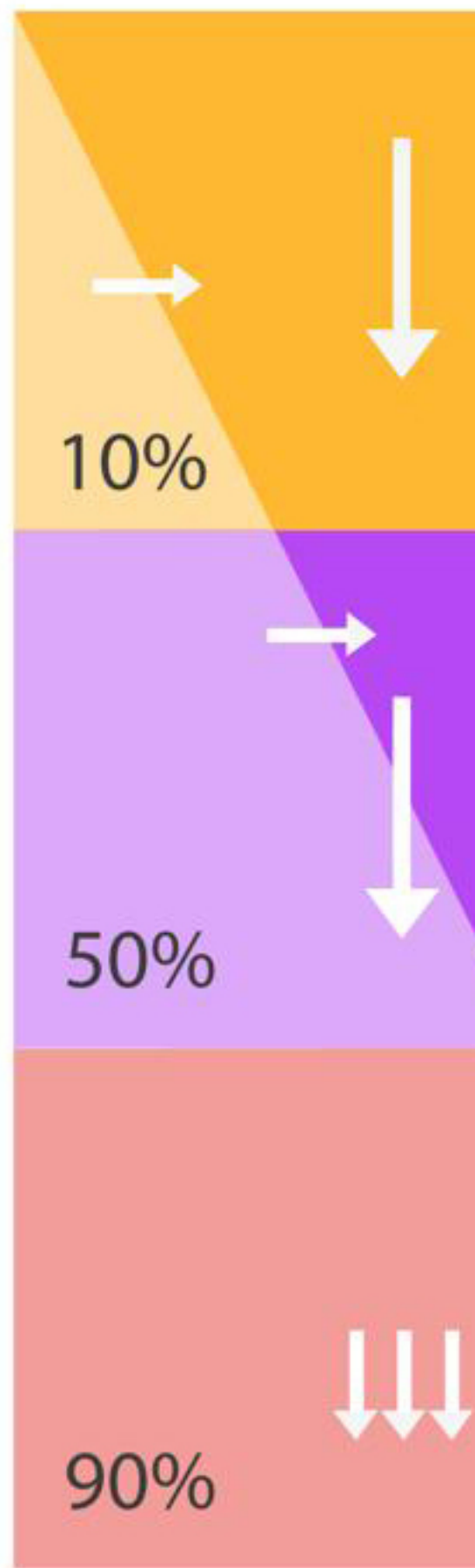
10%

Мысли

50%

Действия

90%



имеющиеся возможности. Мы должны совершать действия, прикладывать усилия, чтобы найти соответствие между ними. Поэтому отдавать в мир мы должны свои усилия. Если вы сможете это понять и осознать, перед вами откроются многие двери.

Что же на самом деле человек хочет от материального мира? Часто это сводится к простому: «Дай мне, мне не хватает». Человек стремится что-то получить извне, закрыть зияющую пустоту.

То есть, вместо того чтобы приложить необходимые усилия и связать свое глубинное желание с имеющимися возможностями, мы зачастую начинаем бегать от человека к человеку, пытаясь получить что-то готовое, внешнее. Человек так устроен, что склонен заикливаться на уровне разума и действий, ища решения вовне, вместо того чтобы обратиться внутрь.

Таким образом, если вы находитесь исключительно на уровне действий, если ваш разум заиклен лишь на них, то вы совершаете 90% усилий, но получаете лишь 10% результата. Это путь неэффективности и излишней траты энергии.

Но как только мы начинаем разбираться с собственными глубинными желаниями и понимаем, как на самом деле работает этот механизм, нам уже не нужно совершать избыточных действий. Когда вы осознали свои истинные желания, вы совершаете лишь 10% необходимых усилий, но получаете 90% результата. Ваша задача – оптимизировать свои действия, чтобы совершать минимум усилий и получать максимум результата. Это означает, что вы естественным образом оказываетесь в нужное время, в нужном месте и с нужными людьми, что, по сути, и является целью в материальном мире.

Ведь если мы понимаем, как всё устроено и как на самом деле всё работает, нам не нужно суесться, не нужно пытаться изменить внешний мир. Необходимо лишь разобраться в своих желаниях, правильно выстроить намерение, наладить эту связь с духовным уровнем, найти и укрепить эту связь с высшей целью. И тогда мы сами будем оказываться в нужное время, в нужном месте и с нужными людьми, получая от жизни всё то, что нам уготовано – а именно, наслаждение и удовольствие от нашего существования.

В идеальном состоянии наш внутренний канал работает на 100%. Мы получаем желания и соответствующие им возможности, и, соответственно, отдаем в материальный мир свои усилия. Своими действиями мы связываем, распознаем свое желание и находим для него соответствующую возможность. Часто же мы просто не видим эти возможности или не можем их связать с нашим внутренним запросом. Поэтому наша задача – научиться видеть эти возможности, чтобы наш разум не мешал нам, не отвлекал нас и не вгонял в суету и страх.

Ведь когда мы получаем негативный опыт от жизни, когда реальность преподносит нам не самые приятные уроки, соответственно, внутри нас зарождается страх. Этот страх, подобно плотному туману, оседает на уровне желаний, искажая их суть. У нас появляется навязчивое желание не получать нового удара, не рисковать, не открываться. Мы пытаемся защититься от жизни, возводя невидимые стены, и как следствие, в нас рождается неуверенность. И дальше этот страх нас сжимает, он парализует нас, пугает, и поэтому мы неосознанно перекрываем свой жизненный канал на входе (рис. 6). Когда мы боимся – мы закрыты, мы прячемся от мира, от возможностей, от самих себя.

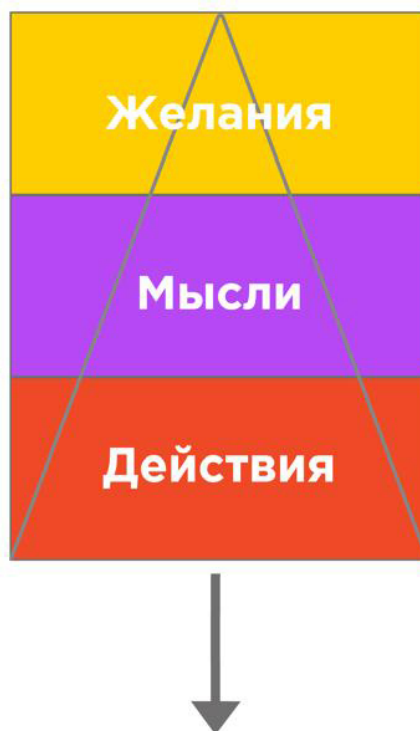


рис. 6

Когда человек закрывает свой канал, он, по сути, перестает получать что-либо извне – ни позитивную энергию, ни возможности, ни даже уроки, которые могли бы помочь ему расти. И в итоге человек оказывается пустым, опустошенным – в него ничего не приходит, он ничем не наполнен. Даже если он и хочет что-то отдать миру, поделиться, у него на это нет сил. Страх его парализует, сковывает, и поэтому у человека возникает лень. Эта лень – лишь внешнее проявление внутреннего состояния. Она возникает на уровне тела, потому что тело не получает жизненно важную энергию. Лень возникает, потому что, скорее всего, я сам заблокировал свои истинные желания; страх меня заблокировал, изолировал от потока жизни. Соответственно, я не получаю энергию, я не получаю силы, и моё тело, лишенное подпитки, не хочет никуда идти и ничего делать. Поэтому бороться нужно не с самой ленью, а разобраться с истинными желаниями и понять, что именно их блокирует, что стало причиной этой внутренней блокады.

И поверьте, что как только в вас появятся ваши истинные желания, и как только ваш разум увидит реальные возможности для их осуществления, никакой лени просто не останется. Вы вскочите и с энтузиазмом побежите действовать. Лень – это лишь симптом, который возникает тогда, когда нет сил на собственную реализацию, когда ваш жизненный канал закрыт. Это происходит автоматически, когда вы накапливаете много негативного опыта, который подпитывает страх и неуверенность.

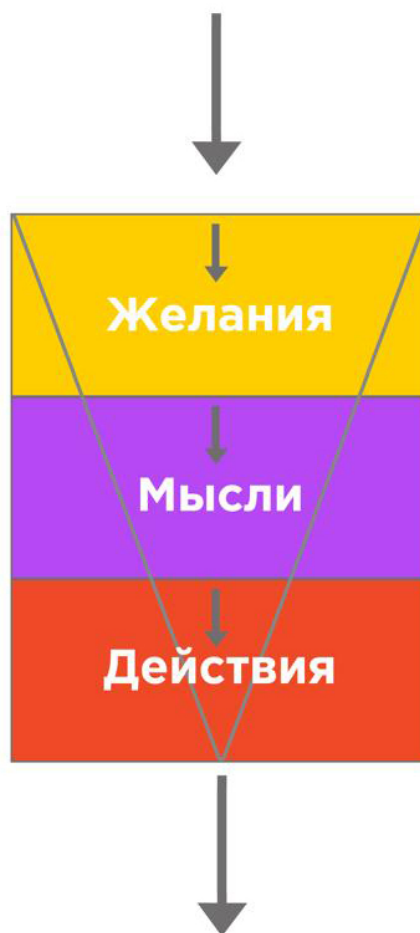


рис. 7

И, соответственно, бывает и наоборот (рис. 7). Человек не ленив, он активен, ничего не боится. Наоборот, он хочет всего и побольше, им управляют страсти и жадность. И очень часто бывает, что такой человек хочет получить, но не хочет делиться, не хочет ничего отдавать. Он хочет получить побольше, а сделать поменьше. То есть, человек перекрывает свой отдающий канал, он отдавать ничего не хочет. И в итоге человек переполнен тем, что ему на самом деле не нужно, тем, что стало для него балластом. Для освобождения от этого лишнего к нему приходят «удары» – жизненные ситуации, которые заставляют его пересмотреть свое отношение к получению и отдаче.

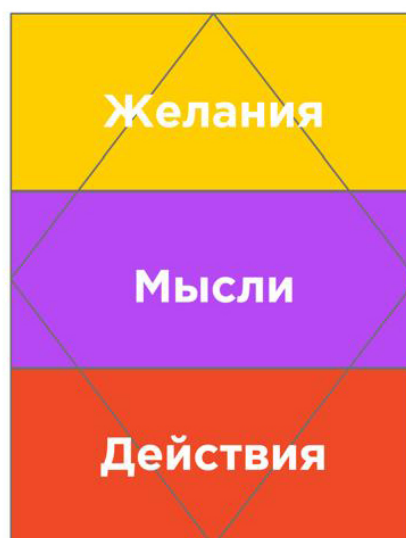


рис. 8

И существует ещё одна, особо тяжёлая ситуация, когда человек перекрывает канал с двух сторон (рис. 8). Это часто случается с умными людьми. Человек настолько «раздувает» свой мозг, настолько впитывает в себя все знания – теоретические, посещает всевозможные курсы и тренинги, он становится очень умным. Но при этом он перестаёт действовать, перестаёт чувствовать себя, перестаёт видеть реальные возможности. Он не получает новых истинных желаний, всё его внимание сосредоточено в его разуме. В итоге человек становится умным теоретиком – но, к сожалению, и окружающим с ним плохо, и сам он несчастен.

Как работать с разумом и что мешает его эффективной работе, мы разберём в следующих главах. Но в первую очередь, важно помнить: разбираться надо только с собой. Повлиять на другого человека можно только личным примером. Если рядом с вами человек боится, значит, вы не вселяете в него уверенность. Но как только вы приведёте себя в адекватность, гармонию и целостность, вокруг вас сразу начнут появляться люди, живущие на том же уровне.

На духовном уровне действует закон подобия: подобное притягивает подобное, основываясь на сходстве свойств и вибраций. Это значит, что наши внутренние качества, наши мысли и чувства резонируют с подобными им энергиями вовне. На материальном же уровне, в сфере физического взаимодействия, часто происходит притяжение противоположностей: плюс к минусу, мужчина к женщине, инь к ян. Это создает динамику, необходимо для баланса и взаимодействия в плотном мире.

Поэтому, если вы начинаете заниматься духовным развитием, если вы работаете над собой, гармонизируя свой внутренний мир, то к вам естественным образом начнут притягиваться такие же адекватные, ищущие, развивающиеся люди. Они будут вашими единомышленниками, поддерживая вас на пути. Если же вы не уделяете внимания своему внутреннему росту, оставаясь на прежнем уровне, то, по закону притяжения, к вам будут притягиваться противоположности, создавая ситуации, которые, возможно, не всегда комфортны, но призваны вытолкнуть вас из зоны стагнации. Самое главное для человека – разобраться с собой, познать себя, гармонизировать свой внутренний мир, и тогда, как следствие, люди и обстоятельства вокруг начнут меняться, подстраиваясь под ваше новое состояние.

И главный вопрос, который встает перед нами: что же необходимо делать, чтобы этот жизненный канал – канал нашей связи с миром и потоком энергии – заработал правильно и в полную силу?

Неважно, к какому типу людей вы относитесь, к интровертам или экстравертам, к ищущим или довольным, в любом случае всё начинается с главного – с истинных желаний, и разбираться нужно именно с этим глубинным уровнем. Ведь когда вы подключаетесь к животвор-

ному потоку энергии, вы запускаете его через себя, и вы начинаете естественным образом выравниваться, приходить в гармонию. Вам не нужно себя искусственно регулировать, не нужно из последних сил пытаться что-то сделать с собой. Вам нужно добраться до уровня своих истинных желаний, разобраться в этом уровне, и тогда вы запустите поток энергии, который сам сделает внутри вас всё необходимое. Человек меняется изнутри наружу, когда активируется этот поток.

И чтобы укрепить дух, этот внутренний стержень, нам нужно последовательно увидеть те вещи, которые нам мешают, те внутренние блоки и препятствия, которые тормозят наше развитие.

Если вам мешает Лень – нужно увидеть её истинные причины, а не бороться с её проявлениями. Нужно разобраться, откуда она берётся. Если вам мешает ваш Разум – он суетится, отвлекается, боится, – то нужно увидеть и это. То есть, предстоит проделать определённую работу: проявить всё то, что нам мешает, и всё то, что помогает на каждом из уровней – на уровне Тела, на уровне Разума и на уровне Духа. И когда вы уберёте мешающие вам вещи и укрепите помогающие, тогда вы сможете укрепить свой дух. Это, в свою очередь, приведёт к адекватности ваш разум и сделает ваше тело здоровым и сильным.

Если ты запускаешь себя как канал, подключаясь к системе, то ты начинаешь получать на духовном уровне силу, энергию, возможности, информацию, веру. Ты становишься генератором энергии, а не потребителем, жаждущим немедленной отдачи или награды. На уровне действий ты вкладываешь свои усилия, реализуешь свою полезность, и награду за свои усилия ты получаешь автоматически, не заикливаясь на ней, без вожделения и жадности. Это естественный поток, когда отдача соответствует получению.

В каждом человеке заложены желания – это своеобразный набор потенциалов, который будет вести его по жизни в том режиме и направлении, которое ему уготовано согласно его уникальным свойствам и природе. И наша задача – запустить этот канал, эту связь, и выйти на уровень истинных, глубинных желаний. Это начинается с подключения, с установления связи с высшей управляющей силой. Ведь когда мы научимся это делать, мы сможем провести четкое разграничение между истинными и навязанными желаниями. И тогда истинные желания начнут проявляться сами собой, и нам не придется прилагать чрезмерные усилия во внешнем мире, чтобы их реализовать.

Если человек подключается к своему уровню желаний, к своему духовному уровню, то он начинает раскрывать в своем разуме те возможности, которые сам по себе не видел. Поэтому, если человек старается поднять свою осознанность на уровень желаний, он получает такие же безграничные возможности, как если бы вы подключили свой компьютер к сети Интернет. И вы только представьте, насколько ваши возможности вырастают, насколько увеличивается объём осознания и глубина понимания. Поэтому стоит не только запустить эту систему, чтобы она работала в полную силу, но и стать полезным элементом этой системы, внося свой вклад в её развитие.

Как же подключиться к системе? Как правильно работать с желаниями? Как отделить истинные желания от навязанных?

Итак, что же необходимо делать?

На каждом уровне – Действий, мыслей, желаний – есть свои задачи, и поэтому крайне важно каждую из них выполнить. И мы с вами будем разбираться, как эти задачи выполнить. Давайте начнём разбирать, что же конкретно нужно делать.

На уровне Действий:

- Перестать суетиться, не совершать лишних, бессмысленных действий. Ставить цели, которые соответствуют вашим истинным желаниям, и правильно прилагать усилия для их достижения.

- Найти единомышленников – людей, которые искренне заинтересованы в ваших переменах и готовы поддержать вас.

- Фиксировать происходящие изменения, даже самые незначительные, и получать позитивное подкрепление от единомышленников. Это поможет укрепить веру в себя и свои силы.

- Сопоставлять осознанную информацию, полученные знания, с реальной жизнью, проверяя их на практике и адаптируя под себя.

На уровне Разума (мысли):

- Анализировать и отслеживать ключевые моменты, которые оказывают наибольшее влияние на вашу жизнь. Вспомните свою прошлую жизнь, понаблюдайте за ней, чтобы понять, что именно повлияло на вас.

- Фокусируйте внимание на моменте «здесь и сейчас». Наблюдайте за тем, что происходит в настоящий момент, не улетая мыслями в прошлое или будущее, не отвлекаясь.

- Отслеживайте и наблюдайте за возможностями, которые появляются на вашем пути. Может быть, к вам сейчас приходит какая-то новая, уникальная возможность, а вы её просто не видите? Или, наоборот, погонитесь за одной возможностью, упустив другую, более значимую.

- Отслеживайте свои состояния, эмоции, желания, события, разные ситуации. Осознанно наблюдайте за всем, что происходит с вами.

- Разбирайтесь, думайте, анализируйте, читайте, мечтайте, представляйте, разговаривайте, обсуждайте – активно взаимодействуйте с информацией и своими мыслями.

Необходимо научиться наблюдать за собой, для этого существует множество специальных упражнений и практик.

На уровне Желаний:

- Ощущать комфорт и безопасность – фундаментальные потребности, без удовлетворения которых сложно двигаться дальше.

- Быть нужным – чувствовать свою принадлежность, знать, что вы не безразличны другим.

- Быть значимым – осознавать свою ценность, верить в свои силы и способности.

- Быть полезным – ощущать, что ваш вклад имеет значение.

- Быть осознанным – понимать, как всё устроено, откуда всё исходит, каков смысл жизни, иметь мечту, возвышенную цель.

- Распознать истинные внутренние желания, выяснить, какие состояния вы хотите переживать, что вас воодушевляет.

- Определить, кем у вас получается быть лучше всего: инициатором, организатором, оптимизатором, созидателем, разрушителем, критиком, коммуникатором, идеологом, генератором идей, исполнителем.

Все эти пункты мы с вами потихонечку разберем и поэтапно пройдем, чтобы вам было предельно понятно, что делать на каждом уровне, как гармонично выстраивать свое движение по жизни, отталкиваясь от истинных желаний и двигаясь к их реализации.

Единомышленники

Кто они такие? Почему именно они важны, и почему важно работать именно с ними? Единомышленники – это люди из общества, которые, возможно, практически никак с вами не связаны, и вы, может быть, видите их впервые. То есть, это люди, которые эгоистически не заинтересованы в вас, в ваших личных проблемах или выгоде.

Что же мы делаем с ними?

Мы притягиваем их к себе и делаем из них специальное развивающее окружение, своего рода «теплицу» для нашего роста. Единомышленники – это те люди, которые будут поддерживать нас в наших начинаниях, видя в нас не конкурентов, а партнеров по развитию. Они будут ценить, сохранять, беречь и бережно выращивать наши позитивные изменения, как садовник ухаживает за молодым ростком. Они будут развивать нас, культивировать в нас те важные трансформации, которые нам необходимы для перехода на новый уровень. И если с нами что-то пойдет не так, если мы собьемся с пути, они предупредят, оберегут, мягко направят. То есть, единомышленники – это наши хранители, своего рода ангелы-хранители в нашем земном пути, те, кто поможет нащупать именно своё, поможет убрать лишнее, не навязывая ничего извне, а именно помогая прояснить наши внутренние, подлинные желания.

Единомышленники создают для нас безопасное пространство, своего рода кокон, в котором мы сможем спокойно работать над собой. Они как бы защищают нас от внешних помех, от разрушительных влияний, и сами не мешают своим эгоизмом или личной заинтересованностью, не пытаясь использовать нас в своих целях. С другой стороны, они активно поддерживают нас в нашем желании развиваться, узнавать о себе что-то новое, прояснять свои внутренние, подлинные желания. То есть, они нам помогают, они нас усиливают, умножая нашу собственную силу.

Всё есть сила, любая энергия – тоже сила, просто на разных уровнях вибрации и проявления. Есть более мощная энергия, есть энергия послабее. Так вот, духовная энергия, исходящая от истинных желаний, стоит над ментальной энергией, над силой мысли. Это сила желания – и она намного сильнее, так как эта сила находится на самом глубинном, духовном уровне нашего существа, где сокрыта вся наша истинная мощь.

Мы с вами занимаемся духовным развитием, и мы, по сути, объединяемся на духовном уровне. А на духовном уровне находятся наши истинные желания, наши глубинные стремления, и именно они объединяют нас, направляя к духовному развитию. Духовная сила, исходящая от этих подлинных желаний, – она сильнее и выше других сил, включая ментальные или физические. И поэтому, когда мы учимся правильно выстраивать эти внутренние и внешние связи, а этому мы с вами будем учиться на протяжении нашего пути, мы начнем запускать эту энергию – эти мощные, трансформирующие потоки, которые будут менять нас изнутри, на самом глубинном уровне. Тем самым они будут проявляться в нашей реальности, эти потоки будут активно формировать нашу действительность, которые, в свою очередь, выражаются и реализуются через наши подлинные желания.

И, дорогие читатели, будьте предельно аккуратны и осторожны в своих суждениях и действиях, в своём подходе к познанию мира и себя. К чему мы на самом деле хотим прийти? Стремимся ли мы к разделению, к дроблению, к разбору всего сущего на мельчайшие частицы – или же мы хотим прийти к объединению, к укрупнению, к целостности, к видению общей картины? Как вы думаете, источник всего сущего – он один, единый и неделимый, или же источников на самом деле много? Суть одна, или же сути многообразны, как грани драгоценного камня?

Когда мы начинаем делить, когда мы начинаем разделять всё на запчасти, углубляться в какие-то мелкие детали, копаться в нюансах – то мы, по сути, анализируем. Мы начинаем

идти в материю, мы погружаемся в неё с головой. Наш мозг, наш разум, поддаваясь этому процессу, начинает разделяться, он начинает судорожно метаться, суетиться, пытается запомнить и обработать огромный объём информации. Если вы хотите, чтобы ваш мозг был спокоен, уверен и работал эффективно, если вы хотите, чтобы ваш мозг выполнял свою главную задачу – правильно распознавал ваши истинные желания и давал вам реальные возможности для их реализации в жизни – то тогда вам необходимо гармоничное движение. Вам нужно движение сверху вниз, уравновешенное встречным движением снизу вверх.

То есть, вы должны научиться не только анализировать, не только разбирать, раскладывать детали на составляющие, компоненты, вектора, типажи и так далее. Вы должны научиться главному – синтезировать, то есть научиться всё это объединять воедино и смотреть, куда это всё ведёт, к чему это всё стремится, какую общую картину это всё формирует.

Мы предлагаем для начала научиться за собой осознанно наблюдать, как бы со стороны, не осуждая, но фиксируя. Но самое основное – это то, что мы можем сделать вместе, друг с другом, в нашем взаимодействии.

Мы можем создать восходящий поток энергии. Этот поток не может возникнуть и существовать только внутри одного человека. Мой разум никогда не сможет самостоятельно проникнуть к моим глубинным желаниям, моим сознанием я никогда не смогу полностью заглянуть в своё подсознание. Но, создавая совместный восходящий поток, начиная правильно и гармонично взаимодействовать друг с другом, мы создаём для себя дополнительную подъёмную силу. Эта сила и поможет нам увидеть тот самый уровень желаний, прояснить его, понять. Где мы свои возможности поднимаем совершенно на другой, более высокий уровень, помогая друг другу в этом процессе.

Система мироздания работает по своим законам: в одиночку, предоставленный самому себе, человек может лишь падать вниз, теряя силы и направление. Но вместе, объединившись, мы обретаем силу для подъема вверх. Наша задача – гармонично соединить эти две системы: чтобы энергия текла внутри нас сверху вниз, от высшего к материальному, а снаружи мы, поддерживая друг друга, помогали подниматься снизу вверх, от материального к духовному. Это танец взаимодействия, где каждый элемент важен.

Эта книга посвящена одной главной цели: как научиться, как понять те самые инструменты, благодаря которым каждый из вас сможет настроиться на вибрационную частоту этой высшей управляющей силы. Как выстроить эту незримую, но такую важную связь с этой высшей силой. Вы должны получить не просто знания, а действенные инструменты, практические навыки, и, самое главное, научиться ими мастерски пользоваться, чтобы трансформировать свою жизнь.

Знания сами по себе, будучи лишь теоретической информацией, никакой практической пользы не несут. Главное – не само знание, а то, насколько вы сможете эти знания использовать в своей жизни, применять их на практике.

Инструменты, которые вы получите в этой книге, – это не просто информация, а практическое руководство. Оно поможет вам реально применять эти инструменты в своей жизни и получать тот долгожданный результат, за которым вы пришли.

Глава 3. Семья – Работа – Общество. Главные инструменты реализации своего потенциала

В прошлой главе мы разбирали ТЕЛО-РАЗУМ-ДУХ – три составляющие человека. Задача человека – стать каналом, через который проходят возможности, энергия и жизненная реализация, чтобы полностью раскрыть свой потенциал и воплотить его в мире.

Эта глава посвящена тому, как три сферы – Семья, Работа и Общество – связаны между собой и формируют основу нашей материальной плоскости. Ведь именно в обществе человек получает оценку своих достижений и своего места.

СЕМЬЯ – это не просто формальное понятие, включающее родителей, детей и других родственников. Это, прежде всего, сфера ваших близких и доверительных отношений. Человек – существо социальное, и ему жизненно необходимы близкие люди, те, кто неравнодушен. Каждому из нас очень важно иметь того, кому можно открыть душу, с кем можно искренне поговорить, кто поддержит в трудную минуту. Поэтому сфера Семьи охватывает людей, которые находятся рядом, создавая атмосферу тепла, близости и доверия. Это те отношения, которые дают нам опору и чувство безопасности.

Сфера РАБОТА – это моя территория самореализации. Это может быть не просто официальная занятость, а любое хобби, собственный бизнес или дело, которое приносит удовольствие. Важно, чтобы это было что-то, где я себя проявляю, где я активно созидая, создаю, чем-то активно занимаюсь. Это та область, где я чувствую, что мой вклад реально идёт в мир, и я, в свою очередь, получаю что-то ценное взамен – будь то признание, развитие или просто удовлетворение от процесса. Как гласит известная поговорка, «труд сделал из обезьяны человека». Поэтому для гармоничного существования человеку крайне важно иметь две опоры: с одной стороны – тёплые, доверительные отношения с близкими, а с другой – активное занятие чем-то значимым. Бездействие и праздность, к сожалению, разрушают личность.

Если у человека нет близких людей, он может оказаться в состоянии глубокого, гнетущего одиночества, даже находясь среди множества людей. Это когда вокруг есть другие, но нет ни одного близкого, с кем можно было бы искренне поделиться мыслями, чувствами, радостью или печалью. Такому человеку, возможно, лучше держаться подальше от оживлённого общества, где такая изоляция чувствуется особенно остро, и найти уединение, где он сможет спокойно заниматься собой и находить внутреннее умиротворение. Однако, попадая в социум без поддержки близких, он рискует испытать ещё большее чувство отчуждённости и страдания.

Аналогичная ситуация складывается и с человеком, который совершенно лишён желания что-либо делать, ничего не созидает и не стремится к активности. Такому человеку также будет некомфортно в обществе. Люди могут относиться к нему с подозрением, ведь отсутствие активности и созидательности бросается в глаза. У него нет ни близких отношений, ни видимых результатов труда, ни продуктивной деятельности. Это состояние, когда человек чувствует себя изолированным не только от близких, но и от самого процесса жизни.

Семья – это фундаментальная ячейка общества, которое, в свою очередь, подобно сложной картине, собранной из множества элементов. Каждый элемент этой картины – это семья. Причем семья – это не только привычное представление о матери, отце, сыне и дочери. Это гораздо более широкое понятие, включающее в себя целые родовые узы: родителей, братьев, сестер, многочисленных родственников. Это глубокие, выстроенные отношения внутри рода.

Работа – также является важной ячейкой общества. Каждый человек должен ощущать свою значимость, приносить пользу, быть чем-то занятым. Иными словами, каждый должен стать социально полезным элементом в этой большой структуре – обществе.

Таким образом, Семья и Работа – это основополагающие столпы нашей жизнедеятельности. Однако, чтобы эти сферы функционировали гармонично, они должны быть неразрывно связаны и интегрированы в общую структуру, которую мы называем обществом.

В этой главе мы глубже разберемся в сферах Семьи, Работы и Общества. Важно понимать, что эти сферы необходимы для полноценной жизни, но в современном мире нам все сложнее находить в них свое место и реализовываться.

Например, сфера СЕМЬИ сейчас переживает серьезный кризис. Людям становится труднее уживаться вместе, появляются новые формы отношений, такие как однополые браки, семьи с родителями 1 и 2, матери-одиночки. Возникает множество сложностей и перекосов. В сфере РАБОТЫ тоже немало трудностей. Многие люди растеряны, не знают, где и кем им стоит работать. Стремясь к высокому заработку, они часто выбирают популярные профессии, не задумываясь, есть ли у них истинная тяга к такой деятельности.

Поэтому так важно разобраться в устройстве Сферы СЕМЬИ и Сферы РАБОТЫ, а затем грамотно увязать их с ОБЩЕСТВОМ. Когда эти три сферы сбалансированы, это напрямую отражается на нашем здоровье. Мы обретаем жизненный тонус, необходимый для полноценной и счастливой жизни.

Мир и человек подчиняются определенным законам природы, которые определяют их устройство и взаимодействие. Одним из ключевых аспектов является баланс сил мужского и женского начала, а также их гармоничное соединение, ведущее к максимальной эффективности в жизни.

Брак между мужчиной и женщиной – это не просто союз двух людей, а уникальная возможность для соединения противоположностей. На этой основе рождается нечто качественно новое, поднимающее отношения на новый уровень. Ярким примером такой продуктивности является рождение детей – брак становится плодотворным, порождая новые ступени развития для обоих партнеров. Кроме того, мужчина и женщина могут активно способствовать духовному росту друг друга, выходя за рамки исключительно физического аспекта отношений. Люди одного пола, напротив, не всегда способны предоставить друг другу ту необходимую разницу потенциалов, которая стимулирует глубокое и эффективное развитие. Они могут поддерживать друг друга, получать взаимное удовольствие и комфорт, но их совместное развитие, скорее всего, будет происходить на более ограниченном, поверхностном уровне.

Ключевым моментом является осознание того, что именно две противоположные силы, такие как энергии получения и отдачи, воплощенные в мужском и женском началах, являются источником созидания и раскрытия нового. Именно поэтому мы и созданы разнополами: только взаимодействие этих разных энергий позволяет выйти на принципиально новый уровень, создать что-то значимое, а не просто существовать и наслаждаться текущим моментом. Безусловно, можно прожить жизнь в одиночку, находя удовольствие в каждом дне, но, если главной целью является личностное развитие и стремление к раскрытию новых горизонтов, необходимо четко понимать, что именно способствует этому процессу, куда можно двигаться и как в себе пробудить скрытые, еще не раскрытые уровни потенциала.

На духовном уровне, который мы можем назвать уровнем «МЫ» или уровнем Законов, существует глубинная связь между всеми нами. Мы являемся частью единого общества, единого целого, подобно клеткам одного организма. Именно на этом высоком уровне заложен наш истинный потенциал и неиссякаемый источник энергии для реализации. Это та высшая точка, где каждый из нас может по-настоящему ощутить свою неповторимую уникальность, определить свое место и предназначение, как в обществе, так и в масштабах всего мира.

Однако пока мы находимся на более низком, материальном уровне, который можно обозначить как уровень «объектов», каждый из нас существует как человек, состоящий из трех неотъемлемых частей: нашего физического ТЕЛА, нашего РАЗУМА с его мыслями и сознанием, и нашего ДУХА – нашей глубинной сути. И вот тут кроется очень важный и по-настоя-

щему интересный момент: чтобы реально раскрыть и воплотить свой потенциал, чтобы запустить тот самый поток энергии с уровня «МЫ» к нашему личному уровню «Я», необходимо научиться правильно выстраивать связи с другими людьми. Ведь энергия, питающая нас, исходит из общей системы, от Всевышнего, проходя через других людей и достигая нас.

Таким образом, если мы не взаимодействуем на уровне «Я+Я», если мы не коммуницируем с окружающими и не строим с ними гармоничные отношения, то, по сути, мы даже не можем в полной мере осознать, что значит быть человеком. В качестве яркого примера можно привести историю Маугли. Лишенный человеческого общения, семьи, работы и поддержки общества, он не осознает себя человеком. Он остается на уровне животного, радуясь жизни по-своему, но при этом совершенно не понимая, сколько большего он мог бы достичь, сколько новых возможностей и радостей открылось бы ему, если бы он смог увидеть и понять, как именно он мог бы реализовать себя в полной мере.

Уровень «МЫ» является духовным, он содержит в себе наш скрытый потенциал. Однако, этот потенциал находит свою реализацию через уровень «Я+Я», который охватывает такие сферы, как СЕМЬЯ, РАБОТА и ОБЩЕСТВО. Ключевым элементом в этом блоке являются сами люди.

Высшая сила, Творец, проявляет себя именно тогда, когда люди собираются вместе, объединяются и выстраивают между собой связи. Основой для построения таких коммуникаций служат гармоничные отношения.

Важно понимать, насколько эффективно вы умеете выстраивать гармоничные отношения – как с близкими, так и с дальними людьми. Это напрямую отражается на вашем ощущении. Чувствуете ли вы, что вас окружают позитивно настроенные люди, и сами настроены позитивно? Или, наоборот, вы ощущаете вокруг агрессию, недовольство и постоянные претензии? Даже если у вас лично все в порядке, но вас окружают негативно настроенные люди, вы не сможете расслабиться, полноценно реализоваться и раскрыть заложенный в вас потенциал. Ведь для раскрытия и реализации вашего потенциала необходима поддержка других людей – тех, кто поможет вам в этом процессе.

Человек по своей сути призван быть своего рода каналом. Его основная задача – научиться мастерски проводить через себя энергию, направляя ее в общество, к другим людям. Это означает, что через вашу личность должен протекать такой поток энергии, который приносит благополучие не только вам самим, но и всем окружающим.

Только представьте, какой эффект это может произвести! Когда человек находит свое истинное любимое дело, например, когда его переполняет энергия творчества, он через себя пропускает огромные возможности и мощные потоки энергии. В таком состоянии он буквально светится изнутри, полон жизнерадостности и воодушевления, он искренне открыт миру и наслаждается каждым моментом жизни. Присутствие такого человека рядом само по себе создает приятную, позитивную атмосферу.

Крайне важно осознать, что же именно препятствует этому процессу. Очень часто мы попадаем в ловушку, закливаясь исключительно на себе, своих проблемах и желаниях. Иногда это происходит из-за чрезмерной концентрации на других людях, на их ожиданиях или осуждении. Также нередки случаи, когда люди застревают на материальном уровне, видя смысл жизни только в обладании вещами, или, что еще более пагубно, уходят в крайности духовности, полностью забывая о реальных людях, семье и социальных связях. Нам необходимо научиться находить золотую середину, правильно соединяя противоположные части нашей жизни. Это значит, что нужно уметь не только учитывать собственные интересы, но и полноценно принимать во внимание интересы других людей, а также понимать, насколько все это соответствует реальному положению дел в мире. Важно развивать в себе способность видеть мир объемно, многогранно, жить в полном согласии с собой, с окружающими людьми и с миром в целом. Научиться жить полной, насыщенной жизнью, принося ощутимую пользу как себе, так

и другим, и всей огромной системе, частью которой мы являемся. И если человек достигает

этого, если он реализует эти принципы, то, по сути, он выполняет свое главное предназначе-



ЧЕЛОВЕК |

На рисунке 1 представлено, что человек является ключевым соединяющим элементом, способным гармонично связать духовное и материальное. Человек – это уникальное творение природы, наделенное способностью осмысливать высшие системы, раскрывать духовное начало, познавать заложенный в нем потенциал и осознавать ту значительную роль, которую он может сыграть в жизни. Человек обладает уникальной возможностью соединять два мира: духовный мир – мир законов, невидимых сил и принципов, и материальный мир – мир объектов, действий и проявлений, который мы воспринимаем вокруг себя.

Степень, в которой человек научится правильно выстраивать эти связи, напрямую определяет его способность соединить духовное и материальное, а также воплотить свой внутренний потенциал в реальность. Когда это происходит, человек поднимается на новый уровень развития. Каждый такой переход открывает перед ним новые, расширенные возможности для работы над собой, для построения эффективного взаимодействия с другими людьми и для более глубокого понимания и участия в функционировании всей системы, которая проявляется как общество.

Каждый из нас, безусловно, может быть по-своему замечательным, ярким и выдающимся человеком. Представьте себе идеальный электрод – красивый, блестящий, совершенный. Но сам по себе, в изоляции, он бездейственен и бесплоден. Он не способен «законтачиться» ни с чем, искра не проскакивает. И если мы не научимся создавать этот «электрический разряд», эту необходимую связь между собой, налаживать её, точно настраивать, находить то самое оптимальное расстояние, чтобы прошла энергия, зажглась лампочка – тогда вся наша индивидуальная «классность» становится никому не нужной.

Поэтому самое важное для нас – это не только быть выдающимися сами по себе, но и научиться совместно создавать нечто общее. То есть, освоить искусство запускать этот энергетический разряд, между нами. И здесь крайне важно понимать, что значение имеет не столько то, что находится внутри каждого из нас по отдельности (внутри тебя или меня), сколько то, что происходит, между нами. Высшая сила, божественное начало, проявляется только тогда, когда люди устанавливают контакт друг с другом. Для этого необходимо минимальное количество участников – как минимум двое, чтобы между ними что-то могло проявиться, чтобы они вместе ощутили нечто новое. Попытка раскрыть Творца, эту высшую силу, в полном одиночестве – бессмысленна. Это невозможно, потому что через одного человека никакие трансцендентные процессы не идут. Только тогда, когда между людьми начинают происходить эти процессы взаимодействия, можно почувствовать в них новое, более высокое качество.

Иными словами, если вы хотите раскрыть свое духовное начало, вам обязательно нужен партнер. Если вы пытаетесь делать это в одиночку, это можно сравнить с самоудовлетворением: минимальное удовольствие получить возможно, но отсутствует красота, глубина, истинное качество. Точно так же, когда вы исследуете духовность, пытаетесь понять ее суть и раскрыть для себя, вы можете делать это в уединении. Но это лишь начальный этап, своего рода подготовка, лишь маленький кусочек пути. Если же вы стремитесь в полной мере охватить весь спектр духовного, вам необходимы другие люди – те, с кем вы сможете этим заниматься и делиться. Аналогично, ваш собственный, пусть даже невероятный, потенциал нуждается в том, чтобы на ком-то проявиться. Нужен «материал», объект, на котором этот потенциал сможет раскрыться и показать себя во всей красе.

Давайте начнем с первой части – сферы близких отношений.



рис.2

На рисунке 2 показано, что мой личный потенциал, например, в области творчества, ограничен моей собственной энергией. Я могу сам в себе раскрыть эту энергию творчества, используя свои личные силы и внутренние ресурсы для запуска минимального уровня реализации. Однако, по-хорошему, творческая энергия ребенка должна раскрываться родителями. Если родители создали для этого благоприятные условия, ребенок творит. Если же эти условия не были созданы, то, к сожалению, самостоятельно ему будет гораздо сложнее раскрыть свой творческий потенциал.

В любом случае, нам необходимо близкое окружение, чтобы в нас раскрылась сила творчества, и мы смогли реализовать себя в этой сфере. Поэтому, когда объекты (люди) настраиваются друг на друга и правильно запускают процессы взаимодействия, они начинают подвергаться воздействию сил, которые меняют их, раскрывают, развивают и позволяют по-другому реализоваться в жизни.

Необходимо усвоить одно: если вы стремитесь реализовать свой жизненный потенциал, который, по сути, является частью духовного мира, мира Творца, мира высшей системы, то вы должны научиться выстраивать прочные связи между людьми. Это касается как семейных отношений, так и сферы работы, и, в конечном итоге, всего общества.

Очень важный момент: если у вас возникают трудности в построении нормальных отношений в семье – постоянные скандалы, ссоры, невозможность найти общий язык; на работе – желание получать больше и готовность делать больше, но отсутствие соответствующей оплаты; в обществе – стремление быть уважаемым и признанным, но ощущение себя «никем» – то вы должны понимать: если у вас не получается реализовать себя на этих, казалось бы, простых уровнях, это означает, что в вас заложен гораздо более значительный потенциал.

Сила природы, сила Творца запрограммирована таким образом, чтобы вы не останавливались на малом. Это не просто поиск семьи, работы и последующая спокойная, комфортная жизнь, хотя и такие люди существуют. Это люди с потенциалом небольшого уровня, который они раскрыли и реализовали, и они чувствуют себя хорошо. Но если ваш потенциал велик, если в вас заложена огромная сила, и вы очень полезны и нужны миру, то вы не сможете удовлетвориться малым. Вам просто не предоставят таких возможностей, пока вы не разберетесь, как раскрыть свой потенциал в полной мере. По сути, вам не дадут спокойно жить в этом мире.

Поэтому так часто люди ищут решения проблем, ответы на вопросы: почему кто-то живет и радуется жизни, а у меня все время что-то не так, и почему мне все время чего-то не хватает? Ответ прост: потому что ваш потенциал больше, и вам необходимо разобраться, как работает вся система в целом, и только после этого начать воплощать ее в жизнь.

Что касается глубокой и важной темы семьи и близких отношений. Для того чтобы успешно выстраивать эти самые отношения, чтобы действительно запускать ту мощную силу, называемую творческой энергией, и чтобы преуспеть в коммуникации с близкими людьми – например, между мужчиной и женщиной, которые являются основой семьи, – необходимо глубоко разобраться в тонкостях устройства мужской и женской природы. Это непростой вопрос, который требует детального изучения.

Сейчас мы не будем углубляться в полные детали, так как эта тема заслуживает отдельного, обстоятельного рассмотрения. Обо всем этом будет написана целая книга. В ней читатели, познав фундаментальные духовные законы, смогут получить ясное представление о том, как устроен наш мир, как происходит взаимодействие между мужской и женской силой. Они смогут понять даже такие, казалось бы, элементарные вещи, как причины различий между мужчиной и женщиной, которые коренятся в их по-разному проложенных путях развития. Например, мужчина проходит через особый путь становления. Он должен сам себя утвердить, пройти через испытания, самостоятельно доказать миру, что он силен, что он настоящий мужчина, способный принимать решения и действовать. Он должен научиться преодолевать свои внутренние барьеры и внешние препятствия.

Женщине ни в коем случае нельзя идти по мужскому пути. Ее предназначение – раскрывать себя, исследовать новые и новые пласты своей личности, свои глубинные области. И когда мужчина уже состоялся, когда он стал сильным, а женщина глубоко раскрыла себя, увидела всю свою внутреннюю глубину, только тогда они могут начать гармонично взаимодействовать. Именно тогда они смогут правильно соединить свои силы, и результатом станет качественное взаимодействие и истинная гармония. Это проявится не только на физическом, но и на социальном уровне, и, конечно же, на душевном. На душевном уровне они будут относиться друг к другу как к самым близким людям.

Эти различия, которые есть в каждом из них, они научатся правильно использовать и соединять. Они не должны быть одинаковыми – напротив, эти различия позволяют им раскрыть дополнительный мир – мир их взаимоотношений. И, как следствие, они раскрывают дополнительную силу: силу любви, силу эффективных коммуникаций, силу отдачи. Эта сила позволяет ощутить особую энергию, почувствовать реализацию, испытать восторг, воодушевление, любовь. Это та самая дополнительная сила качества, которая возникает между людьми при их правильном и адекватном взаимодействии.

В этом вопросе необходимо разбираться. Ведь это действительно уникальные аспекты, которые помогают человеку увидеть наши противоположности и научиться гармонично их соединять. Наша общая результативность напрямую зависит от того, насколько умело мы сможем соединять эти две противоположности адекватно, и насколько глубоко мы понимаем и умеем гармонично их сочетать. То есть, нужно разобраться, каким образом мужчина и женщина могут помогать друг другу. Ведь именно мужчина и женщина составляют основу семьи, они – папа и мама, которым предстоит не только родить, но, что самое главное, воспитать детей.

И вот вам еще одна схема, касающаяся воспитания

Самовосп



Самообучени



На этой схеме представлены три уровня:

– **Красный уровень – внутренний, духовный.**

– **Желтый уровень – социальный.**

– **Зеленый уровень – материальный.**

Как видно из схемы, ребенок развивается снизу вверх: от первого уровня ко второму и затем к третьему.

Когда рождается маленький ребенок, мы видим в первую очередь его тело. Его разум еще не проявлен, его душевные качества тоже еще не видны. Мы видим только его тело, которое начинает развиваться. И чем занимается маленький ребенок? Он познает мир, он саморазвивается. Если оставить маленького ребенка в покое, он обязательно найдет себе занятие: будет куда-то залезать, что-то разбирать. В нем заложена программа саморазвития.

А чем должны заниматься родители? Пока ребенок занимается саморазвитием, они должны заниматься его воспитанием. Но что такое воспитание? Это не столько обучение ребенка чему-либо, сколько личный пример. То есть, пока ребенок саморазвивается, он активно впитывает от родителей свою внутреннюю часть. Он внимательно, автоматически сканирует родителей и набирает внутрь себя от них либо любовь, либо ненависть. Если родители коммуницируют друг с другом и создают поле любви, то ребенок напитывается этим полем, принимая от родителей здоровую жизненную программу.

И когда он станет взрослым, самостоятельным человеком, именно на третьем, материальном уровне, проявится то, что он впитал от родителей – насколько правильно они его воспитали, или как умели, как могли.

Действительно, в современном мире существует огромное количество методик и подходов к воспитанию детей. Если присмотреться, то значительная часть из них, примерно 80%, не всегда приводит к ожидаемому успеху. Мы хотим донести до вас ключевую мысль: не стоит чрезмерно углубляться в материальные аспекты воспитания, не нужно пытаться кого-то специально учить, навязывать готовые шаблоны или клише, которые могут оказаться неэффективными.

Самое главное, что должны сделать мужчина и женщина, – это выстроить между собой глубокие, гармоничные связи. Им необходимо создать вокруг себя особое «поле любви». А это поле любви, по сути, и есть та самая основополагающая программа. Когда мужчина и женщина правильно выстраивают свои взаимоотношения, происходит запуск той самой программы, которая исходит из этого поля любви. В результате создается уникальная среда, определенная «консистенция», которая активно способствует развитию того колоссального потенциала, что заложен в каждом из нас.

Поэтому первостепенная задача – научиться глубоко разбираться в себе, в своей собственной, уникальной природе. Ведь внутри каждого из нас находится целый мир, целостная и неделимая духовная система. В этой внутренней системе нет разделения: мужское и женское начала существуют в единстве, так же как сила отдачи и сила получения неразрывно связаны.

А вот на внешнем, материальном уровне эти аспекты часто оказываются разделенными. И поэтому, если мы стремимся запустить преобразующий процесс внутри себя, начать ту самую внутреннюю трансформацию, то на внешнем, материальном уровне это происходит через взаимодействие мужчины и женщины. Насколько успешно вы сможете разобраться в этих тонкостях и научиться правильно, гармонично соединять эти два начала, настолько и будет эффективным ваш путь.

Крайне важно не только стремиться к чему-то хорошему, но и глубоко изучать и понимать, как устроены фундаментальные законы бытия. Недостаточно просто желать добра – необходимо научиться реально помогать своим близким. Нельзя просто ждать, что «вот я сделал первый шаг, и они тоже последуют моему примеру», особенно если они сами не в состоянии этого сделать. Кто им поможет, если у них нет собственных сил?

Поэтому ваша задача – не только учиться самому, но и помогать другим, подсказывая им, где можно черпать силу. Но как стать сильным самому, если еще не совсем понятно, что именно делать? Здесь кроется очень важный момент: мы говорим о том, чему необходимо научиться, и в конце этой главы мы подробно расскажем, с чего именно стоит начинать. Мы объясним, где найти силы, когда родные и близкие не могут вам помочь. Ведь для того, чтобы что-то предпринять, необходима поддержка, нужен отклик с другой стороны.

В семейной сфере, возможно, вы больше всего стремитесь к построению счастливых, доверительных отношений с близкими. Но как этого достичь, если с их стороны нет должной поддержки? Возможно, они не могут, не способны, постоянно проваливаются в какие-то трудности, или с ними случается что-то непредвиденное, или вы сами не всегда можете себя контролировать. Как сделать так, чтобы они начали помогать вам? Для этого необходимо понимать, с чего следует начинать выстраивать эту важную сферу – Семья-Работа-Общество. Конечно, интуитивно хочется начать с близких отношений, но тогда возникает вопрос: **кто будет помогать вам? Справитесь ли вы сами? И сможете ли вы оказать реальную поддержку своим близким людям?**

Об этом мы поговорим подробнее, но чуть позже.

Все мы знаем, что корни многих проблем уходят в детство. Первый кирпичик в фундамент будущих страданий закладывается на самом первом, духовном уровне, именно от родителей, именно от того поля, которое они создали в семье.

Возвращаясь к схеме на Рис. 3, важно отметить, что в процессе развития маленького ребенка необходимо закладывать его внутренний стержень. Крайне важно создать для него гармоничные условия для воспитания, чтобы он впитывал правильные модели поведения, наблюдая за взаимодействием между мамой и папой. Поэтому очень важно, чтобы семья была полной, чтобы ребенок впитывал эти образцы. Важно, чтобы мама и папа любили друг друга, и чтобы ребенок это ощущал и впитывал.

А теперь представьте, что этого не происходит. Семья неполная, мама с папой постоянно ругаются. Вместо того чтобы заниматься воспитанием ребенка, они занимаются его «развитием» – он становится умненьким, в два года читает стихи, но внутри остается пустым. Впоследствии ему будет очень тяжело по жизни.

Когда ребенок достигает второго уровня развития, запускается процесс самообучения. В этот период он проявляет активное желание учиться, стремится не просто развиваться, а буквально поглощать знания. И что мы, родители, обычно делаем в этот момент? Мы усиленно накачиваем его дополнительными, академическими знаниями – химией, физикой, математикой и прочими предметами. Мы говорим: «Иди, учись, получай пятерки в школе, будь самым умным».

Однако именно в этот переломный момент, когда ребенок готов воспринимать новое, ему необходимо правильно донести действительно нужную информацию. Ему нужно обучать его жизни как таковой. Важно научить его, как выстраивать гармоничные взаимоотношения с людьми, как устроена сложная система этого мира, как следует относиться к окружающему миру. Цель не в том, чтобы просто накачать его голову информацией и сделать ее умнее, а в том, чтобы помочь ему научиться жить, освоить фундаментальные законы коммуникаций – то, чему мы, к сожалению, очень редко уделяем должное внимание.

И, соответственно, на третьем уровне, когда вы уже стали взрослым человеком, когда вы сами себя воспитываете, возможно, вы являетесь самым умным и продвинутым человеком. Вы умеете развиваться, понимаете, что такое развитие, и в каком направлении следует двигаться. Вам объяснили, куда именно нужно развиваться, и вы искренне стремитесь разобраться в сути происходящего вокруг вас.

Или же вы все еще пребываете в замешательстве: не понимаете, куда нужно двигаться, как это сделать, что именно требуется предпринимать? Почему все происходит так, а не иначе, и каков смысл всего происходящего?

Крайне важно, чтобы на каком-то уровне у вас сложилось все гармонично. Важно, чтобы все составляющие соединились: чтобы у вас была ваша внутренняя суть, чтобы вам дали достаточно любви, чтобы ваше обучение было правильным – ваши мозги были направлены в нужную сторону. Но теперь, самое главное, важно, чтобы вы поняли, куда вам следует развиваться и как во всем этом многообразии разобраться.

И именно эта основа закладывается в нашей сфере – Семья.

Только представьте себе ситуацию: если вы не понимаете, куда вам следует развиваться, то, соответственно, вы не можете определить, какой человек вам нужен в жизни, чтобы идти вместе с ним. Вы не понимаете, что делать дальше, как что-то строить, как это осуществлять, как совмещать различные аспекты жизни. В душе вам хочется одного, а материальный мир предлагает совершенно другие возможности. Возможно, вы – прекрасный, искренний, чуткий, душевный человек, но окружающие женщины предпочитают видеть рядом с собой наглых, успешных и продвинутых бизнесменов с деньгами.

Теперь вы, я надеюсь, понимаете, насколько важно во всем этом разобраться. Это необходимо не только для того, чтобы научиться строить себя и выстраивать близкие отношения, но и для того, чтобы в дальнейшем суметь правильно направить своего ребенка, а не просто действовать кое-как и лишь бы как. Надеюсь, что с уровнем семьи и близких отношений теперь стало понятнее.

Следующий уровень, который мы рассмотрим, – это уровень Призвания.

Это уровень нашего следующего, более высокого потенциала, который раскрывается через нашу способность созидать. Сфера нашего призвания – это показатель того, насколько я нашел свою истинную роль, свое настоящее дело в этом мире. Как очень важно найти свою родственную душу, так же невероятно важно найти свое дело, то есть то, чем я буду заниматься с полной отдачей. Очень важно, чтобы я сам что-то чувствовал, сам что-то делал, созидал нечто полезное и важное. Важно, чтобы люди видели результаты моих усилий и говорили: «Ты такой молодец! Это так важно для людей, ты так помогаешь, ты действительно делаешь что-то хорошее».

На рисунке 4 наглядно показано, что энергия моего Призвания раскрывается и реализуется не в изоляции, а именно с людьми, для людей и при помощи людей. И самое важное условие для полноценной реализации этой энергии – это наличие партнеров. По сути, это и является основой всего.

Рассмотрим, к примеру, сферу бизнеса. Насколько я способен собрать вокруг себя команду энергичных, талантливых, признанных лидеров? Насколько я смогу их не просто объединить, но и, что гораздо важнее, удержать вместе? Ведь, если вдуматься, топовый человек – это, прежде всего, лидер. А лидер всегда обладает своей четкой точкой зрения, собственными убеждениями и уникальными взглядами. И чтобы проект был успешным, эта команда должна функционировать как единый, отлаженный механизм.

И здесь снова ключевым является «поле любви» – не в романтическом смысле, а как атмосфера взаимного уважения, доверия и поддержки между членами команды. Люди, которые объединились, связав себя общими, значимыми целями и задачами, смогли подняться над своей эгоистической сущностью «Я» и выйти на новый, более высокий уровень – уровень «МЫ».

«МЫ» – это уже духовный уровень, это состояние единой команды, где я сознательно поднимаюсь над своими личными интересами, над сиюминутными желаниями ради достижения общих целей команды. И только в таком состоянии мы можем работать как единый, слаженный и максимально эффективный механизм. Поэтому в сфере работы, в сфере Реализации, крайне важно разобраться, как все должно функционировать правильно. Не стоит просто бросаться вперед, начиная реализовывать себя где-то, как-то, без должного понимания. Ведь существует огромное количество людей, чьи жизни запутаны, а порой и неудачны, именно из-за того, что они, например, работают на нелюбимой работе.

Очень важно начать с простого вопроса: «Мне это нравится или мне это не нравится?». Кому-то это нравится, кому-то – нет. И очень важно понимать, что нравится или не нравится» – это лишь самая первая ступень. Важно идти дальше, глубже. Если мы говорим о сфере реализации, о сфере деятельности, то необходимо понимать, как работают духовные законы, которые оказывают влияние на нашу материальную жизнь. Важно разобраться, как эти законы функционируют и как они воздействуют на процессы взаимодействия между людьми, проявляясь в сфере работы.

Прекрасным примером служат деньги. Как человек взаимодействует с деньгами? Что такое деньги на самом деле?

Закройте глаза и представьте себе деньги. Что вы представили?

Скорее всего, вы представили материальные объекты: бумажки, материальные ценности, счет в банке и так далее. А как вы думаете, сколько людей могут представить нечто иное, например, реку, дождь, облако? Люди материализуют только те ценности, которые имеют духовный смысл. Мы же говорим, что за каждой материей стоит духовная суть, то есть причина, а мате-

риальное – это лишь следствие. Насколько важно подняться, уйти от материализма и выйти на уровень энергии, уровень возможностей!

И если мы говорим про деньги, то деньги – это средство. Ведь, по сути, вы хотите не сами деньги, а то, что они покрывают, – вы хотите удовлетворения своих желаний. И стоит разобраться: например, если я хочу автомобиль и для этого мне нужны деньги, так я хочу автомобиль или деньги? Вот насколько велика путаница у людей, которые на самом деле не понимают и путают средство с целью и самой сутью.

И что стоит за деньгами? За деньгами стоят люди. И насколько я полезен, насколько я занимаюсь любимым делом, насколько я реализован в обществе, настолько я буду оценен этим обществом (а общество – это прообраз ТВОРЦА). Я оказываю услуги, производжу продукцию не для себя, а для людей. И если я делаю это с любовью, с душой, при высоком уровне профессионализма, то, соответственно, общество будет меня вознаграждать деньгами.

А человек, как мы знаем, является каналом. Значит, у него есть точка входа и точка выхода. И стоит разобраться, как вы используете деньги на уровне «Я», на уровне «Я+Я» (для людей) и на уровне «МЫ». То есть, точка входа – это моя полезность, моя востребованность. А точка выхода – это то, как я эти деньги трачу: на какие цели, на что и зачем.

Тема денег – это, конечно, отдельная, очень важная тема, которая позволяет человеку начать понимать, что происходит в мире и как ко всему следует относиться. Мы не обучаем человека, как правильно зарабатывать деньги. Мы учим правильно относиться к происходящему вокруг, чтобы человек понимал: «деньги – это ответ людей на мою полезность, на мою экспертность». И это ответ на ту пользу, которую я приношу себе, получая удовольствие от того, что я делаю. Это ответ на пользу, которую я приношу людям, получая их признание. И это ответ на пользу, которую я приношу Миру через то, что я делаю, получая при этом новые возможности.

Итак, вам необходимо осознать три ключевых уровня.

Первый уровень – это понять, что вы действительно любите, что идет от самой души. Это, по сути, фундамент, отправная точка.

Второй уровень – это вопрос компетентности: умеете ли вы делать то, что любите? Стали ли вы настоящим экспертом в выбранной области? Это отдельная, очень важная тема, которая включает в себя глубокое понимание того, что значит быть экспертом: каково мышление эксперта, каково его отношение к делу, которым он занимается, как он воспринимает свою роль.

Третий уровень, самый интересный и, пожалуй, самый сложный – это польза. Приносите ли вы реальную пользу тем, что делаете? Важно понимать, что эту пользу невозможно определить самостоятельно. Она выходит за рамки личных интересов и даже интересов тех людей, которым вы непосредственно помогаете. Эта польза имеет значение для всего мира, для всей системы в целом. То есть, то, что вы делаете сейчас, должно быть полезно всему мирозданию. Эта польза должна давать какой-то значимый результат, который не можете адекватно оценить ни вы сами, ни даже те люди, которым вы непосредственно оказываете помощь.

Для того чтобы это понять, необходимо глубоко погрузиться в изучение законов природы, чтобы разобраться: действительно ли вы приносите пользу, или, возможно, неосознанно вредите. Это очень глубокая и обширная тема, требующая постоянного изучения и самоанализа.

Именно общее понимание законов природы, этих фундаментальных принципов мироздания, дает нам возможность разобраться и понять, как на самом деле устроены все жизненные процессы.

И как быть в ситуации, когда человек не видит результатов своего труда? Ведь невозможно оценить результат своей работы, если: вы ограничены своим собственным видением, или ваш круг общения сужен до тех немногих, кто высказывает вам свое мнение. Как вы можете понять – приносите ли вы пользу или нет? И как вы сможете увидеть реальный результат своей

работы, если: вы не осознаете глобального масштаба происходящего, не видите своей истинной роли в мире, не раскрыли свое предназначение?

И чтобы это выяснить, необходимо разобраться: что нужно миру, что требуется высшей системе от вас. Польза определяется не просто мнением людей, находящихся рядом с вами. То, что вы делаете, должно быть действительно полезно в рамках общих, глобальных законов системы. Вы – как сердце в организме, которое стучит, гоняет кровь, благодаря которому весь организм живет. Или же вы – подобно опухоли, возникшей в каком-то месте, которая считает себя самой классной, самой нужной и полезной, но на самом деле лишь истощает ресурсы организма. Здесь требуется очень аккуратный, постепенный подход. Необходимо прояснить, изучить законы мироздания, понять, как они работают. И только тогда вы сможете определить: действительно ли вы приносите пользу всему миру, или же ваша польза ограничена только вашим близким окружением.

Более того, что относится к сфере работы и призвания – это умение правильно соединять свои сильные стороны с сильными сторонами других людей. И, конечно же, умение компенсировать слабые стороны, потому что каждый из нас в чем-то силен, а в чем-то, безусловно, слаб.

Вы должны обладать чувствительностью к себе и честностью, чтобы понимать: где находятся ваши сильные стороны, а где – слабые. И такая же чувствительность к другим людям, чтобы не причинить друг другу боли, чтобы правильно соединиться, чтобы взаимно усиливать друг друга, чтобы компенсировать недостатки друг друга. И чтобы, действительно, соединяясь вместе, мы смогли создать нечто новое, нечто уникальное, чего не существовало раньше. И в этом также заключается успех вашей реализации: насколько вы можете соединить свои великолепные сильные стороны со сторонами других людей, где вы можете компенсировать слабые стороны друг друга, и при этом чувствовать себя счастливым, реализованным и полноценным человеком.

Когда мы все вместе выстраиваем правильные связи, когда мы нивелируем свои слабые стороны, усиливаем сильные и начинаем всё это соединять воедино – мы получаем целостную, мощную картину. Это и есть поле любви. А любовь – это единство, целостность, многообразие в одном. Её можно также назвать 100% потенциалом, который существует в сжатой форме. Однако ни один отдельный элемент не несёт в себе этого 100% потенциала. И только тогда, когда мы правильно выстраиваем эти связи, только тогда мы получаем 100% потенциальную возможность.

Итак, мы подошли к самому высокому уровню энергии – энергии Предназначения



Энергия

И здесь, для того чтобы запустить этот уровень энергии на реализацию, также необходимы партнеры. Этот уровень запускается на уровне Общества, на уровне пользы для всего общества как единого целого, как единого организма. И в одиночку это сделать абсолютно невозможно. То есть, если бизнес еще можно попытаться строить одному, а по-хорошему все успешные бизнесы – либо семейные, либо в партнерстве, то запустить энергию Предназначения, реализовать себя в обществе как полезный элемент, получить признание, реализацию, полную востребованность в обществе на 100% – это сделать в одиночку невозможно. Понять свою роль в глобальном мире через общество одному человеку, к сожалению, не дано. И чтобы человеку раскрыть свою духовную энергию Предназначения и еще и реализовать ее в этом мире, для этого обязательно нужны помощники – единомышленники.

И очень важный вопрос: с чего же нужно человеку начинать?

Итак, представьте идеальную ситуацию: вы развивались гармонично. В детстве вам дали все необходимое, запустили энергию творчества. Затем вы нашли свою вторую половину, и в семье царит благополучие. Вы нашли свое любимое дело, которое приносит вам достаточный доход, и вы наслаждаетесь тем, что делаете. Но со временем вам становится немного скучно: «А может быть, есть что-то еще?» Это естественный сигнал того, что вы созрели к раскрытию энергии Предназначения.

Однако жизнь не всегда складывается по идеальному сценарию. Возможно, в детстве вам не хватило любви, не дали всего необходимого. Возможно, ваши семейные отношения – это череда постоянных скандалов и ссор, или же у вас вообще нет никаких близких отношений. Может быть, вы никак не можете найти свое дело, а если и нашли, то доход от него недостаточен. Возможно, вы страдаете, чувствуете, что чего-то не хватает, и страстно желаете чего-то большего в жизни. Вы хотите реализоваться, но новые возможности почему-то не приходят. И возникает закономерный вопрос: как вам сейчас выстраивать отношения, как найти свое дело, если раньше это не получалось? Скорее всего, в одиночку у вас это все равно не получится.

В такой ситуации единственное, что вы можете начать делать – это раскрывать внешний уровень. Объединяйтесь с единомышленниками и начинайте раскрывать уровень своего Предназначения. Потому что у вас может просто не хватить времени, чтобы выстроить все с нуля. Поэтому, если у вас не получилось двигаться снизу вверх, от малого к великому, то сейчас у вас есть уникальная возможность начать движение сверху вниз. То есть, с единомышленниками раскрыть эту энергию Предназначения, понять свое место в жизни и запустить через себя этот поток энергии сверху – энергию системы, энергию Творца. И чтобы эта энергия автоматически раскрыла в вас понимание того, где вам нужно работать, с каким человеком вам нужно жить, и как выстроить все эти связи и коммуникации с людьми, начиная с самого нижнего и заканчивая самым верхним уровнем. Это ваш единственный шанс пройти кратчайшим путем, отодвинуть эту «задвижку», убрать этот заслон, чтобы хлынувший поток энергии промыл всю вашу жизнь и расставил все по своим местам.

Ваше предназначение – это ответ на вопрос: «Зачем я пришел в этот мир?». Это нечто большее, чем просто слова, это некоторая высшая субстанция, которая дает мне возможность реализовать себя. Ведь человек – это, в первую очередь, духовный объект, а тело – это всего лишь наша оболочка, своего рода скафандр или костюм. И именно ваше предназначение определяет, что вам следует делать. Существует высшая сила, высший разум, Творец, который имеет определенный замысел относительно каждого из нас. И разгадать этот замысел можно только тогда, когда ты начинаешь правильно выстраивать связи между людьми в нашем обществе.

Каждый из нас существует в своем собственном отражении или, скорее, в своем индивидуальном восприятии реальности. Мы чувствуем свое материальное тело, видим окружающий мир и других людей. Но есть и та часть нас, которая не проявлена, скрыта, и которая тем или иным образом влияет на каждого из нас.

Существует общее поле, доступ к которому есть у каждого, но которое мы часто не видим и не осознаем. Каждый из нас живет как бы в своей ограниченной коробочке, в своем личном мире, и мы не чувствуем, как на нас влияют общие, глобальные силы. Мы не ощущаем, как связаны между собой этим единым полем на внутреннем, глубинном уровне.

Мы не занимаемся вашим материальным уровнем – своим материальным вы будете заниматься самостоятельно. Мы не касаемся вашего социального уровня – выстраиванием связей в обществе, с близкими, и так далее, это тоже ваша самостоятельная задача. Наша цель – дать вам общее понимание законов, показывающих, как мы связаны между собой и как влияем друг на друга. Ваша задача – перевести эти законы на уровень коммуникаций между людьми, а затем и на материальный уровень реализации каждого из нас.

Всё задумано очень хитро: если мы хотим раскрыться в полной мере, нам дают такие возможности. Но если мы пытаемся действовать по-своему, как сами себе придумали, то таких возможностей не предоставляют. Поэтому ваша задача, на уровне связи между нами, – почувствовать и найти свое место в этом мире. Когда вы занимаете предназначенное вам место подобно пазлу, вам открывается весь объем того, о чем вы могли бы только мечтать в этой жизни. Главное – найти себя и занять свое место в общем социуме, в обществе. И тогда все, что вам предначертано, все, что уготовано каждому из нас, вы получите в должное время, в нужном месте, в должной последовательности и от нужных людей.

И тогда, дорогой читатель, вы поймете, что мы не боремся со страхом, не сражаемся с ним, а поднимаемся над ним, потому что он изначально заложен в нас. И поэтому мы начинаем с семьи – ведь в детстве в нас уже заложили эту программу. И это происходит не специально, не осознанно, так как наши родители сами этого не знали. Их, в свою очередь, тоже никто этому не учил, и, возможно, их самих воспитывали неправильно. В результате они воспитывали нас так, как считали правильным они. Так формируется общество, где к 35 годам человек уже является сформировавшейся личностью, живущей по определенным шаблонным убеждениям. И, соответственно, он проживает эту жизнь, продвигаясь через боль и страдания.

И если я хочу что-то выстроить, а мои близкие люди не очень к этому стремятся, или мы пробуем вместе, но у нас не получается, или я пытаюсь как-то реализоваться в жизни, а мне никто не помогает, поддержки не получаю – и вроде бы люди вокруг хорошие, но толку от этого мало. И здесь очень важный момент: когда вы пытаетесь что-то выстроить на том уровне, в котором вы лично заинтересованы, и когда кто-то лично заинтересован в вас – это уровень Семьи, уровень работы – вы не сможете быть объективным.

Например, ваш близкий человек переживает за вас. Он не может относиться к вам непредвзято, он всегда переживает и за себя, и за вас, он волнуется. У психологов есть правило: нельзя быть психологом для своих родственников и друзей, потому что они лично вам дороги, и вы не сможете трезво и здраво им помочь, так как вы переживаете и беспокоитесь за них.

А на работе ситуация еще сложнее. Все наши рабочие отношения зачастую завязаны на деньгах, и это очень непросто, ведь сфера работы – это сфера моей самореализации. Если кто-то что-то мне скажет, я могу обидеться, могу потерять деньги или столкнуться с другими неприятностями. Поэтому тренироваться нужно в той сфере, где нет личной заинтересованности.

Единомышленники – это именно тот уровень, с которого нужно начинать. Это тот уровень, который помогает вам разобраться в себе. Это те люди, которые помогают мне увидеть мои грани. Ведь если взять алмаз и огранить его, получится красивый бриллиант, который начинает сверкать своими гранями на солнце.

Единомышленники могут помочь вам выявить ваши сильные стороны, ваши слабые стороны, ваш потенциал, понять, что вы собой представляете, где находятся ваши истинные желания, а где – навязанные. Единомышленники помогут вам выявить вашу уникальность, потому что эти люди не заинтересованы в вас лично. У них нет корыстной заинтересованности в вас. У

них, так же, как и у вас, есть желание развиваться. Только представьте: эти, казалось бы, случайные люди, так же, как и вы, стремятся к развитию. Они, как и я, понимают, что мы должны помогать друг другу. И их не волнует, богат я или беден, в жизни злой или добрый. Их интересует только одно: чтобы я помог им, и они помогли мне. То есть, личная заинтересованность у единомышленников либо отсутствует, либо минимальна.

И очень важно, чтобы все дошло до конца, чтобы каждый получил свой уникальный опыт, чтобы каждый нашел что-то очень важное для себя, что поможет ему в жизни. И чтобы каждый смог реализовать то, что он приобрел, в своей жизни, в своей работе, с теми людьми, которые вас окружают. То есть, вы уже стали сильными, и вы сможете помочь людям, которые находятся рядом с вами. Вы сможете помочь им раскрыть себя, помочь и побудить их идти вам навстречу. Вы сможете объяснить и своим личным примером показать, как надо действовать, не просто теоретически рассказывать, а практически помогать им, потому что у вас появилась эта сила. Единомышленники «прокачали» вас, дали вам силу, чтобы вы смогли помочь тем людям, которые нуждаются в вашей помощи, и за которых у вас душа болит и «сердце кровью обливается».

Как работать с единомышленниками

То, что мы вам объясняем, как раз и помогает запустить внутренний процесс. В ходе этого процесса вы начинаете разбираться со своими мыслями, со своими желаниями, со своими действиями – это те процессы, которые происходят внутри вас. И чтобы понять, что именно происходит внутри вас, на что вы отвлекаетесь, какие у вас привычки, какие желания, какие действия, мы предлагаем вам выполнить упражнение «Осознанный наблюдатель». Это упражнение поможет вам увидеть себя изнутри и разобраться, как вы функционируете.

Однако одного этого упражнения будет недостаточно. Когда вы начнете работать со своими единомышленниками, вы как раз и будете запускать ту дополнительную силу, которая рождается от взаимодействия людей друг с другом. Поэтому необходимо создавать поддерживающее окружение, очень важно создавать доверительные условия, доверительную атмосферу, где вы сможете делиться тем, что происходит внутри вас. Нужно, чтобы вы рассказывали о происходящем с вами, показывали это, и чтобы другие люди могли видеть, что у них тоже происходит нечто подобное, ведь все процессы у нас протекают схожим образом. Ваши единомышленники тоже сталкиваются с аналогичными ситуациями и, возможно, уже сделали какие-то выводы. Важно, чтобы вы помогали друг другу видеть себя с разных сторон, чтобы вы дополняли друг друга.

Вы слышали выражение: «Наша жизнь – игра»? Так вот, нужно понимать, что за каждым материальным объектом, за каждым материальным действием стоит духовная причина, стоит духовный символ. И, играя на материальном уровне, мы тем самым запускаем эту программу. Таким образом мы повышаем чувствительность к себе на уровне «Я», повышаем чувствительность на уровне «Я+Я» и чувствительность по отношению к обществу на уровне «МЫ», мы повышаем чувствительность ко всей системе.

Мы запускаем этот процесс так, как будто он уже реализован. И об этом мы также будем говорить дальше: что такое уровень «БЫТЬ» и что такое уровень «ИМЕТЬ», что это, соответственно, духовный и материальный уровни.

И даже если вам не хочется, но вы приложили усилия, сделали это, и главное – с правильным намерением. Для чего вы это сделали? Зачем вы это сделали? – Для того чтобы поднять дух команды единомышленников, чтобы поддержать их, нести позитивную атмосферу.

И очень важно понимать, что ваше намерение определяет желание и действие.

И еще, чтобы вы понимали: может и не хочется, но здесь задача – проверить, как работает система. То есть, когда мне не хочется, но я продолжаю совершать действия, понимая, зачем они нужны. Именно тогда мы запускаем восходящий поток, когда никому ничего не хочется.

Ведь эти люди могут быть мне неприятны, или я вообще не хочу их знать. Но я наблюдаю, я ставлю эксперимент. И если вы будете делать и соблюдать правила – у вас получится уникальный и удивительный результат. Так в чем же суть эксперимента? Попробуйте дарить своим единомышленникам положительные впечатления, ощущения, даже если вам этого не хочется, и проверьте, что будет происходить. Понаблюдайте, что происходит с ними, понаблюдайте, как они влияют на вас – вам стало хуже или лучше? И если вам стало хуже, то далее в книге вы сможете разобрать, как работает ваше Эго и почему вам стало хуже. А может, вам стало лучше, и мы тоже расскажем, почему это произошло.

И очень важно, чтобы вы понимали: к практике нужно подходить, имея какой-то свой багаж ощущений и опыта, который вы прошли с единомышленниками. Вам нужно накопить чувственный опыт – как вы реагируете на других.

На рисунке 5 представлены очень важные аспекты: сфера семьи, сфера работы, сфера общества и сфера развития. Эти сферы чрезвычайно важны, так как с их помощью вы научитесь реализовывать свои истинные, внутренние желания, а не гнаться за чем-то внешним, преходящим.



рис. 5

Если человек не ощущает своей принадлежности, если ему не хватило любви, то, возможно, во внешнем мире он будет стремиться к накопительству: накапливать связи, стремиться накопить деньги. Он просто не понимает, как создать для себя состояние принадлежности, ощущение «близкие люди».

Если человек не чувствует собственной значимости по жизни, то он может гнаться за властью, за карьерой, просто потому, что не знает, как ощутить эту значимость иным путем.

Если человек не ощущает своей полезности, то он может стремиться к почестям.

Если человеку не хватает осознанности, то он будет гнаться за знаниями, воспринимая их как самоцель.

Мы очень хотим помочь вам разобраться, как в жизни реализовать не что-то внешнее, а как проявить вашу внутреннюю суть, чтобы внешнее притянулось к вам в том виде, который вам свойственен.

На рисунке 6 показано упражнение «Осознанный наблюдатель». Возьмите эту таблицу за основу и распишите, что вы делаете в течение дня, разделив это на три блока:

- **Первый блок – Я.**
- **Второй блок – Я+Я (взаимодействие с близкими, семьей, друзьями).**
- **Третий блок – МЫ (социальная сфера, работа, общество).**

И в каждом блоке обращайте внимание как на свое
внешнее проявление, так и на свое внутреннее состоя-

МЫ

Я+Я

В
р

К
п

Ч
д
б

С
о
н

Ч
к
з

И чтобы вы понимали: прогресс или положительный результат достигается тогда, когда мы не просто получаем какую-то информацию, а когда мы начинаем применять эту информацию, прилагать усилия. «По усилиям воздастся тебе». И энергию для подъема мы будем черпать только тогда, когда будем создавать это поле. И если вы будете правильно работать с единомышленниками, то вы как раз и получите эти дополнительные силы.

Все предопределено, все прописано и все работает по определенным законам.

Глава 4. Творчество – Призвание – Предназначение. Откуда берётся энергия, как находиться в состоянии потока. Внутреннее солнышко

В этой главе мы погрузимся в самые глубинные аспекты человеческого бытия, поговорим о жизненной реализации. Если предыдущие главы были посвящены основам – ТЕЛУ, РАЗУМУ и ДУХУ, то есть самому человеку, а также сферам его проявления: СЕМЬЕ, РАБОТЕ и ОБЩЕСТВУ, – то сейчас мы обратимся к фундаментальным уровням: ТВОРЧЕСТВУ, ПРИЗВАНИЮ и ПРЕДНАЗНАЧЕНИЮ. Именно эти составляющие определяют ту уникальную реализацию, которую каждый из нас способен воплотить в своей жизни.

На рисунке 1 представлены три взаимосвязанных

Жизненная ре



1. Первый блок – ТЕЛО-РАЗУМ-ДУХ. Этот уровень касается нас самих, нашей личной сути, всего, что составляет нашу индивидуальность.

2. Второй блок – СЕМЬЯ-РАБОТА-ОБЩЕСТВО. Здесь мы рассматриваем наши социальные процессы, взаимодействия с людьми, через которые черпаем силы и вдохновение. Именно в этих связях мы находим поддержку для раскрытия своего потенциала, и именно для этих людей мы можем его проявить и реализовать.

3. Третий блок – высший уровень, уровень «МЫ», на котором проявляется наша истинная суть и откуда исходит весь источник нашего наполнения. Этот уровень подчиняется иным законам, поскольку находится над материальным. Важно понимать, что духовное и материальное абсолютно противоположны и действуют по совершенно разным принципам. Это две разные системы, и мы будем постепенно раскрывать их взаимодействие.

Следует осознавать, что всё начинается с законов. В этой книге мы будем рассматривать именно духовные законы, по которым, к слову, функционирует и наш материальный мир. Мы постепенно подведём вас к пониманию этих законов, чтобы вы осознали их значимость, научились правильно применять и использовать во благо.

Духовное действует по несколько зеркальным принципам по сравнению с материальным. В материальном мире противоположности притягиваются: мужчина к женщине, добрый человек нередко притягивает к себе недоброго, и так далее. В духовном же мире объекты притягиваются по подобию свойств. То есть, на духовном уровне мы тянемся друг к другу, когда внутренне близки, когда наши свойства и намерения совпадают.

Например, что важно для построения крепкой семьи? На телесном уровне притяжение происходит между мужчиной и женщиной – двумя противоположными полюсами. Но самое главное – это душевное подобие, духовная близость, так называемое родство душ. Важно внутреннее соответствие: общие ценности, схожее восприятие мира, единое видение. Тогда в семье всё будет гармонично: внешне люди разные, но внутренне их суть едина.

Точно так же и во всех человеческих взаимоотношениях: внешне нас притягивают противоположности, а внутренне – сходство.

Чтобы человек смог понять и освоить духовные законы, ему необходимо уподобиться той силе, которая эти законы создала, в своих внутренних свойствах и качествах. Человеку нужно прийти по своему внутреннему подобию к Творцу, чтобы на собственном опыте прочувствовать, каково это – быть созидающим, творцом, отдающим, полезным. Как только мы внутренне достигаем схождения с этой управляющей силой, мы сразу начинаем чувствовать, видеть и понимать, как она действует, и можем проверить это на собственной жизни.

Поэтому наша первостепенная задача – глубоко понять эту систему, освоить принципы, по которым человек может разобраться в духовных законах. Ведь именно на этом уровне содержится вся информация о нас самих, о нашем истинном предназначении. Это тот пласт бытия, где сокрыты наши уникальные возможности, где заложен наш нераскрытый потенциал, и где мы можем обрести новые силы и энергии, открывая для себя совершенно новые горизонты.

В рамках этой главы мы подробно рассмотрим три ключевые энергии: энергию ТВОРЧЕСТВА, энергию ПРИЗВАНИЯ и энергию **ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ**. Мы узнаем, как запустить себя в полную силу, как активировать все свои возможности для полноценной реализации, для достижения счастья, радости и построения по-настоящему хорошей и благополучной жизни. Но, прежде чем мы сможем это сделать, необходимо основательно разобраться в том, как устроены духовные законы.

Наша с вами совместная задача – стать своего рода живым каналом, проводником той жизненной энергии, которую каждый человек естественным образом проявляет через творчество, через процесс созидания. Когда человек ощущает, что создаёт нечто по-настоящему значимое для этого мира, когда он творит и чувствует, как из самых глубин его существа рождается что-то совершенно новое, — именно в такие моменты он испытывает подлинное, глубокое

чувство удовлетворения и восторга. Он осознает свою силу, свою способность действовать, чувствует себя наполненным энергией и возможностями. Создавая, человек, как правило, получает в ответ заслуженное признание, одобрение, поощрение, материальное или иное вознаграждение.

По сути, в этот момент человек выступает как мост, соединяющий духовный и материальный миры, потенциал и его воплощение. Он получает возможность пропускать эту мощную творческую энергию из духовной сферы в материальную, преобразуя эту изначально расплывчатую, неуловимую, аморфную энергию во что-то конкретное и осязаемое в нашем мире, что принесет пользу другим.

Это можно сравнить с художником, который, поймав вдохновение, состояние потока, создает на холсте нечто восхитительно прекрасное. Люди восхищаются его творением, приходят в музей, радуются жизни. Художник провел энергию из духовного мира в материальный, воплотив ее в своем искусстве. Существует множество примеров, когда человек, пропуская через себя определенную энергию, добивается значимых результатов в материальном мире – для себя, для других людей, для общества в целом.

Вы должны осознать, что духовный корень присутствует в каждом из нас. Духовный уровень действует безусловно, он существовал, существует и будет существовать всегда. Однако многие люди проживают жизнь бессознательно, словно плывя по течению реки, которое бросает их из стороны в сторону, и они чувствуют свою беспомощность. Но если человек стремится разобраться в себе и жить осознанной жизнью, то есть выбрать путь, соответствующий его уникальности и тем свойствам, с которыми он пришел в этот мир, ему необходимо понять, как получить доступ к этому уровню.

Даже если человек никогда не сталкивался с этими понятиями и не задумывался о них, он все равно находится под воздействием этого уровня, поскольку он присутствует в каждом человеке и влияет на всех людей в мире.

Однако если возникает желание произвести определенные изменения, осуществить внутреннюю трансформацию, то для этого необходимо осознанно предпринять конкретные действия. Это сродни перезапуску компьютерной программы.

И если мы хотим добиться перемен, мы должны сознательно обратиться к этому духовному уровню и осуществлять изменения «снизу вверх». Нам нужно перейти от уровня «Я» и «Я + Я» к уровню «МЫ» в духовном пространстве. При этом важно понимать, что именно работая с этими тремя уровнями, мы и производим эту трансформацию.

В этой главе мы как раз и попытаемся раскрыть уровень «МЫ» – это тот уровень, на котором и происходят все эти глубинные изменения.

Духовный уровень – уровень «МЫ»

Уровень «МЫ» – это уровень законов. Дело каждого человека – самостоятельно понять, как эти законы функционируют, и как применять их в своей жизни, чтобы жить в соответствии с ними.

Очень важно осознать, что если человек занимается только собой, своим личным уровнем «Я», он развивает лишь первый блок. В таком случае у него может быть здоровое тело, ясный разум, свободный от эгоизма, а также чистая душа или сильный дух. Но это уровень духовно нежизнеспособный, означающий, что человек сосредоточен исключительно на себе. Между тем, предназначение человека неразрывно связано с обществом и духовной составляющей. Эта связь обусловлена наличием внутри каждого из нас своеобразной «точки», которая связана с высшей системой. Человек может привести эту точку в баланс и тихо наслаждаться жизнью. То есть, он может найти в этом мире свое уютное, комфортное местечко, никого не беспокоить и жить в своё удовольствие, постоянно успокаивая себя, избегая контактов с людьми и занимаясь внутренним саморазвитием. Однако этого недостаточно для того, чтобы по-настоящему раскрыть свой уровень предназначения, призвания и творчества.

И это всего лишь начальный этап, своего рода подготовка. Ведь когда человек встает на путь саморазвития, он неизбежно приходит к пониманию того, что можно двигаться дальше, достигать большего и получать от жизни гораздо более глубокие и насыщенные переживания. Для этого ему приходится, а в идеале – по собственному искреннему желанию, перейти на следующий, более высокий уровень взаимодействия. Точно так же, как он смог помочь себе, разобраться в себе и навести порядок на своем личном уровне «Я», теперь он обретает возможность взаимодействовать с другими людьми на уровне «Я + Я». Помогая им, он одновременно открывает для себя новые, ранее недоступные возможности, постигает новый уровень понимания мира и открывает для себя совершенно новый, более широкий мир. Другими словами, углубляясь в понимание того, как правильно выстраивать межличностные коммуникации, человек тем самым открывает для себя двери к новым, захватывающим возможностям.

И самое важное – это то, когда мы, взаимодействуя с людьми, начинаем видеть и понимать, как работают духовные законы, по которым устроена вся Вселенная. Именно тогда мы открываем для себя новый, высший уровень – уровень «МЫ». Уровень «МЫ» является результатом как нашей личной подготовки и самопознания, так и нашего гармоничного взаимодействия с окружающими людьми.

Это подобно тому, как в семье: сначала человек находится на уровне «Я», занятый самоудовлетворением. Затем, объединившись с женщиной, они создают семью, выходя на уровень «Я + Я». А если они идут дальше, то способны не просто родить, но и воспитать достойного члена общества – хорошего ребенка. То есть, в самой простой форме, мы с женщиной проявляем ТВОРЧЕСТВО, которое выражается в нашем ребенке. И миру мы становимся полезны тем, что воспитали хорошего человека.

И только представьте, каких высот может достичь человек на уровне своей профессиональной реализации! А теперь представьте, что он способен сделать на уровне исполнения своего предназначения – этих глобальных задач, когда человек чувствует свою полезность не только близким, не только семье, не только отдельным людям, но всей системе в целом, всему мирозданию.

Представьте себе эту бескрайнюю систему мироздания и себя — маленького человека. Но этот человек не затерян в ней, а нашёл свою уникальную роль, своё предназначение. Он ощущает, что его партия – самая главная, ведь он становится точкой соприкосновения, тем узлом, в котором сплетаются воедино духовное и материальное. Он чувствует эту колоссаль-

ную ответственность: на нём держится гармония. Вы – лишь малая часть этой вселенной, но именно вы служите тем фундаментом, на котором смыкаются эти две огромные системы.

Крайне важно, чтобы вы глубоко поняли это и тщательно разобрались. И если у вас возникнут вопросы, не стесняйтесь задавать их нам – мы обязательно на них ответим.

Ещё раз подчеркну: человек – это сложная, многогранная система, объединяющая в себе как духовную, так и материальную составляющие. Самый доступный каждому уровень, то, что человек способен реализовать своими силами, находится в его личном распоряжении – это пропустить через себя живительную творческую энергию, то есть полностью раскрыть свой уникальный творческий потенциал. И, что примечательно, человек в принципе способен осуществить это самостоятельно. Он может сам, приложив усилия, раскрыть заложенный в нем потенциал и направить его на благо своих самых дорогих людей – своих близких.

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.