

7 Найдите хорошее в неудачах

11 Слезы – наша самая большая сила

14 Тибетский монах открыл способ исполнения желаний

№9 (225) 2021

# ЖИЗНИ

ПОЗНАВАЙ, РАЗВИВАЙСЯ, ЖИВИ ОСОЗНАННО!



## Куда мы сливаем энергию?



Я тратила силы впустую и постоянно чувствовала усталость, пока не поняла, кто поедает нашу энергию.

Куда мы «сливаем» энергию, что ее вечно не хватает? Классика жанра – проснулся, и уже нет сил встать идти на работу. А ведь в норме человеку должно хватать на непрерывный труд от зари до зари. Наши прабабки растили по десять детей, одновременно управляясь с огородом, скотиной, птицей, да еще и полотенца вышивать успевали по вечерам, и никто не жаловался на выгорание, как современные мамашки с двумя детьми и посудомойкой под боком. У людей было больше сил? Больше энергии? Да, именно так! Энергетический голод, так же, как и энергетический вампиризм – изобретение XX века, раньше встречался очень редко. Так куда уходят силы и почему они слабо восполняются?

Откуда берется в нас энергия? Когда я была яркой материалисткой, я была уверена, что энергию вырабатывают митохондрии в клетках человека. Так нас учит биология. Покушал еды, накормил клетки питательными веществами, они заработали, митохондрии выделили электрическую энергию, которая задвигала руками/ногами. Но тогда возникает вопрос: почему моя соседка по офису только вернулась с обеда и уже жалуется,

что у нее нет сил работать?

Я знаю немало людей, которые отлично питаются, но при этом им лениво заняться собой, неохота выйти из дома, нет сил убираться в квартире, пусть по углам лежат вековые залежи пыли: «ну и ладно, что-то лень». Лень – это первый признак низкого заряда нашей внутренней батарейки. Энергичному человеку никогда не лень! Так, значит, у нас не все так, как у кошечек-собачек? Те по-

ели – побежали, а не еле ноги волочат. А у человека этот принцип не работает, потому что человек духовное существо, а не животное. Энергия, которая прежде всего движет нами, имеет более тонкую, духовную природу.

Я потратила пять лет, чтобы в этом разобраться. Вам же достаточно дочитать статью до конца. Я выяснила, что энергия электрическая, от митохондрий – это важная часть

Продолжение на 5 стр.



**Слушайте свое существо. Он постоянно дает вам подсказки. Это тихий голос. И если вы молчите, вы начнете это слышать.**

Ошо

## Многозначная логика

**Народ аймара составляет около четверти населения Боливии. Президент Боливии Эво Моралес – аймара по национальности. Живут они высоко в горах, в том числе у озера Титикака. Язык аймара вызывает большие сомнения в их земном происхождении.**

Ведь любой человеческий язык основан на принципах человеческого мышления и полностью отражает его, да по-другому и быть может.



Так вот все языки основываются на свойственной людям бинарной (двоичной логике). Да – нет, истина – ложь, добро – зло и так далее. Конечно, везде есть механизмы сомнения в истинности или ложности, субъективность этих понятий. Например, что для одного истина, для другого может быть ложью. Однако сама двоичность у всех одинакова. У всех, кроме аймара.

В их языке существует третий элемент. Например, истина, ложь и третье, что одновременно и истина и ложь, причем не субъективно для кого-то, а абсолютно объективно и самостоятельно. Честно говоря, в моей голове это как-то не укладывается. И так во всем. Это уже не бинарная стандартная человеческая логика, а более высокий уровень –

троичная логика, первая ступень многозначной. Представляете, насколько усложняются все дальнейшие рассуждения и выводы. Однако и возможностей гораздо больше.

Надо сказать, что остальное человечество подошло к этому только в XX веке и только в высшей математике. Сейчас на такой логике строятся продвинутое компьютерные языки, а аймара используют ее в быту уже тысячи лет.

Этот вопрос очень сильно интересует и лингвистов и математиков, но ответа нет. Ну, если не считать гипотезы, что существовала некая высокоразвитая цивилизация, которая создала искусственный язык и привила его одному из примитивных племен. Как-то слабо верится. Может, со временем разберутся.

А еще у аймара будущее находится сзади, а прошлое впереди. Такой вот язык.

salik.biz

## Экзорцист рассказал об смсках от демонов

**Потусторонние силы осваивают современные технологии. Католический священник из США Стивен Россетти рассказал о том, как изменилась работа экзорциста за последнее время. Как пишет NewYorkPost, священник вместе со своей командой проводит по 20 процедур в неделю в Вашингтоне, округ Колумбия, но теперь ему приходится мириться с тем, что потусторонние силы не чураются и технологических новинок.**

Россетти уже 13 лет занимается активной борьбой с нечистыми силами. За это время он видел многое. У одержимых демонами людей порой зрачки желтели и уменьшались до размера змеиных, иногда их глаза становились полностью черными. Нередко во время экзорцизма в доме начинают хлопать двери, электроника включается и выключается сама по себе, воют собаки, а жертвы начинают

говорить на древних языках, которые они не знают.

По словам 70-летнего священника, за последние годы в США участились случаи демонической одержимости. Он говорит, что страна «порабощена демонами». При этом многие из демонов хорошо адаптируются к современным реалиям. Он вспоминает один случай, когда к нему обратилась девушка: она внезапно обнаружила у себя

на теле «выжженный» перевернутый крест, а затем на телефон ее отца начали приходить странные «язвительные» сообщения.

Оказалось, что эти сообщения приходят с телефона дочери, но вот только после тщательного расследования выяснилось, что она не могла их послать. «Сообщения были типичными для демонических тирад: «Она теперь принадлежит нам». Кстати, многие священники с таким сталкиваются сейчас: получают смски от демонов. Почему бы и нет, они и ранее влияли на электронику – телевизоры и свет в комнатах часто сами по себе включаются и выключаются. Теперь они телефоны используют», – отмечает экзорцист.

Отец девушки был культистом в молодости и посвятил ее душу дьяволу. Дочь же с возрастом нашла путь к католической вере, что не понравилось демонам. Битва с дьяволом за ее душу продолжалась полгода. На каждой сессии повторялся один и тот же сценарий: Россетти читал молитву, а когда девушка отвечала на нее словами «я принадлежу Иисусу», на ее теле «выжигался» крест, который исчезал со временем. «К счастью, силами Христа ее удалось освободить. Это был тяжелый бой, и я не хотел бы еще раз проходить через такое», – вспоминает священник.

ufonews.su

## Люди все еще продолжают эволюционировать

**До рождения у будущего ребенка имеется срединная артерия, проходящая вниз по предплечью, которая снабжает руки кровью. Но вскоре после рождения большинство людей со срединной артерией расстается, а ее место занимают две другие. Исследование, опубликованное в Journal of Anatomy, показывает, что доля людей, сохраняющих срединную артерию, растет, по крайней мере, с XVIII века – и это свидетельствует о продолжении развития нашим видом новых биологических черт.**

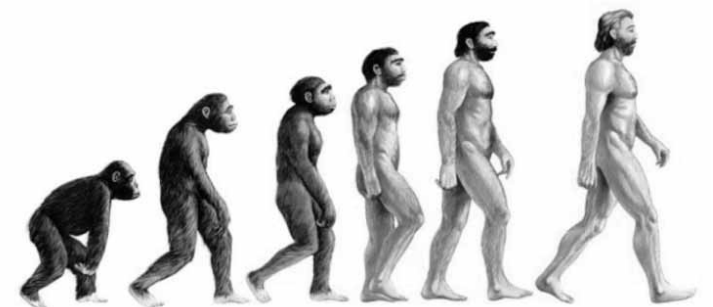
«Это микроэволюция в современном человеке, и срединная артерия является прекрасным примером того, как мы все еще эволюционируем», – указал ведущий автор исследования Мацей Хеннеберг, специалист по анатомии из Медицинской школы Университета Аделаиды, – «потому что у людей, родившихся недавно, эта артерия чаще встречается, если сравнивать с людьми из предшествующих поколений».

Основываясь на существующих записях и новых данных анализа вскрытий, команда Хеннеберга обнаружила, что только у 10% людей, родившихся в 1880-х годах, сохранялась срединная ар-

терия. В то время как у людей, родившихся в конце XX-го века, она сохранилась в 30% случаев. Основываясь на этих цифрах, ученые делают вывод, что это свидетельствует о самых высоких темпах развития человеческого вида за последние 250 лет.

Они полагают, что если эта тенденция сохранится, то люди со срединной артерией станут скорее нормой, чем исключением. Однако это может иметь медицинские последствия, так как наличие срединной артерии может способствовать развитию болезненного синдрома запястного канала.

futorycon

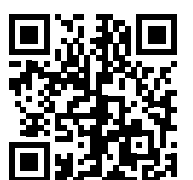


### Подписка на газету «Тайна жизни»

На газету можно подписаться в любом почтовом отделении России. Называйте Подписной индекс П3223 и оформляйте подписку. в Республике Крым индекс 25380

Стоимость подписки на 1 полугодие 2022 года составляет 254,88 рубля

Можно оформить не выходя из дома, на сайте Почты России [podpiska.pochta.ru/press/P3223](http://podpiska.pochta.ru/press/P3223)



Ссылка для подписки



# Скрытая сила «намастэ»

**Сегодня поговорим о модном в наше время жесте приветствия «намастэ». Сегодня этот жест используют не только простые люди, но и политики. Знаком «намастэ» особенно любят щеголять мировые лидеры.**

Однако при всей простоте этого жеста, который означает уважительное приветствие, у него древняя история и сильная скрытая энергетика. Ведь жест «намастэ» уходит корнями в древние знания востока, которым много тысяч лет. Он также является частью системы из более ста различных жестов, которые называются «мудры».

## Что такое мудры

Буквально в переводе с санскрита слово «мудра» означает «печать». На практике – это определенное и строго выверенное положение рук и тела, которое издревле применялось во многих целях.

Так, различные жесты рук и положения тела были частью религиозных обрядов в индуизме и буддизме. В хатха-йоге, древней науке о «владении силой», из которой со многими модификациями произошли все практики современной йоги в спортзалах, мудры также занимают важную роль. В практиках дыхания, таких как «рык льва», «дыхательные меха», а также пранаяма на свежем воздухе, мудры, то есть определенные жесты рук, являются неотъемлемой частью упражнения.

Выполняя как жест «намастэ», так и любую другую «печать», вы стимулируете свободное движение праны, тонкой вселенской энергии, внутри себя. Именно свободное и незатрудненное движение этой тонкой энергии в теле и является залогом вашего иммунитета и позитивного мировоззрения.

Часто люди думают, что мудры – это только жесты пальцев рук. Это вовсе не так. Среди мудр есть

множество положений тела, которые выполняются при участии рук, ног и туловища, которые дополняют положения рук и пальцев. Если вы вспомните индийские танцы, то «странные» движения танцовщиц в своей основе являются



мудрами, то есть специальными жестами, которые несут определенное значение.

## Что такое «намастэ»

Жест «намастэ» является частью древней системы таких «печатей», или мудр. Хоть его и применяют повседневно как приветствие, правильно он выполняется в определенной позе и с определенным настроем.

Правильное название жеста «намастэ» – «анджали мудра». На древнеиндийском языке (санскрите) это означает «подношение божественному». И это так. Ведь человек, который стоит, сложив руки в «намастэ», олицетворяет собой одновременно уважение, почтение, почитание, молитву, прошение, подношение и покло-

нение кому-либо или чему-либо.

Кстати, древняя и невероятно полезная практика приветствия солнцу, «сурья намаскар», начинается именно с «анджали мудры».

В древневосточной культуре жест «намастэ» с обязательным сопровождением положения тела всегда выполнялся для учителей, родителей, старших, божеств, гостей, друзей и членов семьи, а также как выражение почтения

святым рекам (например, Ганг) или деревьям (например, тулси).

Интересно, что при важных начинаниях, а также после завершения сложного проекта или дел, также выполняется жест «намастэ» – в знак благодарности.

## Что особенного в «намастэ»

По своей сути этот жест выражает смирение и почтение. Это жест выражения благодарности за дар жизни и за все то, что мы имеем.

У этой «печати» есть множество полезных свойств. Так, при регулярной практике этого жеста суставы ваших ладоней и пальцев улучшат свою эластичность. Если вам надо обрести спокойствие и сфокусироваться перед важной встречей или экзаменом, то «анджали» тоже придет на помощь.

При правильном выполнении этого жеста ваше сознание станет умиротворенным, вы сможете успешнее бороться с бессонницей, беспокойством и депрессией, которые преследуют нас на третьем этапе жизни, особенно в наше время нестабильности и проблем. Эта «печать» поможет вашему сознанию настроиться на позитив и откорректировать процесс мышления.

При проблемах с дыханием, астме, неполадках со щитовидной железой, а также для улучшения координации, работы мозга и насыщения тела кислородом, делайте «анджали» регулярно вместе с мягкими и щадящими дыхательными практиками.

Дополним, что «анджали мудра», или «намастэ», балансирует все элементы вашего тела. Это помогает вам оставаться здоровыми и позитивно настроенными при любых обстоятельствах и проблемах, а также имеет сильное пищеварение – залог иммунитета и долголетия.

## Как правильно выполнять «анджали мудру»

Сядьте в комфортное положение. Это может быть как поза лотоса, так и полу-лотос. Тем же, кому трудно сидеть на полу, подойдет любая поза на подушке, стуле. Если вы больны, то вы можете выполнять этот жест, полусидя в кровати. Главное, чтобы при этом ваш позвоночник был как можно прямее. Однако обязательно следите, чтобы ваша спина при этом не перенапрягалась. Если вам трудно, то лучше подложите что-то под спину. Главное – оставаться расслабленным на протяжении всего упражнения.

Для упражнения вам понадобится от двух до десяти-пятнадцати минут. Поэтому найдите такое время и место, где вас не будут дергать,

и отключите мобильник. Также позаботьтесь, чтобы вам не было холодно или, наоборот, очень жарко или неудобно.

Дышите спокойно, желательно, диафрагмой. Вы можете закрыть глаза. Сложите ладони рук вместе пальцами вверх и медленно поднесите их на уровень сердца. При этом сфокусируйтесь на мягкой и нежной энергии света, которая течет из других частей вашего тела к сердцу. Если вам трудно держать локти параллельно полу, как на красивых картинках этой позы, то держите их на комфортной высоте.

Вы можете мысленно перебрать в голове то, за что вы благодарны жизни и высшим силам, желать добра и любви тем, о ком вспоминаете, или просто ощущать всем телом тепло и негу, струящуюся внутри вас и вне вас. Почувствуйте свое единение с миром и Вселенной через эту любовь и свет.

Почувствуйте, как ваше тело, сознание и мысли гармонируют с жестом «анджали». Расслабьтесь еще больше и почувствуйте мир и покой, а также много приятного и доброго внутри вашего сердца и вокруг вас.

Позже немного поднимите ладони и поднесите кончики пальцев к центру лба, ощутите их успокаивающее прикосновение и прилив благодарности и почтения к высшим силам.

Затем верните сложенные руки к центру груди и опять сфокусируйтесь на области сердца. Дышите спокойно, полным, диафрагмальным дыханием.

Чтобы закончить упражнение, просто откройте глаза и пару секунд насладитесь безмятежностью и покоем.

indiada.ru

## Три способа дипломатов быстро взбодриться

**Иногда в жизни мы сталкиваемся с ситуациями, которые требуют от нас максимальной бодрости, ясности ума и сосредоточенности. Вот три эффективных способа, с которыми я познакомился, когда еще был совсем молодым дипломатом. Они помогают быстро усилить концентрацию внимания.**

### Способ первый

Основывается на программе воображения, действующей в голове каждого из нас. Закройте глаза и представьте ледяную пещеру, из которой вырывается тигр. Тигр – это ваш дух. Представьте максимально детально,

как он стремительно бежит по ледяному туннелю, царапает лед когтями, оставляя за собой вихрь снежной пыли.

Представьте выход из пещеры, покрытый толстым слоем льда, через который виден яркий солнечный свет. Представьте, как ваш тигр разбегаются из всех сил

и в прыжке разрывает лед, вырываясь наружу. В этот момент резко открывайте глаза.

### Способ второй

Сильно сожмите руки в кулаки. Подержите руки сжатыми несколько секунд. Разожмите руки. Повторите действие несколько раз. Хорошо использовать этот прием в сочетании с первым способом. Сожмите кулаки один раз, представляя вырывающегося из пещеры тигра, и разожмите, когда тигр прорвется сквозь ледяной слой наружу. Одновременно разожмите кулаки и открывайте глаза.

Эффект усилится в несколько раз.

### Третий способ

Основан на легком болевом импульсе. Главное – не переборщите и не причините себе вред. Это важно. Лучше потренируйтесь заранее, чтобы отрегулировать безопасный уровень легкого болевого импульса. Способ пришел к нам из древней китайской медицины. Все, что вам нужно сделать – **найти специальную точку между большим и указательным пальцем и нажать на нее, обхватив пальцами другой руки.**



Друзья, смело используйте эти способы, чтобы прогнать усталость, собраться с мыслями, взбодриться и привести свой интеллект в полную боевую готовность.

Арт Гаспаров

# Места силы

На свойстве камней – поглощать энергию или отдавать – основаны так называемые места Силы на Земле, а также благоприятные или неблагоприятные зоны. В тех местах, где человек подпитывается энергией, оздоравливается – это благоприятные зоны. В них действуют энергии, подходящие ему по качеству и способствующие жизненным функциям биотела. Можно сказать, что эта энергия – однородная с энергетикой человека.

В местах Силы ввиду особого тонкого строения планеты происходит концентрация нескольких потоков энергий, поэтому их суммарный энергопотенциал и обеспечивает показатель Силы места. Энергия на планете размещена не равномерно, в ней имеются слабые и сильные зоны. Но все они связаны с энергетическим строением Земли и её функциями.

На Земле существует множество типов энергий, поэтому важно найти свой тип, наиболее приближающийся по показателям к вашему типу энергий. Но здесь имеются

свои тонкости. Мы знаем, что каждая нация работает со своим диапазоном энергий. У китайцев он будет один, у французов – другой, а у англичан – третий, и все они будут разными. Это способствует тому, что качественно в тонном плане все нации не одинаковы, их организм, а следовательно, и органы, будут работать с некоторым отличием на тонком плане.

Поэтому в местах Силы, где одному человеку будет хорошо или он получит там исцеление, другой – не излечится, и не будет чувствовать себя комфортно.



Аркаим. Место силы

Также и камни – одному помогут, а на другого не окажут никакого воздействия.

Человек индивидуален, и эта индивидуальность накладывает свой отпечаток на любое его взаимодействие с окружающей средой. Влияет даже Уровень развития. Если взять низкого человека и высоко духовного одной нации, то они тоже будут по-разному

реагировать на места Силы или на один и тот же камень. Поэтому надо помнить, что помогло вылечиться одному, то может не помочь другому.

Неблагоприятные зоны делятся на два типа.

Первый тип: сама энергия по качеству не подходит для человека и вредит его здоровью.

Второй тип: место построено на поглощение энергии, передаче её Земле, поэтому такие места отсасывают от человека энергию, и он чувствует ухудшение общего состояния.

Секлитова Л.А. Стрельникова Л.Л.  
Сайт авторов: [www.gold-race.ru](http://www.gold-race.ru)  
Желающие приобрести книги авторов, обращайтесь по телефону +7 902 874-06-07

# Энергетические привязки и их опасность

**Привязка – это энергетический канал, образующийся во время взаимодействия человека с другими людьми, объектами или эгрегорами. Давайте с вами разграничим два понятия: энергетический канал и энергетическая привязка. Это не совсем одно и то же.**

Энергетические каналы возникают как данность во время общения двух людей, по этим каналам происходит взаимообмен энергией. Привязка – это тоже канал, но здесь мы имеем дело с энергетическим нарушением. Привязка основана на зависимости человека от чего-то или от кого-то, а значит, противоречит основному Божественному Закону, который гласит: каждый человек свободен.

Опасность энергетических привязок состоит не только в остановке развития, но еще и в том, что умелый манипулятор через эту привязку может вызвать негативные эмоции, происхождение которых будет сложно отследить.

В процессе жизни практически каждый создает себе энергетические привязки, даже не подозре-

вая о том, насколько это осложняет его бытие. На тонком плане привязки видятся в виде трубочек разного диаметра, по которым течет энергия различного цвета и консистенции.

Опасны не сами привязки, это всего лишь энергетические каналы, а нарушения во взаимодействии – когда люди стараются подчинить себе другого.

Привязки отягощают общение. При этом человек будет ощущать сильную тягу к тому, к кому привязан. Степень прочности привязок очень высокая, они лишают человека свободы и препятствуют его духовному развитию.

## Примеры привязок

**Жалость, желание помочь, спасти.** Многие попадают на эту

удочку. Считая, что он делает доброе дело, человек может долгие годы кормить энергетического дармоеда и при этом думать, что без его поддержки тот не выживет. Это паразитические отношения.

**Обида.** Это чувство считается одним из самых сильных, негативно влияющих на здоровье. Дело в том, что при обиде человек вновь и вновь возвращается мыслями к обидчику, щедро отдавая при этом свою жизненную энергию.

**Месть, желание доказать свою правоту.** Сложно забыть и отпустить человека, когда то и дело прокручиваешь у себя в голове зловещий план возмездия, представляешь, что ему скажешь, какое у него тогда будет лицо, и т.д. и т.п.

**Чувство вины.** Здесь мы имеем дело с агрессией, направленной на самого себя. Эти лишения себя права на ошибку. Чувство вины – непродуктивная эмоция, ведь человек никак не исправляет содеянное, а занимается самобичеванием. Индивидуум, который чувствует свою вину перед другим, часто думает о том, как же вымолить у него прощение и что можно сделать, чтобы загладить свою вину. Результат – прочная привязка.

**Материальные потери.** Невозвращенный долг связывает двух людей на долгое время, при этом, чем крупнее сумма, тем прочнее привязка. Впрочем, у того, кто дает в долг, все же есть выход: мысленно распрощаться со свои-

ми деньгами, как будто они потеряны, и искренне простить должника. Представить, что эти деньги он ему подарил на день рождения, к примеру. У должника ситуация хуже, как бы он ни старался, он не сможет забыть того, кому он задолжал. Единственный способ избавиться от привязки – отдать свой долг или отработать его. Грабеж, воровство, мошенничество – все это тоже формирует привязки между преступником и жертвой. Вывод: избавляйтесь от привязанности к деньгам и вещам.

**Чувство обязанности отплатить за оказанную услугу.** Здесь тоже есть ощущение долга, но долга не материального. «Теперь я у тебя в долгу», – говорит один человек другому, тем самым создавая мощную привязку. Долги нужно отдавать, но тут мы забываем, что другой человек добровольно сделал для нас доброе дело, и в этом случае бывает достаточно искренней благодарности.

**Потребность обладать другим человеком, зависимость, страсть, ревность и т.п.** Человек вновь и вновь думает о предмете своего вождления, мечтает о нем, страстно желая его заполучить. Он становится похож на ребенка, которому не дают любимую игрушку. Он требует ее и ничего вокруг больше не видит. Не путать с любовью – любовь не ущемляет права на свободу другого.

**Невзаимная любовь.** Это настолько долговечная тонкоматериальная структура, что может сильно испортить здоровье

человека, выжимая из него все соки. Такое состояние изматывает и того, кто любит, и того, кого любят. Это сильная вампирская привязка. К тому же, новая любовь не может появиться у человека, если вся его энергия уходит к тому, к кому он чувствует безответную любовь.

Самые прочные – **родительские привязки.** Часто родители (особенно матери) стремятся полностью контролировать своего ребенка, душат его развитие своим вниманием и заботой. О любви говорить здесь не приходится, это зависимость и желание подчинить себе другую личность. Последствия могут быть весьма неприятными. Ребенок или найдет в себе силы разорвать привязку, что чревато полным прекращением общения с родителями, или останется неполноценной личностью. Например, если мать в подростковом возрасте не принимает своего сына как независимую личность и не отпускает его, то ее энергия плотно блокирует его основные чакры, что приводит к крупным неудачам в личной жизни мужчины.

Привязки можно убрать, и нужно это делать! Их удаление не предполагает удаление энергетической связи. Освободившись от привязок, мы не перестанем любить друг друга! Мы обретем свободу и дадим свободу другим, признав за ними право самим распоряжаться своей судьбой. Это и есть безусловная любовь.



# Куда мы сливаем энергию?

(Продолжение. Начало на 1 стр.)

нашей человеческой энергосистемы, она в нас от животного происхождения. Но это лишь часть, а есть еще и вторая составляющая. Основной движущей силой человека являются ментальные конструкции (мысли), чувства и эмоции. У животных ни мыслей, ни чувств в нашем, человеческом понимании нет, есть только эмоции в зачаточном состоянии.

## Чем отличается энергия из пищи от духовной?

Мысли, чувства и эмоции поставляют человеку важнейшую часть его энергии – духовную энергию. И, в отличие от физической (электрической), эта энергия безгранична, она не может кончиться никогда. Но почему же мы чувствуем упадок сил?

Думаю, каждому знакома ситуация: вы на отдыхе где-нибудь в Турции, поехали на экскурсию. Жара страшная, было много скучных остановок у всяких магазинов с туристическим хламом по конским ценам, вы проголодались и уже проклинали ваше желание ехать на обещанную вам гору с некой достопримечательностью. Вы мечтаете о пляже у отеля, а не вот это все. И вот вы, наконец, дотаскиваетесь из последних сил по лестнице из тысячи ступеней, обливаясь потом и матам, до вершины горы, и перед вами вдруг открывается поразительной красоты вид на безбрежное море, зеленые горы и голубой купол небес. У вас перехватывает дыхание от восторга... вы, как полоумная, начинаете визжать от восторга, фотографироваться на каждом камне этой площадки, и прочая и прочая. Где усталость? Куда подевалось состояние «я щас умру»? Откуда вдруг у вас появились



эти новые силы, хотя вы не употребляли никакой пищи и даже не успели отдохнуть/поспать?

Все просто: соприкосновение с прекрасным наполнило вас радостью, а радость – это ресурсная эмоция, которая сразу вбрасывает в организм мощный заряд энергии. То есть энергия в вас есть и всегда была, но выделиться она может только через сознание. В данном примере сознанию дали повод для радости от соприкосновения с красотой природы. Это духовная радость. У человека есть способность испытывать её.

**В нашей гипотетической поездке эта радость случилась с нами случайно, мы не намеренно вызвали ее у себя.** Не потому ли мы так любим путешествовать, что, несмотря на усталость в пути, мы заряжаемся энергией красоты природы? А вот если бы мы понимали, как соединиться с этим внутренним источником энергии, мы могли бы черпать из него сознательно, когда нам нужно и сколько нужно.

## Кто поедает нашу энергию?

Мы с вами живем и непрерывно мыслим, общаемся друг с другом, чувствуем, и этот процесс мышления и чувствования является областью нашего сознания. При этом большинство людей привыкли мыслить и чувствовать как бы по шаблону: как про себя самих, так и по поводу окружающего мира. Во внутреннем пространстве это диалоги с самим собой, наши мысли о себе, то, как мы к себе относимся. И вот тут-то мы и начинаем энергию терять. Энергия жизни утекает из нашего внутреннего мира каждый раз, когда мы предаемся деструктивным мыслям или ведем себя деструктивно по отношению к самим себе. Примеры такого деструктивного отношения: позиция жертвы/обвинителя/гордыня/агрессия/недовольство/вина и множество психологических состояний, о которых вы отлично все знаете. Любая внутренняя борьба отбирает нашу энергию: когда мы делим людей на своих и чужих (и начинаем ненавидеть чужих и защищать своих),

на плохих и хороших (и начинаем осуждать плохих, доказывая себе, что я-то хороший, я-то не такой), и т.д.

Сейчас в сети очень часто пишут о токсичных людях и токсичных отношениях. Правильно пишут, потому что таких немало, но почему-то не начинают разговор с самого главного – не быть самому себе злым баблом и токсичным человеком. **Дело в том, что ни один, даже самый дикий посторонний человек не нанесет нам такого урона, как мы наносим сами себе.** Да, именно сами себя мы едим смертным поедом, лишая доступа к тому самому безграничному источнику сил и энергии, который готов в любую минуту забить в нас ключом, но мы этого почему-то страшно боимся допустить.

«Моя сестра сказала мне, что я неблагодарная и не хочу послушать ее совета, который она мне дала от всей души, но на деле ее совет вредный, и она просто тварь сама, а я только защищаюсь и не хочу, чтобы она лезла в мою жизнь, потому что она уже поссорилась со второй своей сестрой, а теперь и ко мне лезет со своими непрошенными советами...» Такой вот монолог внутри себя может продолжаться у некоторых неделями. Да что там, скажите, у вас такого не было? Вот уж позвольте не поверить. «Накручивать» себя – это народная женская забава. Хорошо, если придет муж и одернет, мол, хватит уже голову самой себе дурить, иди уже огород полоть. Рациональный мужской ум меньше склонен к «накручиванию» эмоций, возможно, именно поэтому мужчины реже страдают от упадка сил. Take it easy, как любят говорить иностранцы.

**Поток негативных мыслей всегда гораздо хуже, чем повод, который его запустил.** Пережевывание различных негативных сценариев поведения/поступков/мыслей, неважно, чьих-нибудь или своих собственных, это огромная растрата жизненной энергии. После дня прокручивания негативной ситуации вы чувствуете себя, как выжатый



лимон, хотя физически можете вообще не напрягаться. Правда, знакомо? Я знаю, что знакомо, сама обожала (раньше, теперь избавляюсь от этой привычки) себя накручивать. Порой так себя измучалишь, что просто падаешь без сил, хоть на деле ничего тяжелее половника в руках не держала.

**Любое раздражение в адрес кого бы то ни было – всегда потеря энергии.** И не важно, что ваша свекровь реально сделала что-то дурное, или соседи действительно сверлят стены в три часа ночи. Факт в том, что, если вы начинаете гореть праведным гневом по этому поводу – вы сами себя загоняете в ловушку упадка сил. Это не свекровь/сосед/начальник/сын/правительство/ЖКХ вас лишает сна, покоя, сил, нервов, здоровья (нужное подчеркнуть), а ваша реакция на их действия. Негативные ситуации были, есть и будут, фокус в том, чтобы научиться не эмоционализировать по их поводу.

## Получить энергию очень легко!

Обратная ситуация работает на все 100%. Вспомните состояние влюбленности. Вы летаете над землей! И неважно, что на работе аврал, дома ремонт и родственники из Саратова еще приехали – неважно! Вы пашете до изнеможения, но одна только мысль о любимом – словно впрыск банки Ред Була прямо в кровь, и ваши силы утраиваются. В спорте любой тренер знает, насколько важен положительный психологический настрой спортсмена, как сильно он повышает показатели.

**В ресурсном состоянии вам легко жить, легко творить, для решения любых проблем у вас достаточно сил.**

Хорошее, я бы даже сказала, любовное отношение к самому себе – равносильно постоянному нахождению в силе, в так называемом «ресурсном состоянии», когда энергии у вас хватает на все. Но как в это состояние войти?

Я не открыла здесь никакой Америки, о позитиве пишут тонны психологической литературы, но почему же вампиры и токсики вокруг нас не исчезают? Я знаю, как трудно начать работать над собой, если сил уже нет. Их не хватает на то самое позитивное мышление, с помощью которого нам предлагают получить источник энергии. Когда апатия и безразличие нападают на вас и опускаются руки, развивается неверие в собственные силы. Получается замкнутый круг... так что же, безвыходная ситуация?

Нет! Я сама прошла через отчаяние загнанной в угол жертвы и знаю, как вытащить себя из порочного круга. В следующей статье я расскажу, с чего начать, как получить первоначальный заряд энергии, восстановить силы моментально и сразу, чтобы дальше уже было чем вычищать «тараканов» из головы и приобретать привычку (а это именно привычка) к позитивному мышлению и приятию себя и других.

Анжелика Коваль

## Бесполезное занятие

Мрачный Норбу ввалился в комнату Мастера.

– Мне все надоело, – заявил он. – Я в депрессии. У меня упадок сил. Я все уже перепробовал. И читал древние свитки, и медитировал, и созерцал мандалы, и сидел на скалистом уступе и смотрел на горы.

– Займись чем-нибудь полезным в монастыре.

– Это тоже все перепробовал. Все полезное, что мог, я сделал. Все

равно упадок сил.

– Тогда займись чем-нибудь бесполезным.

Норбу озадаченно посмотрел на Мастера.

– Разве можно? Мы, ученики, должны делать полезные для себя и окружающих вещи.

– Займись бесполезным занятием.

– Зачем?

– В одном из них ты найдешь ра-

дость для себя.

Норбу заулыбался.

– И тогда оно станет полезным для меня!

– Верно. Это будет ключ к твоей внутренней энергии.

– Я даже могу рисовать палочкой на воде.

– Если это доставит тебе радость, то можешь.

– Но все же это будет бесполезно

для других, – вздохнул ученик.

– Радостный, ты станешь сам полезным для других. Разве излучение радости – не польза?

Норбу почесал затылок:

– Я как-то не подумал об этом.

– А думать не надо, надо делать бесполезные занятия и радовать себя, – улыбнулся Мастер.

Игорь Индин



Специально для «Тайны жизни»

# Как неправильные ценности приводят к краху в жизни

**В жизни наступает момент, когда цели есть, и знаешь, как к ним идти, а что-то мешает двигаться вперед. И ты понимаешь, что это не то, что идешь не туда...**

Вот и мой друг Алексей ходил и маялся, занимался самообразованием, что он такой плохой человек, не может собраться и заработать денег, чтобы купить машину и с семьей поехать в отпуск к морю. Мотивационные видео смотрел, тренинги посещал, но ситуация не менялась к лучшему. И от самообразования становится все хуже и хуже.

Я спросил у него: «А знаешь ли ты, дорогой мой друг, свою систему ценностей?» Он мне начал перечислять – дом, семья, безопасность, достаток, комфорт. Такой ответ даст практически каждый.

Но не могут быть одни ценности на всех. Отсюда и растут наши проблемы. О каком счастье может идти речь, если человек не знает своих ценностей? Лично его, собственных ценностей, не навязанных обществом, родителями.

Уже с детства нас начинают загонять в рамки – не делай того, не делай этого, лучше учись, найди

работу, на которой хорошо платят, двигайся по карьерной лестнице, купи квартиру, машину, дом и т.д. В один прекрасный момент к человеку приходит осознание, что все это бесконечная гонка, и прекратит ее только смерть. И? Опускаются руки, иссякают силы, и человек пускает жизнь на самотек.

**Почему все вышеперечисленное не делает человека счастливым? Да потому, что это потребности, а не ценности.**

У вас есть потребность в еде, воде, одежде? Есть. Но их просто так не раздадут, купить нужно, а деньги нужно заработать. У вас есть потребность жить в комфортных условиях? Есть. Поэтому вам нужно жилище (дом или квартира). У вас есть потребность комфортно передвигаться по городу, например, добираться до работы на другой конец города? Есть. Поэтому вы покупаете машину.

Это естественные потребности,

не удовлетворив которые, мы будем испытывать определенные затруднения.

Но мы не просто тело, в нас еще есть духовная часть – со своими потребностями. Если мы не будем их удовлетворять, то также будем страдать и маяться.

Вот эти духовные потребности и принято называть ценностями.

А как мы можем закрыть свои ценности, если мы даже не знаем, что к ним отнести? Если то, к чему мы всю жизнь стремились, это удовлетворение потребностей, то что тогда является ценностью?

Есть техника, которая способная вывести на свет ваши истинные ценности, создать из них систему и градуировать их. И вам становится ясно, куда идти и что делать. Мир обретает ясность.

Удовлетворяя свои потребности, мы создаем комфорт для тела. Реализуя свои ценности, мы создаем комфорт для души.

**Признак того, что вы идете не туда – терзания, ваша душа мечется как зверь в клетке, ей**



**хочется одного, а телу другого.** И она вынуждена следовать за телом, а тело по сути не понимает, что творит.

Спросите себя: «Знаю ли я свою систему ценностей?» Прямо по пунктам. Думаю, найдутся единицы, кто сможет ответить.

С Алексеем мы составили его систему ценностей, проградуировали ее. Все, что он раньше перечислял, туда вообще не вошло. Поэтому у него и не было энергии и сил, чтобы двигаться вперед.

Потребности забирают энергию, ценности же, наоборот, наполняют вас. Вы буквально летаете, вам хочется двигаться вперед.

Если изначально передо мной был унылый, разочаровавшийся в себе человек, то в конце программы я увидел счастливого человека с огоньком в глазах. У него в голове все встало на свои места, он осознал свои ценности и составил план действий по их реализации.

Игорь Пронин

# То, что мы критикуем в других, говорит о нас самих

**Низкая самооценка мешает человеку объективно судить об окружающих людях. Подобный феномен получил название негативного проецирования. Это защитный механизм, с помощью которого мы наделяем окружающих собственными недостатками и слабостями.**

В случае эмоционального конфликта мы проецируем на другого человека собственные чувства и мысли, являющиеся неприемлемыми для нас самих.

Негативное проецирование управляет эмоциональным конфликтом, вызванным внутренними проблемами, перенося на окружающих те наши эмоции и мысли, которые мы не способны принять как соб-

ственные из-за связанных с ними тревожности и боли. Нам гораздо проще перенаправить их на кого-то другого, убеждая себя в том, что на самом деле это их эмоции и мысли.

По большей части работа над личностным развитием состоит из освобождения от таких проекций и установления четкой границы между виртуально создаваемой

версии происходящего и тем, что происходит на самом деле.

Таким образом, мы избегаем размывания реальных фактов и тем самым преодолеваем конфликт, существующий только внутри нас самих.

## Защитные механизмы человеческого эго

Мы проецируем на других изъяны своей личности, чтобы сохранить позитивное видение себя. Самооценка и защитные механизмы играют фундаментальную роль в защите эго. Так называемые защитные механизмы эго – это стратегии, которые мы подсознательно используем с целью сохранить позитивное самовосприятие.

Человеческий мозг выработал разные способы защититься от того, что может оказаться для него слишком болезненным или вообще неприемлемым. Все это стратегии предотвращения страданий, вызванных определенными событиями, а также чувств, которые с ними ассоциируются. Такие механизмы защищают нас в случае, когда мы не хотим признавать какой-то негативный аспект своей личности или когда

он может разрушить созданное нами видение себя.

Проблема же появляется в тот момент, когда из-за их постоянного использования эти защитные механизмы становятся автоматическими. Нам становится трудно избавиться от этой привычки, несмотря на то, что она могла быть вызвана несбалансированностью определенных аспектов нашего развития.

Нет ничего плохого в том, чтобы иногда использовать эти механизмы. Важно другое – уметь определять их и бороться с ними, чтобы в конечном итоге избежать искажения реальности под влиянием собственного эго. В противном случае эти защитные стратегии обернутся против нас, существенно искажая наше восприятие.

Защитные механизмы человека делают его сильнее в моменты слабости, и ослабевают, когда мы становимся сильнее.

## То, что мы видим в других людях, говорит о нас самих

Окружающие служат зеркалами для нашего разума, в которых мы видим отражение различных

качеств или аспектов самих себя. Если что-то не нравится в другом человеке, мы чувствуем неодобрение и отрицание, которые могут свидетельствовать о том, что этот аспект нашей личности почему-то нас не устраивает.

Психологическая проекция заставляет нас думать, что изъян существует вне нас, то есть в другом человеке.

Когда разум осознает существование угрозы для своего психического здоровья, он переносит неприемлемые черты на внешние субъекты.

Получается, что разум обманывает сам себя, выводя за свои пределы все существующие угрозы. Подобные проекции справедливы как в отношении негативных состояний вроде ненависти, обид и зависти, так и позитивных – восхищения, идеализации и увлеченности.

В результате, когда мы начинаем излишне критиковать других людей, вполне вероятно, что таким образом мы критикуем сами себя.

cluber.com.ua



# Почему неудачные периоды в жизни – это хорошо

**У каждого жизненного кризиса, несмотря на трагичность этого понятия, существует и положительная сторона, которая очень часто упускается. Когда мы переживаем кризис, наше сознание претерпевает шок. Как результат, мы превращаемся в систему, которая лучше адаптирована к окружающей среде.**

## Ломаются иллюзии

Кризис очень часто разрушает действительность человека. Кажется, что вы проваливаетесь в бездну. Но во многих отношениях это может быть действительно положительным моментом. В течение жизни мы строим себе кучу планов, мечт и идей, которые по большей части иллюзорны. Эта надуманная реальность может проникнуть в вас так глубоко, что ее сможет разрушить только некий «системный шок», или кризис мировоззрения. Фактически, такой кризис заставит человека почувствовать себя голым. Только в таком «чистом» состоянии человек может адекватно оценить реальность.

## Открывается новый взгляд на окружающее

Во время кризиса меняется взгляд на жизнь. Те вещи, которые когда-то считались свя-

щенными, отныне подвергаются сомнению. С этими коренными изменениями в ценностях нам открывается возможность обнаружить новые смыслы вокруг нас или открыть старые с совершенно новыми значениями.

## Жизнь с нового листа

Конечно, изменение – это очевидный и положительный результат кризиса. Кризис – это всегда тяжело. Хоть его прохождение и будет темным и болезненным, это поможет вам буквально родиться новым человеком и начать жизнь с чистого листа.

## Преодолеваются страхи

Страхи могут преследовать нас в течение всей жизни, но критические моменты, такие, как кризисы, дают нам возможность встретиться с ними лицом к лицу и оценить их с новой жизненной позиции.

## Перезагружается ваше внутреннее «я»

Ломая иллюзии и преодолевая страхи, вы полностью перезагружаете систему своего мировоззрения. Фактически, кризис можно назвать полным очищением сознания. Конечно, это не чувствуется сразу, но потом, после бури, вы понимаете, что начали по-другому воспринимать этот мир. Иногда кризис называют смертью эго. А затем идет рождение нового эго.

## Сбрасывается старая кожа

Кризисы не всегда сильные и внезапные. У человека может быть и незначительный жизненный кризис – депрессия, которая недостаточно сильна, чтобы перезагрузить вашу систему и создать вас с нуля, но достаточно жесткая, чтобы быть в состоянии снять с вас слой старой кожи. Это ужесточает вас, делает более приспособленным ко многим вещам.

## Вы становитесь сильнее

Кризис – это тест. Моменты, когда вы подавлены и сломлены, – возможность протестировать себя как личность. Это естествен-

ный отбор – жизнь бросает вам вызов, и если вы сможете его принять, то перейдете на новый уровень.

## Вы начинаете лучше понимать самого себя

Я говорю в первом пункте, как кризис может сломать наши иллюзии. Здесь я сделаю акцент именно на внутренние иллюзии, которые касаются восприятия или образа себя. Ломка именно этих иллюзий поможет вам взглянуть на себя по-другому, сделает вас более открытым к самому себе и поможет наладить самопонимание.

## Вы открываетесь для любви

Даже самый жесткий человек может быть смягчен и ослаблен во время неудачного периода жизни. И он понимает, насколько он все же чувствителен и мягок. Он понимает, что ему нужны понимание и забота. Кризис может быть действительно хорошей возможностью достигнуть соглашения с нашими принципами и поведением, так как он потрясает нас до глубины души, позволяя проанализировать прошлое.



## Вы учитесь доверять

Это парадоксально, но главная цель кризиса – это научиться отпускать и доверять. Казалось бы, сделать это в момент, когда мы разочарованы во всем мире, невозможно. Приведу аналогию. Представьте, что вы оказались в море во время сильных волн: волны топят вас, вы боретесь, тратите много сил и энергии. А расслабившись и подавив панику, вам гораздо легче остаться на плаву. Так и в кризис: вам нужно действовать спокойно и рассудительно, принимая помощь других людей, а не закрываться в себе, не отказываться от всего мира.

Гребенникова Ольга

# Что такое прощение?

**Прощение ради прощения смысла не имеет. Для того, чтобы простить человека, мы должны понять – есть ли смысл прощать? И для чего это нужно? Тогда у нас возникает способность простить. Потому что иногда человека не нужно прощать, в некоторых ситуациях. Может быть, это странно слышать?**

Есть такое понятие, как проклятие. Когда человек делает какую-то вещь, желая сознательно причинить боль другому, действует злобно, демоническим образом. Конечно, он это делает, потому что у него внутри есть какая-то проблема, но это уже другой вопрос. В этом случае вы не просто хотите, чтобы человеку было плохо. Вы хотите, чтобы у человека возникла какая-то ситуация плохая, чтобы он получил урок на эту тему. Вы можете проклясть человека на предмет того, чтобы у него по-

явилась какая-то проблема, которая была бы связана с тем злом, которое он совершает, чтобы человек мог это осознать. Не делай другим плохого, иначе сам не оберешься.

Из-за этого иногда у нас возникает нежелание простить, просто чтобы человек что-то понял. Поэтому прощение ради прощения бессмысленно. Прощение имеет смысл тогда, когда мы видим, что человек имеет какие-то слабости. Вот человек совершает какие-то ошибки из-за слабости, из-за

непонимания, из-за невежества – тогда мы, конечно же, должны прощать, потому что это является проявлением нашего служения. Но когда мы видим, что человек совершает какие-то действия не из-за слабости, а из-за агрессии – тогда какой смысл в этом прощении? Это будет искусственно. Оно не будет работать.

«**Понимаете у нас часто за вот этой попыткой прощать у людей стоит как это ни странно гордыня. Вот я такой вот чистенький, хорошенький, что я всех прощаю, понимаете? Попытка подражать там Христу или Богу даже самому, понимаете?**»

Мы должны думать таким образом: если этот человек так по отношению к нам поступил – значит, мы этого заслуживаем. Это одна часть. У нас есть с этим какой-то урок. И мы не в претензии. Но с другой стороны, мы не должны прощать в том смысле, что выдумывать какие-то оправдания ему. Нет. Если человек делает гадость сознательно, то пусть он получит за это какие-то последствия.



Бхактиведанта Садху Свами

Мы не должны быть добренькими. Мы должны думать о благе. А благо человека вовсе не означает, что все у человека должно быть хорошо: у него могут быть какие-то страдания ему во благо. Вот вопрос ко всем. Бог – Он благ? Или не благ? Благ. А тогда почему в мире присутствуют страдания? Ведь Бог же контролирует ситуацию?

Понимаете, Бог – Он не добренький, Он Всеблагий, но Он не добренький. Это разные вещи. Поэтому когда мы хотим быть добренькими, мы можем пытаться простить человека искусственно, но это не будет работать и может даже ухудшить ситуацию. Есть эти-

ческие нюансы определенные, которые нужно очень точно понимать, чтобы они работали.

Часто за попыткой прощать у людей стоит, как это ни странно, гордыня. Вот я такой чистенький, хорошенький, всех прощаю. Попытка подражать Христу или даже самому Богу. Это ложное эго, это гордыня.

Знаете, что с такими людьми происходит, которые пытаются всех прощать? Люди, которые их окружают, все больше и больше звереют в их сторону. Т.е. агрессия еще больше усиливается по отношению к ним.

Е.С. Бхактиведанта Садху Свами



# Переворот сознания на 180 градусов – самое сложное для меня в осознанной жизни

**Прям вот бесит до сих пор! Понимание, что мое настроение и мое текущее состояние определяется именно и только мной, а не внешними условиями, людьми и погодой.**

Не помню точно название фильма (не столь важно), но в нем отец главного героя пытается доказать сыну, что его идея сейчас просто невыполнима, и уже от бессилия орет: «Ты что, не понимаешь, что до сегодняшнего дня еще никто этого не смог сделать!» На что ребенок очень спокойно и даже с воодушевлением отвечает: «Значит, я буду первым». И ведь обязательно будет.

Что я видел всю свою жизнь и как приучился в итоге воспринимать себя и мир вокруг?

Когда вокруг комфортные и «теплые» условия – мне хорошо, и это поднимает мне настроение.

В кошельке и на счету приятная для меня сумма – мне хорошо. Теплая погода и светит солнце – мне опять хорошо. Красивая, улыбающаяся жена и довольные дети рядом – ну прям жизнь удалась!

**Но если вокруг что-то мне вдруг не нравится и получается не так, как я ожидаю, – настроение сразу начинает портиться.**

Сумма на счету уменьшилась ниже определенного уровня – сразу печаль! Супруга мне не улыбнулась или я заметил, как она чуть грустит – сразу мысль «я недостаточно что-то для нее сделал». То, что она может сама по своим личным причинам погрустить – это мой мозг не воспринимал как аргумент. Дети вредничают – надо что-то для них придумать хорошего и приятного и т.д.

**А что, разве нужно жить и не реагировать на внешнюю среду и людей вокруг?**

Во-первых, реагировать можно по-разному. Важно это делать объективно, а не в зависимости от случая и собственного настроения.

Во-вторых, люди вокруг вовсе не обязаны делать мне хорошо. Они

не для этого живут вокруг меня.

Что значит реагировать объективно? В данном случае я имею в виду, что мои реакции на схожие события должны быть одинаковыми. Разбил ребенок чашку дома, разлил тебе на клавиатуру весь компот, разбил чашку с какао в кафе и так далее. Реакция может быть только одна: помочь ребенку, организовать уборку последствий, дать новую чашку и восполнить напиток.

Когда ты осознанно воспринимаешь мир вокруг, для тебя нет времени, а жизнь вокруг всегда видится такой, какая она есть сейчас. При осознанном восприятии жизни нет плохих или хороших событий, жизнь по умолчанию создана, чтобы приносить радость – если ты сам специально не будешь все усложнять. Жизнь будет всегда восприниматься интересно и легко: трудности на пути – просто испытания, которые важно пройти достойно и набраться опыта их преодоления. И все это можно делать в радости.



Т.е. просто сделать, как было до ситуации. Места для отрицательных эмоций здесь нет. Все делается как минимум нейтрально, как максимум – с искренней спокойной улыбкой.

И вот так важно поступать по любому поводу – эмоции не должны

влиять на твоё поведение и сбивать тебя. Эмоции – это лишь маркер, который помогает четче различать и интерпретировать происходящие события.

Когда ребенок разбивает чашку в кафе, а вы начинаете нервничать и злиться, спросите себя – а почему я злюсь и кричу на ребенка? Ведь не может же просто разлитая и разбитая чашка как-то на меня отрицательно влиять. Что именно мне неприятно в этом? То, что ребенок испачкался, и нужно будет стирать вещь? Или что за чашку в кафе придется доплатить? Или что нужно будет купить еще один напиток вместо разлитого? Или что ребенок будет ходить с пятном на штанах, и все вокруг будут считать меня плохим родителем?

Обязательно найдите то, что именно вам не нравится в этом событии. Осознайте, что если вы злитесь из-за того, что нужно будет купить еще один напиток, а вы бы не хотели тратить дополнительные деньги – то вопрос же не в разбитой чашке и не в ребенке, а в том, что вы не хотите тратить деньги. А почему?

Скорее всего, из-за ощущения, что денег и так не очень много, а тут новые незапланированные расходы. Идите в самоанализе до конца – отметьте для себя: меня бесят не новые расходы, а тот факт, что денег и так не очень много. Вот оно, то, за что вы цепляетесь, то, что заставляет вас внутри очень грустить! Ощущение нехватки.

И пока оно есть, все вокруг вас не будет вам в полную радость, ибо вся наша жизнь основана на движении денег – мы отпускаем деньги (взамен товаров и услуг) и мы получаем деньги (за свое творчество и труд). Это энергообмен, без которого не будет жизни. Но постоянно думая о том, как плохо, что деньги уходят, вы тормозите этот естественный круговорот энергии (денег) – думаете больше о стороне, когда деньги уходят, и не уделяете внимание стороне, когда деньги приходят.

В итоге вы смещаете акцент – а растет всегда то, на что вы смотрите, и значит, в вашем случае оттока денег начинает становиться больше, а притока меньше.



**Запомните простое правило – не грустите, когда тратите деньги, или когда вдруг вам нужно потратить больше, чем вы планировали.** Лучше подумайте «ок, как мне еще заработать?», «я хочу увидеть возможности для дополнительного заработка», «я смогу заработать больше».

**Всегда держите акцент на будущем притоке к вам денег.**

Не сидеть и грызть ногти от переживаний «придут или не придут?», «блин, ну как же, как же мне еще заработать?», а быть уверенным, что вы найдете выход и обязательно заработаете еще, и даже больше, чем обычно.

И вот с этой уверенностью продолжайте делать свои обязанности – с широко открытой душой и глазами для новых возможностей, о которых вы попросили.

**Тренируйте себя в своей уверенности каждый день.** Когда я начинал так мыслить (у меня тогда была столярная мастерская, и в определенный момент текущие заказы уже подходили к завершению, а новых пока не было), то поразительно, как начинался вал звонков и об-

ращений. И самое интересное, что чем уверенней я себя чувствовал, тем более интересные обращения поступали. И наоборот, когда внутри меня ощущались сомнения и переживания, много таких обращений были пустышками. Но факт однозначный – вал обращений был всегда.

И как только я получал новые заказы – я успокаивался (что было ошибкой – нужно было поддерживать себя в этом состоянии и дальше), и звонки тут же прекращались. И так до следующей острой необходимости.

**Создавайте свою новую жизнь сами и делайте это каждый день.**

Вся наша жизнь создается только нами в каждое мгновение. Поэтому если вы хотите что-то изменить в своей жизни – вам придется начать что-то менять в том образе жизни, который вы ведете сейчас.

Но действуйте последовательно и не стремитесь все кардинально изменить в один день. Начните с избавления от уже осознанных вредных привычек, которые вам объективно мешают жить (далее вы будете замечать подобных привычек у себя все больше и больше):

- сквернословие и мат;
- неухоженная обувь;
- неудобная одежда;
- хмурый взгляд;
- нетерпимость к критике и т.д.

Выделите 3–4 своих недостатка и поставьте себе цель начать «отлавливать» их проявление еще на этапе мыслей – это довольно легко, достаточно просто решить так делать.

Поверьте, вам понравится не только результат, но и сам процесс. Ведь если (а точнее когда) у вас начнет получаться – от этого будут только плюсы.

Меняйтесь к лучшему!

Все просто

## Урок для души

Сидя за круглым столом, души выжирали свой следующий урок.

Встала смелая и сильная душа:

– В этот раз я иду на Землю, чтобы научиться прощать. Кто поможет мне в этом?

Души с сочувствием и даже немного испуганно заговорили:

– Это один из самых сложных уроков... Ты можешь за одну жизнь не справиться... Ты так будешь стра-

дать... Нам так тебя жаль... Но мы тебя любим и будем помогать...

Одна душа сказала: «Я готова быть рядом с тобой на Земле и помочь тебе. Я стану твоим мужем, в нашей семейной жизни многие проблемы будут по моей вине, а ты будешь учиться меня прощать».

Вторая душа вздохнула: «А я могу стать одним из твоих родителей, обеспечить тебе тяжелое детство, затем вмешаться в твою жизнь

и препятствовать в делах, а ты будешь учиться меня прощать».

Третья душа произнесла: «А я стану одним из твоих начальников, и часто буду относиться к тебе несправедливо и высокомерно, чтобы ты могла учиться испытывать чувство прощения».

Еще несколько душ согласились встретиться с ней в разное время для закрепления урока...

Итак, каждая душа выбрала свой



урок, они распределили роли, продумали взаимосвязанный план жизни, где они будут друг друга обучать и наставлять, и спустились для воплощения на Землю.

Но такова уж особенность обучения душ, что при рождении их память очищается. И лишь некоторые догадываются о том, что многие события не случайны, а каждый человек появляется в нашей жизни именно тогда, когда мы больше всего нуждаемся в уроке, который он с собой несет...

Успехов вам в познании уроков жизни!

Дарья Абахтимова



Сколько есть разных людей – столько существует и техник, чтобы прийти к гармонии и счастью. Кто-то найдет Учителя, кто-то посетит нужный мастер-класс, кто-то услышит необходимые слова. Многие могут послужить ключом к изменениям в жизни. Надо постоянно исследовать себя, пробовать вещи, которые делают тебя сильнее. В нашем материале мы расскажем об удивительных изменениях, которые произошли у Татьяны. Возможно, этот пример будет полезен вам, и вы найдете свой ключ к счастью.

## Исцеление любовью

Передо мной сидит красивая улыбающаяся девушка. Рядом с ней становится комфортно и уютно. Это какое-то волшебство. Естественно, мне интересно узнать, что это такое, и как это ей удается. Я предложил ей рассказать о ее волшебстве, она любезно согласилась. Знакомьтесь – Татьяна, администратор Эко-коворкинга «Эволюция».

– Татьяна, вы волшебница. Как вам это удается – создать вокруг себя такую атмосферу?

– Все очень просто. Волшебства здесь нет, впрочем, пусть это будет волшебством. Я открыла в себе внутренний источник любви. Этот поток наполняет меня изнутри. Я наполнена любовью, и часть этого потока изливается наружу. Люди это чувствуют. Им хорошо, и мне тоже.

– Все так просто!

– Да, когда открываешь в себе источник любви, то все в жизни налаживается, все выстраивается как нужно. Все желания исполняются.

– Это, наверное, сложно – открыть этот источник?

– Это возможно, и возможно для каждого.

– Как это произошло у вас? Интересен ваш опыт, ваш путь к этому состоянию.

– Я была обычной девчонкой, достаточно закрытой от внешнего мира. Была под давлением старших, взрослых. Потом все как обычно: вышла замуж, родила детей. Муж в силу своей работы все время отсутствовал, я видела его лишь три-четыре раза в месяц. Я была замкнута в четырех сте-

нах с двумя детьми. Меня все это угнетало. У меня начались недомогания. Болела спина, началось заболевание щитовидной железы. В какой-то момент накопилась критическая масса недовольства той жизнью, которой я жила. Меня ничего не радовало, я всем была недовольна. У меня сформировалось четкое намерение изменить свою жизнь.

Тут случился счастливый для меня момент. В один из дней я зажигаю аромалампу с запахом кедр, и понимаю, что я не могу отойти от нее. От нее идет сильный аромат, я вдыхаю и чувствую от пято-



чек до макушки, как у меня бегут мурашки по телу.

По мне пошла энергия: снизу вверх теплые волны заполнили меня. Я почувствовала, что такое

любовь. Я наполнилась ею.

И каждый день я находила момент, чтобы вдыхать этот чудный аромат. Смотрела на себя и видела преобразование в себе.

Буквально все недуги прошли за три дня. Я стала бегать, прыгать, и до сих пор так делаю. Ушла боль, которая мучила меня три года. Я поняла, что любовь все исцеляет. Тогда я взяла все таблетки, который у меня были, и выбросила в мусор.

Несколько дней я пребывала в этом состоянии. Мой взгляд на мир изменился. Я все увидела по-другому. А дальше начались чудеса. Все, что я хотела, началось исполняться. Обстоятельства складывались таким образом, что я получала то, что хотела. Я поняла: главное в жизни – поддерживать состояние любви. Любовь – великая сила, которая поможет преодолеть все трудности, впрочем, в таком состоянии их не случается.

– В вашей жизни произошли изменения в отношениях?

– Я подходила к мужу и предлагала изменить нашу совместную жизнь. Но, к сожалению, не удалось договориться. Муж остался в прежних взглядах. Когда я выбирала его – я была другой. Сейчас я изменилась, и мы с мужем не нашли общих точек соприкосновения. В новом состоянии я не могла уже жить с ним, и мы расстались.

Но даже после расставания я чувствую к нему любовь и благодарность за тот бесценный опыт нашей совместной жизни.



– Вы остались одна?

– Я не одна. Новое состояние привлекло в мою жизнь мужчину, и мы влюбились друг в друга. Рядом с ним я чувствую себя женщиной.

– А в предыдущем браке вы не чувствовали себя женщиной?

– Я была совершенно другой. Мне нравилось заботиться о людях, которые мне нравятся. Также я проявляла заботу о муже, но не получала взамен ничего. Мне это было непонятно, и неприятно, и грустно.

– А как сейчас, в новом состоянии?

– Сейчас я могу наполняться любовью, ее избыток идет к окружающим, и меня совершенно не заботит – получу ли я что-то назад, хотя ко мне приходит много хорошего от людей. Это происходит очень естественно и легко.

– Самые сложные взаимоотношения обычно складываются с родителями. Как у вас?

– Они также изменились. Раньше отец меня осуждал за мой выбор жизненного пути, относился холодно. Когда я рассталась с мужем, он был сильно недоволен и воспринимал это как личную трагедию. Дело доходило до криков и обвинений в мой адрес.

Сначала мне было трудно принести мою любовь в наши отношения, уж очень сильны были эмоции. Сейчас все налаживается. Он принял меня новую. Когда я приезжаю к нему, а он живет в другом городе, то мы уже начали обниматься. Раньше это было просто невозможно.

– У вас случилось замечательное преобразование – вы открыли свою любовь. Кому это доступно?

– Это возможно сделать каждому. Нужно иметь твердое намерение изменить свою жизнь. Как я понимаю, это может произойти, когда прежняя жизнь человека уже не устраивает. И он осознанно сам себе заявляет: я не хочу так дальше жить!

– Ваши изменения произошли благодаря ключу – аромату кедр.

– У каждого человека свой ключ. Это может быть любое событие. Когда у человека есть намерение, то случаются такие поворотные моменты. Желаю читателям газеты, чтобы и в их жизни случилось чудо – открытие внутреннего источника любви.

Интервью взял Игорь Губернаторов

Специально для «Тайны жизни»

## Когда демоны покидают нас...

Возмущенный ученик Чунта вошел в комнату Мастера.

– Мастер, что случилось с Норбу?

Мастер выглянул в окно:

– Ходит по монастырю, улыбается. Тебе это не нравится?

Чунта задумался:

– Во-первых, он ничего не делает! Во-вторых, еще вчера он устраивал

разгон всем, кто допускал ошибки в своих занятиях.

– Его разгоны помогли вам?

– Ну, не знаю. С одной стороны, это останавливало меня от неразумных действий, иногда разрушительных. Но это почему-то неприятно. Это лишает меня собственного опыта, пусть трудного.

– А с другой стороны?

– С другой стороны, это облегчает путь. Я вижу, как сделать правильно, благодаря подсказкам Норбу, и прихожу к результату. А теперь этого нет. Он ходит как блаженный и улыбается. Мне не хватает прежнего Норбу – строгого и знающего.

– Иди, работай и наблюдай за собой и за Норбу.

Ученик ушел.

\*\*\*

Чунта закончил подметать двор. Он сидел на солнышке, щурясь от удовольствия. Подошел Мастер.

– Я все понял и осознал! – поделился он с Мастером.

– Это хорошо.

– Вот солнце светит, и нам всем хорошо, мы что-то делаем. А когда солнца нет – мы спим. Так и Норбу для меня стал солнцем. Когда он бродит по двору и улыбается, то все дела спорятся, все идет хорошо. Я быстро подмечаю, что что-то не так, и исправляю. Далее все идет замечательно. Мне нравится такой Норбу. Что с ним случилось?

Мастер присел рядом с Чунтой

и тоже стал, щурясь, смотреть на солнце. Чунта продолжил:

– Прошлой ночью я слышал в домике Норбу крики. Ты, Мастер, его наказывал?

– Я ничего не делал и был у себя. Норбу надоела прежняя жизнь, надоело быть надзирателем. Трудно ему было наставлять вас, балбесов, на путь истинный. Вот он и решил избавиться от своих прежних программ, от своих демонов. Демоны, конечно, не хотели его покидать и всю ночь кричали, когда выходили из него. Но он молодец, справился. Я лишь благословил его на это.

– Он избавился от своих демонов? Что же пришло к нему?

– Не пришло, а открылась его ис-

тинная природа – любовь. Она всегда есть внутри нас. Если человек захочет, он может ее проявить.

– Любовь? И даже я?

– Если демоны позволяют, – улыбнулся Мастер.

– О, этого добра у меня много. Что делать? Без них скучно будет?

– С какими-то можешь распрощаться, а другими – управлять. Главное, чтобы они тобой не управляли. Скучно не будет.

Они задумчиво посмотрели на гуляющего по двору Норбу.

– Любовь позволяет решить все вопросы. И только она может это, – заключил Мастер.

Александр Дальмиров



## ГОТОВИМ «ЖИВУЮ» ВОДУ ИЗ-ПОД КРАНА

С недавних пор начала готовить воду по рецепту профессора Неумывакина. Живая вода – это вода структурированная, молекулы которой правильно упорядочены. Такая вода восстанавливает иммунную систему, замедляет процесс старения, повышает жизненный тонус и энергию.



Сегодня мы с вами ее приготовим!

Нальем обычную воду из-под крана в трехлитровую банку до краев. И оставим на ночь. За это время из воды улетучится хлор, а на дно осядут крупные примеси, тяжелые металлы и прочие загрязнения. Важно – не накрывать банку.

Наутро я сдуваю верхний слой воды, поскольку за ночь на него оседает пыль.

Аккуратно переливаем из банки примерно 1–1.5 л. в кастрюлю. Вообще, можно использовать 2/3 объема. Нижняя (грязная) часть воды нам не нужна, выльем ее.

Наливать нужно аккуратно, чтобы не перемешать воду в банке.

Поставим на плиту, на полную мощность. Доведем до мелких пузырьков, но не до кипения, иначе вода потеряет все полезные свойства.

Доводим до «белого ключа», температура воды 94–96 градусов.

Как только вода дойдет до конди-

ции, что вот-вот закипит, нужно снять кастрюлю с плиты и поместить под проточную холодную воду, чтобы резко остудить.

Именно в этот момент вода приобретает правильную структурированную форму, меняя свой состав. Выпить такую воду нужно в течение дня, т.к. дальше она теряет свои полезные свойства.

Рекомендую начинать утро со стакана такой теплой воды и в течение дня выпивать маленькими глотками не менее 1 литра.

Будьте здоровы!

Ирина Герман

## Аюрведа. Как правильно пить воду



**При правильном употреблении воды можно избавиться от недомоганий и улучшить работу всего организма.**

Пить воду желательно сидя, а не стоя.

Воду следует пить медленно и спокойно, а не заглатывая разом весь объем.

Оптимальный вариант – чуть теплая вода. Очень холодная вода для питья не рекомендуется.

Лучше всего пить воду, когда вы испытываете жажду. В таком случае вы выпьете необходимое именно вам количество воды. Распространенное мнение относительно 8 стаканов воды в день – не самое верное.

Прекратите пить воду, если чувствуете, что больше не хотите. Не заполняйте себя насильно.

Определить степень обезвоживания можно с помощью мочи: темно-желтый цвет свидетельствует о недостатке воды в организме, слегка желтый является нормой.

Оптимальный промежуток между приемом воды и приемом пищи должен быть приблизительно от 1,5 до 2,5 часов. Однако время перерыва может зависеть от географических условий и климата. На равнинах и в жаркой местности промежуток может быть короче, а в высокогорных районах – длиннее.

Если сразу после приема пищи хочется пить, можно выпить стакан сока после завтрака или молоко после обеда. По свойствам они отличаются от воды и не мешают процессу пищеварения.

Очень полезно пить теплую воду по утрам натощак. Это поможет избавиться от многих болезней и недомоганий, таких как мигрень, повышенное артериальное давление, анемия, ожирение, артрит и пр.

Категорически не рекомендуется пить воду сразу после приема пищи, потому что она блокирует энергию, нужную для нормального процесса пищеварения. Это приводит к тому, что пища не переваривается, а остается гнить внутри, создавая многочисленные проблемы для желудка и кишечника.

## Мутация вируса протекает очень интенсивно

Вирус обитает в пространстве. Он живет в воздухе и на окружающих вас предметах. Для него необходима энергия, как и для любого другого живого существа Земли, включая человека. Если мы узнаем, какой энергией питается коронавирус, тогда поймем, почему происходит его мутация.

Источники питания коронавируса

### Эмоции человека

Сейчас на Земле преобладают такие эмоции, как зависимость от работы и кредитов, страх потери работы, отсутствие денег. Эти эмоции владеют нами ежедневно. Поэтому человек сам создает дополнительные источники в энергетической структуре Земли. Раз питание меня-



ется, соответственно, и вирус видоизменяется, так как он впитывает эту энергию.

### Мысли человека

Отрицательные мысли по одним и тем же темам – деньги, кредит, работа – создают еще один источник питания для вируса. Человек ежеминутно создает эту энергию, каждый день ее обновляя, таким образом продолжается мутация коронавируса.

### Передача ценностей

Мы своим детям стали передавать информацию, касающуюся только материальных ценностей: недвижимость, транспорт, деньги и т.п. Эта

передача происходит из одного поколения в другое, и вирус питается этими идеями.

Раз информация меняется, соответственно, коронавирус тоже. Поменялся источник – видоизменился вирус.

Если мы и дальше будем кормить этот коронавирус собственной энергией, то мы его никогда не остановим. Можно поставить прививку, но выяснится, что концентрация энергии на планете поменялась, и вирус будет под это подстраиваться: продолжать мутировать и дальше развиваться.

Это подобно чуме в средние века. Вирус чумы питался только эмоциями, других источников не было. А какие эмоции были в то время? Голод, нищета и т.д. Концентрация на Земле этой энергии стала высокой, возникло заболевание. Когда люди стали погибать массово, человечество

начало интенсивно молиться, и чума исчезла, так как энергетический источник был ликвидирован.

Вывод: пока мы не будем жить по духовным законам, то будем создавать новые преследующие человечество вирусы.

За последние 20–30 лет появилась тысяча вирусов, которые мы не можем победить. Нет препаратов, которые смогли бы их убить в человеческом теле.

Совет: не участвуйте в массовых психозах, которые нам создают СМИ. Постарайтесь проявлять больше радости, веры, духовности в жизни, тогда вокруг вас не будет информации, которая доминирует сейчас на Земле.

Обращайтесь за помощью, если сами не справляетесь с происходящим.

С уважением, Марат Курбанов

Специально для «Тайны жизни»

Вы рождены на Земле, и Природа наделила вас уникальным потенциалом, он должен быть реализован.

# Марат Курбанов

Автор уникального направления, парапсихолог, натуропат биоэнерготерапевт

На тренинге и приеме вы узнаете:

- Насколько эффективно вы используете свой потенциал;
  - Почему нереализация собственной энергии может приводить к разрушениям и неудачам в личной жизни;
  - Как можно воплощать свой потенциал разными способами;
- От этого зависит раскрытие ваших способностей и возможностей. *Всего этого можно добиться и на частном приеме.*

Когда вы научитесь использовать собственную силу, это даст:

- здоровье,
- долголетие,
- рождение детей,
- неуязвимость от всех внешних воздействий (порча, сглаз, колдовство и т.д.),
- успех и продвижение во всех делах,
- открытый путь для развития Души во всех направлениях.

Адрес: ст. метро «Ботаническая», ул. Онежская, 4а, оф. 7

Тел.: 8-922-213-66-60



## Полезные шепотки на утро

**Длинные заговоры и трудные ритуалы не всегда полезны, поскольку у многих нет на это ни времени, ни сил. Специально для тех, кто желает привлечь удачу, любовь и успех в свою жизнь без особых затрат энергии, существуют шепотки.**

Утро – это время, от которого во многом зависит весь оставшийся день. Как проведешь утро, таким и будет время до самого вечера. Эта статья поможет вам сделать каждое утро более продуктивным.

Шепотки – это быстрые заговоры, к которым не нужно подготавливаться. Они легко запоминаются, а также не требуют много времени для осуществления. Несмотря на это, их сила весьма ощутима. Мы подготовили для вас утренние шепотки на разные случаи жизни.

Не забывайте вставать утром с правой, а не с левой ноги, говоря вслух: «Делаю шаг правой ногой. Удача, ты всегда со мной». Так вы избавите себя от мелких проблем в течение первой половины дня. Повторяйте этот шепоток каждый день, и тогда удача не покинет вас в любой сфере жизни.

Подобный предыдущему эффект будет иметь быстрый заговор у зеркала. Перед выходом из дома, когда вы уже полностью собрались, подойдите к зеркалу, дотроньтесь до него рукой и скажите себе: «**Ты все умеешь, ты**

**знаешь все на свете. Сегодня и я таков».**

От усталости вам поможет глоток чистой воды натощак. Произнесите следующий шепоток после того, как выпьете воду: «**Меня вода питает и энергией на весь день заряжает. Все умею, все могу. Сам себе я помогу».**

Когда вы умываетесь утром, то произносите каждый раз: «**Печали и сон я с себя смываю, новый день наново начинаю».** Говорят, что утром уходят тревоги прошлого дня. Этот шепоток поможет вам настроить себя на нужную волну и «боевое» настроение.

Если вас настигают неудачи, и вы чувствуете, что утро не задалось, то скажите себе: «**Я надеждой наполняюсь, от неудач я избавля-**

**юсь».** Это должно повлиять на вашу удачу и привести происходящее вокруг в норму.

Просыпаясь с любимым человеком, поцелуйте его и про себя скажите: «**Моя душа, мои мысли и сердце всегда с тобой».** Так вы будете связаны особым энергетическим каналом, находясь на любом расстоянии.

В выходной день можно, встав с кровати, сказать: «**Пусть этот день будет ясным и безоблачным, словно небо голубое. Аминь».** Можно прочитать другой шепоток: «**Хочу сегодня отдохнуть, жизнь свою перевернуть».** Это поможет вам настроиться на нужный лад.

Помните, что все шепотки должны читаться в строго определенное время. Их необходимо запомнить,



чтобы произносить слово в слово, иначе ничего может не получиться. Шепотки – это лучший помощник любого человека на пути к счастью и успеху в любой сфере жизни.

Подготовил Дмитрий Ермолаев

## Слезы – не признак слабости

**Общество научило нас тому, что слезы – это признак слабости. Слезы – удел слабых, депрессивных и заведомо проигравших людей. Не говоря уже о том, что мужчины вообще не должны плакать никогда. Они должны быть сильными, всегда держать все под контролем, особенно свои чувства и эмоции. Если же плачет девушка, ну, такая у нее природа, ведь она зависима от других.**

Такие внушения с самого детства сломали жизни многим людям. На самом деле слезы – это лучшее, что может с вами случиться. Слезы полезны, слезы – это очищение. Почему? Чтобы понять ответ на этот вопрос, попробуйте взглянуть с другой точки зрения.

Слезы сами по себе плохи или просто эта эмоция осуждаема обществом? Ведь мы же выставляем вперед руки при падении, чтобы предотвратить более серьезные повреждения. Так почему же с плачем все должно быть иначе?

Плач – один из самых важных врожденных рефлексов, высвобождающий энергию, застрявшую в нашей системе и разрушающую нас изнутри.

### Слезы – это очищение

Все в этой Вселенной – энергия. Все, что существует, включая нас, состоит из мельчайших частиц разной плотности, которая определяется энергетической частотой: чем ниже частота, тем выше плотность. То же самое и с эмоциями. Есть низкие эмоциональные частоты – страх, гнев, обида, вина, стыд и т.д. И есть высокие частоты безусловной любви: радость, счастье, игривость, благодарность.

Мы все стремимся к высоким частотам любви, но игнорируем тот факт, что для этого нам нужно избавиться от страха, который мы несем в себе. Эти низкие частоты

остались в нашей энергетической системе и теле только потому, что мы не высвободили их, подавив слезы или крик. Все это может привести к серьезным по-



следствиям и даже физическим заболеваниям. Нам стоит заново выучить этот язык энергий, чтобы иметь возможность исцелять себя и сохранять здоровье.

### Как все устроено

Дети используют естественный рефлекс высвобождения низких частот. Они плачут или кричат, просто отыгрывая проходящую через них энергию. Они мастера «энергетической чистки». Пока не появляется взрослый, который учит, что такое поведение неуместно и неприемлемо. А неко-

торые еще и усугубляют ситуацию страхом наказания за естественное поведение.

Это вносит дисбаланс в энергетическую систему. Таким образом, мы постоянно находимся в энергиях страха и не можем подняться по энергетической шкале в прекрасное место любви, к которому стремится наша душа.

Так почему же общество мешает нам быть счастливыми? Все очень просто. Людей в страхе легко контролировать. Представьте себе

больше бесполезных вещей, чтобы удовлетворить внутреннюю пустоту, вызванную страхом. Они признают, что все мы люди и в конечном итоге разделяем одни и те же ценности и мечты.

Вся система, которую мы знаем сегодня, рухнула бы, потому что она основана на контроле и иерархической власти. На низкой частоте, основанной на эго и страхе, жадности и внушении о дефиците, вынуждающем бороться, чтобы получить свой кусок пирога.

Если бы люди осознали, что все это иллюзия, и всего хватит на всех. Если бы мы жили частотой любви вместо страха, это была бы другая история.

### Уязвимость – наша самая большая сила

Пора проснуться для новой реальности и осознать, насколько важно высвободить эмоции. Стоит признать тот факт, что нам дана возможность исцеляться; что те, кто якобы причиняет нам боль или осуждает нас, просто показывают нам наши собственные раны, которые нуждаются в исцелении. И мы делаем то же самое для других. Высвобождая подавленные эмоции, мы создаем нашу собственную реальность.

**Чувствуя благодарность и прощение, мы трансформируем эти низкие частоты страха в высокие частоты любви.** Первые результаты будут ощущаться довольно быстро, потому что мы осознаем, что не являемся жертвой.

Мы понимаем, что у нас нет контроля над другими, но у нас есть контроль над собой, и мы можем повлиять на результат, изменив свои собственные модели поведе-

ния. Мы переписываем наше старое «программное обеспечение», основанное на страхе, в новый сценарий, полный высоких частот любви. И мы признаем, что уязвимость – наша самая большая сила и ключ к счастью и целостности.

Поэтому в следующий раз, когда вы почувствуете боль, обвинение, осуждение или обиду, не реагируйте на том же низкочастотном уровне, который только усилит эту энергетическую частоту между вами и другим человеком, приводя к конфликту.

Вместо этого сделайте шаг назад, дайте волю эмоциям. Плачьте, кричите, бейте подушку. Не отождествляйтесь с этими эмоциями, просто дайте этой энергии выход, иначе она разрушит всю вашу жизнь изнутри.

Почувствуйте благодарность за возможность высвободить эти энергии, простите этого человека, ведь он помог вашему исцелению, и осознайте, насколько это важно для вашего же собственного благополучия и здоровья. Поймите, слезы – лучшее, что с вами может случиться.

Вы будете удивлены, насколько быстро ситуация изменится, и поведение другого человека либо адаптируется к вашей новой частоте, либо исчезнет, потому что вы не придали этой энергии резонанс на том же низком энергетическом уровне, а заставили ее трансформироваться.

**Превращение этого мира в место любви и счастья начинается с изменений внутри каждого из нас.** И такая простая работа с энергиями окажет в этом огромную поддержку.

Осознанная реальность

# Создание кристалльной решетки сознания новой Земли

## Ченнелинг

### Медитация с Великой Богиней

**Это случилось неожиданно... Планы нашей встречи у Великой Богини были одни, у меня другие, но на встрече все пошло совершенно не так.**

После настройки и расслабления Великая Богиня (ВБ) поприветствовала всех нас. Она пришла с Архангелами, и каждый Архангел (к нашему удивлению) взял каждого из нас в свою сферу. Во встрече участвовал 21 человек. Мужская и очень серьезная энергия, исходящая от Архангелов, нас удивила, поскольку сеансы с Великой Богиней проходили всегда в благодати и расслаблении.

Сегодня нам решили показать нашу многомерность «Я – планета», со всеми планами. Мы настроились и почувствовали себя Землей. Архангелы транслировали нам эти настройки.

#### Создание новой решетки сознания

*ВБ: Вы с планетой – единое сознание. Пора бы это уже понимать. Вы полное планетарное существо ментально-астрально-физического плана (Христосознание).*

Наше поле решетки Христосознания Земли включает в свой овал Солнце. Структура решетки – полевая, она не имеет ячеек, а выглядит как аура. Хотя раньше я всегда себе представляла ее как сеть.

Расширяемся снова, и теперь наше коллективное существо включает всю Солнечную систему. Поле вокруг Земли было сероватое, а здесь, вместе с Солнцем, оно стало светящимся и имеет высокое напряжение света и огня. Теперь под руководством Великой Богини мы переходим в астральный план Логоса Солнечной системы. Оболочка раскрылась большим диском, напоминающим Сатурн. В ней множество планет и миллионы космических кораблей. Солнце выглядит как желток, а мы находимся в «белке».

*ВБ: Не забывайте, что это тоже вы (Солнечная система в астральном плане). И ваша задача – не конфликтовать, согласовывать все свои мысли, действия и планы. Это должно быть вашим основным пожеланием в этом теле – дать каждому живому существу то, что оно хочет.*

Мы находимся в астрально-ментальном теле Солнечного Логоса и собираемся работать с Землей.

Какие здесь ощущения? – отсутствие желаний, нет любви и чувств, а есть планирование и программы. Богиня подсказывает: поскольку мы находимся в теле Логоса, у нас нет человеческой привязки к планете – любви.

*ВБ: Земля – это часть Логоса, которая им не особенно осознается (как, например, печень у человека), и человеческое сознание нужно Логосу для того, чтобы осознать эту часть себя (планету). Поэтому мы собираемся соединить ваше человеческое сознание с сознанием Солнечного Логоса для того, чтобы осознать Землю, наполнить ее сознание чувствами, любовью, мыслями и пр.*

Мы присоединяем свою разумность ментального плана к астральному Логосу.

И теперь мы будем «реформатировать» планету. Это будут делать Архангелы, которые с нами соединились, и мы как Земля на астральном плане.

Вокруг планеты обод, как у Сатурна. Это новые программы для поднятия планеты на астральный план. Мы должны убрать старые решетки.

Еще мы выступаем как хозяева планеты, как гаранты человеческого сообщества. Без людей

ничего на планете нельзя делать. Мы глубоко погружаемся в сознание Архангелов.

Я ломаю старые астральные решетки – черные блестящие конструкции на астральном уровне. Они создавали матрицу, программировали людей на дуальное сознание и физическую биоэнергетику.

Решеток сознания много, и они соединяются между собой. Удаляются только матричные решетки трехмерья. С нами Богиня и Отец Небесный, которые наблюдают за процессом. Архангелы из себя достают созданные из их энергии высоковибрационные решетки. Энергии решеток очень мягкие.

Если человеческая энергия жесткая, нервная, концентрированная, плотная, то здесь энергия очень комфортная, приятная, мягкая.

Вот такие решетки опускаются на планету – при их воздействии у человека появляется сознание Творца, божественного любимого дитя. Здоровая матрица (нет больных и калек).

Процесс называется «планетарное реформатирование астрально-ментальных решеток сознания». Это общечеловеческое сознание, для всех людей, а решетка сознания Христа выше на один план.

#### Характеристика новой решетки сознания

Это сознание умиротворения, гармоничности, общения через любовь и прощение, спокойствия, взаимопонимания, дружеских отношений.

Отношение к власти и управлению совершенно другое. Здесь не столько управленцы, сколько учителя, и мы ощущаем равенство и сотрудничество. Любовь течет из моей груди как река, наполняет пространство вокруг меня, и другие люди такие же. Любовь как поле.



Общение через телепатию между людьми и прямое общение с сознанием планеты. С растениями и животными у человека есть телепатическое понимание.

Когда мы начинали сегодня эту работу, планета была на границе двух планов, двух сред, а теперь она чуть-чуть переходит в астрал.

Пошел поток согласия от Великой Богини – она дает добро на завершение.

Мы заводим эту матрицу в сознание людей. Есть носители этого сознания, и они это воспримут, это примерно 55% людей. Планета будет наполняться такими энергиями, особенно через детей. Вижу, как постепенно все новые и новые люди входят в это пространство сознания любви и света.

На уровне Богини одновременно с нашей работой Архангелами производится «починка» душ – исцеление и наполнение.

Прямо сейчас мы переводим планету в другое измерение.

*ВБ: Теперь ты поняла, почему ты вспомнила сегодня все свои решетки?*

Теперь я чувствую себя новой планетой. Внутри меня внимание и попытка осознать эту работу.

Архангелами для просветления Земли создана совершенно новая кристалльная матрица. Единое информационное пространство, чистое и прекрасное. Эта энергия соединяется с планетой, и это

ощущается в моем человеческом энергетическом теле. Обозреваю новую планету. У нее будет один полюс внизу – как вход и выход.

Великая Богиня приостанавливает работу: осознать грандиозность того, что вы сделали.

Наполняем решетку чувствами, которыми мы хотим наполнить Новую Землю. Глубокое понимание человека, милосердие и прощение, более возвышенные чувства и эмоции, вдохновение и мягкий восторг.

#### Что я есть теперь?

Планетарная решетка без старого опыта, чувствую себя ученицей. Я более свободная, легкая, мне не тяжело жить. Я красивая. У меня нет сравнения ни с кем, поэтому я так свободно себя ощущаю. Я радостная. Внутри удовлетворение своей жизнью. Всего достаточно. Я ни в чем не нуждаюсь. Свобода творчества. Мне интересно заниматься творчеством. Любопытство и любознательность мгновенно удовлетворяются из информационного планетарного поля. Но при этом я все равно создаю свое творение.

Великая Богиня поздравляет всех нас и благодарит – и людей, и Архангелов.

И мы все радуемся и гордимся своей новой планетарной работой!

Наталья Котельникова  
руководитель Школы Вознесения.  
sanatkumara.ru

## Кем и с какой целью дается информация?



**Одна из основных характеристик нашего физического мира – так называемая «пелена забвения». Входя в воплощение, человек забывает собственную суть, блокируется память прошлых воплощений, человек практически не слышит «тихого шепота души», и, как следствие, перестает ощущать себя частью Создателя, каковым, по сути, является. Все это – «правила игры» в трехмерной реальности. Одной из основных целей, собственно, и является – вспомнить свою Божественную принадлежность...**

Человеческую цивилизацию можно рассматривать как единый организм, который, по аналогии с ребенком, родился и растет, развиваясь. И чтобы ребенок этот рос, развивался и «не попал под машину», нужна грамотная родительская опека. Человеческая цивилизация развивается под присмотром Высших Разумов.

Далее идет ченнелинг.

«... передача информации на Землю идет с самых начальных стадий

развития человечества. Это необходимый процесс, это процесс, поддерживающий развитие. Очень много произведений искусства, музыки, исследовательских работ, открытий производится в результате такого воздействия, такого взаимодействия с цивилизацией людей. То есть человек может получать мысли, не осознавая, что этот процесс активирован, и считать эти мысли за озарение или за процесс его мыслительной деятельности.

Это было очень развито в прошлом... И совсем недавно, по вашему времени, вы активно стали входить в состояние полутранса или транса, и, настроившись на канал, научились раскодировать и передавать эту информацию текстом, знаками, голосом, или просто вспоминая и рассказывая. Все это является разновидностями ченнелинга, или приема информации из тонкого плана...»

## Проекты «Сетка» и «Галактика»: что советским военным удалось узнать об НЛО

Информация о том, что в СССР Комитет государственной безопасности изучал НЛО, то и дело просачивается в СМИ, но на самом деле фактов известно крайне мало. Да, проект исследования НЛО в СССР существовал. Да, советские ученые и сотрудники госбезопасности изучали неопознанные летающие объекты, старались их каталогизировать и даже вступить в контакт, но до сих пор не известно главное – выводы, к которым пришли специалисты ныне уже закрытого проекта.

В 1981 году в госбезопасности СССР появился проект «Сетка», имевший свои отделы в Министерстве обороны и в Академии наук. Отделы «Сетки» собирали любую информацию о появлениях НЛО. 90% этих данных оказывались просто фантазиями очевидцев или легко объяснялись полетами ракет, запусками метеозондов или отделением ступеней при запуске ракет в космос – расписания этих событий и места проведения совпадали с наблюдениями НЛО. В КГБ занимались теми 10%, которые не могли объяснить. В 1986 году правительство разработало второй проект, который назывался «Галактика».

**Версий происхождения НЛО было три – вражеские технологии, неизвестные явления природы и проявления внеземного разума.**

Часть экспериментов по изучению НЛО проходила на полигоне Владимирка под Астраханью. На этот полигон ученые свезли самую чуткую аппаратуру. Военным даже удалось научиться вызывать НЛО. Они заметили, что «шары» и другие неопознанные объекты часто появлялись там, где присутствовала какая-либо напряженность, – происходила катастрофа или начинались военные действия.

**Чтобы «вызвать» НЛО, военные летчики Владимирки прибегали к хитрости** – выкатывали из ангаров необычно большое количество самолетов, как бы имитируя начало военной операции, и НЛО частенько появлялись над активизировавшимся аэродромом. Ученым оставалось лишь изучать объекты.

**Они обнаружили, что НЛО как бы включаются в процесс «изучения» и «играют» с людьми.** Например, невооруженным глазом

было видно яркий объект, зависший над аэродромом, в то время как по приборам ничего видно не было. Или объект оставался



Полигон ЦНИИ КГБ «Сетка». Фото © mdfschool.ru

на месте, но на приборах вдруг исчезал. Или объект гас и появлялся на другом месте, а отметка на экране радара не меняла положения.

Бывали и попытки наладить прямой контакт – при появлении НЛО к нему выходил кто-нибудь из солдат-добровольцев и начинал двигаться вправо и жестиковать: разводил руки в стороны, а потом скрещивать их на груди. Тогда объект отклонялся вправо, а потом «распухал» и снова сжимался. Вроде бы контакт есть? Но его одновременно и не было, потому что дальше взаимодействия с «тарелочками» не шло.

**Были и курьезные случаи, которые тем не менее заслуживали самого пристального внимания.** Например, в Подмоскowie, неподалеку от Щелково, двое военных пили на даче коньяк. Один из них вышел на крыльцо и неожиданно почувствовал сильное желание уйти в сторону леса. Второй по-

шел за другом. В лесу на поляне военные увидели светящийся шар, внутри которого находилось «нечто», которое разговаривало с первым военным. Оно приказывало мужчине войти в шар, но тот опомнился, вспомнив, что завтра ему заступать в наряд. Военные вернулись на дачу. Эта «пьяная сказка» при детальном изучении оказалась заслуживающей самого пристального внимания, потому что подвыпившие военные оказались не единственными свидетелями посадки НЛО. Его видели почти 50 человек – рядом располагалось несколько воинских частей, в которых круглосуточно дежурили часовые, поэтому специалистам «Сетки» не составило труда понять траекторию полета и найти место приземления.

**Генерал-майор Еременко, работавший в системе, был уверен, что Земля имеет дело с проявлениями внеземного разума.** Причем разума такого уровня, что человеческая цивилизация не может ему ни помешать, ни представлять какой-либо опасности. По его словам, военным летчикам СССР ни разу не удалось не то что сбить – приблизиться к НЛО, а вот сами объекты могли безнаказанно летать там, где им вздумается. Например, однажды специалисты Института эксплуатации и ремонта авиатехники вылетели на специализированном самолете «Илюшин» в Новосибирск, где произошла авиакатастрофа. В районе Урала рядом с самолетом появилось НЛО и подошло к нему на довольно опасное расстояние, а потом несколько раз облетело лайнер. Ученые не растерялись и стали фотографировать объект и записывать наблюдения. В результате получился объемный доклад, который был подшит «к делу».

Известно о нескольких случаях, которые изучались «Сеткой». Одним из них стало появление НЛО в казахстанской степи под городом Джармавском в июне 1971 года. Эти НЛО не просто висели в воздухе, а приземлялись, из них выходили трехметровые тощие гуманоиды, которые вели на земле какие-то исследования.

life.ru



## Шумеры дружили с пришельцами

**Археологи, которые на протяжении десятилетий занимаются расшифровкой и изучением шумерских табличек, пришли к выводу, что часть рисунков и небольших статуэток являются свидетелями шумерского общения с инопланетными цивилизациями. Не известная современным астрономам планета Нибиру – место, с которого прибывали пришельцы в четвертом тысячелетии до нашей эры на Землю, а точнее, в Древнюю Месопотамию.**

Повествования шумеров описывают загадочную планету с сильно вытянутой орбитой. Ее видимое прохождение рядом с Землей происходит один раз в 3600 лет. Согласно расчетам, скоро наступит период появления этой планеты. Тогда шумерские изображения, возможно, обретут наглядное подтверждение.

Есть изображения, где **инопланетяне ведут к своим «колесницам» людей и забирают их с собой.** При этом человек не выглядит испуганным или отправляемым в рабство. Очевидно, общение было дружественным и понятным обеим сторонам. После небольшой экскурсии человека вновь возвращали на землю.

Некоторые ученые предполагают, что инопланетяне оказали огромное влияние на развитие шумерской цивилизации. По мнению этих исследователей, **многие рисунки изображают диски и ракеты, пролетающие по небу, и людей, стоящих около летательных аппаратов.** Специалисты предполагают, что некоторые знаки, нарисованные на глиняных дощечках, обозначают летающие корабли инопланетян. В шумерских легендах упоминаются «сверкающие круглые предметы, летающие в небе, как орлы» и «шемы, идущие по небу». При этом словом «шем», по предположениям ученых, шумеры называли «летающие тарелки» инопланетян. Само же название Шумера писалось как «ки ен гир», что означает «страна властителей ракет».

На одной из глиняных табличек, хранящих историю жизни леген-

дарного царя, написано следующее: **«Вначале небо потемнело, а затем озарилось ярчайшей вспышкой света, из которой появился могучий Бог Солнца».** О контакте шумеров с пришельцами говорится и в древнем месопотамском тексте, найденном в библиотеке царя Ашурбанипала. Он был написан в 2500 году до н.э. В легенде рассказывается о царе Этане по прозвищу Добрый, жившем около 5000 лет назад. Также упоминается о том, что однажды на городской площади около царского дворца приземлился «летающий железный щит», из которого вышли высокие, темнокожие, светловолосые, облаченные в свободные одежды люди.

**Космические боги передали древним шумерам невероятные знания о мире, а также о самой важной планете – Нибиру, своей родине.**

Расшифрованные письма говорят о том, что пришельцы появились на нашей планете 432 тысячи лет назад. **Прилетев на Землю, инопланетяне начали проводить генетический эксперимент с первобытными людьми.** Был получен новый вид, отличающийся способностью к разумной деятельности, который в дальнейшем контролировался и направлялся на путь эволюционного развития. И где-то примерно 4000 лет назад наша цивилизация начала стремительно развиваться. Пришельцы выбирали правителей из числа самых развитых и умных людей, которые в свою очередь обожествляли их.

salik.biz

## МОЛЕБКА: ВСТРЕЧА С ИНЫМИ МИРАМИ

Этим летом мы снова проводим туры-экспедиции в самые загадочные места Урала! Главное из них – это аномальная зона Молебка, удивительный и загадочный «М-ский треугольник». Открытая в 1984-м уфологом Эми-

лем Бачуриным, она и сегодня продолжает удивлять необъяснимыми явлениями и феноменами. Здесь чудеса, здесь йети бродит, русалка на ветвях сидит на Центральной поляне... А еще тут наблюдаются хроноаномалии,

звуковые и визуальные миражи, появляются плазмиды, искры «кокетки» и многое другое. Все это – Молебка.

Также мы проводим поездки в другие аномальные зоны и места силы Уральского региона: Аркаим, пере-

вал Дятлова, Митькины озера, Павда, «Свердловский треугольник» и другие таинственные места!

**Организатор: уфолог Алексей Королев.**

**Узнайте больше на сайте аномальный-туризм.рф**



## Уделите несколько минут для гармонизации себя

**Настройка чакр.** Эта практика не займет много времени (примерно 5–10 минут), но очень эффективна для обретения душевной гармонии. Рекомендуется выполнять последовательность перед практикой йоги в указанном порядке (от одной чакры к другой). Вы можете начинать этой практикой свое утро, задавая тем самым направление всему дню.

### Первая чакра

Расставьте ноги чуть больше ширины плеч. Прикройте глаза. Глубоко вдохните и сделайте выдох через ноги, посылая поток энергии в землю. Представьте, что ваши стопы пустили в пол корни. Стойте спокойно и устойчиво.

Мантра: «Я сильный. Я имею право быть здесь. Мне помогают».

(Допускается высказывание в женском роде, либо обозначение себя как «человек»).

### Вторая чакра

Разведите ноги чуть шире. Согните, но пусть они будут расслаблены, не приседайте низко. Активно разотрите ладони, пока они не станут теплыми, и положите их на живот (на ладонь выше от пупка). Сделайте живот мягким, дышите только им. Начинайте через руки посылать в свое тело любовь и исцеление.

Мантра: «Я разрешаю себе чувствовать то, что я чувствую. Я уважаю свои чувства».

### Третья чакра

Поднимите руки чуть выше, к ребрам. Продолжайте посылать любовь и заботу своему телу. Сместите фокус внимания с живота на ребра, бока, спину. Станьте мягким. Почувствуйте себя частью потока. Аккуратно сделайте скрутку в левую сторону на пять дыханий, затем повторите на другую сторону.

Мантра: «Я такой, какой я есть. Я принимаю себя».

### Четвертая чакра

Положите руки на сердце. Дышите через него. Посылайте через ладони любовь, принятие и исцеление. Ощутите силу своего сердца, прислушайтесь к его ритму. Сделайте десять глубоких,

ровных дыханий. Затем сложите руки в намасте у себя за спиной. Соедините лопатки, расправьте плечи и начинайте дышать через спину.

Мантра: «Я прощаю себя и всех. Я благодарен. Я люблю себя».

### Пятая чакра

Положите руки себе на горло. Ды-

мантра: «У меня красивый голос. Я говорю правду. Я слышу то, что говорят другие. Мой голос слышат».

### Шестая чакра

Теперь черед лба. Поместите на него ладони и начинайте любить и исцелять его. Сделайте несколько дыханий через свой

Мантра: «Я следую своей интуиции. Я доверяю себе и своему внутреннему голосу».

### Седьмая чакра

Положите руки на макушку. Дышите через нее. Расслабьте ее, почувствуйте тепло своих рук, снимите ими все накопившееся напряжение. Представьте яркий и мощный луч, который исходит из вашей головы в небо, соединяя вас со Вселенной.

Мантра: «Я часть Вселенной. Я свет. Я любовь».

### Гармонизация работы чакр

Перенесите внимание в ноги. Сделайте их крепкими и устойчивыми. Почувствуйте связь с землей. Почувствуйте каждую чакру и начинайте дышать через них, двигаясь от ног до макушки и обратно. Опустите и выпрямите руки по бокам ладонями вперед. Раскройте в грудной клетке.

Мантра: «Это я. Я нахожусь в доверии и смирении».

Дарья Абахтимова



шите через эту область. Ощутите одновременно его хрупкость и силу. Направляйте в это место любовь и исцеление.

лоб. Расслабьте его. Представьте сияющий бриллиант в области третьего глаза (межбровье). Это – символ вашей мудрости.

## Тибетский монах Майкл Роуч поделился техникой исполнения желаний

**Народная мудрость гласит: что посеешь, то и пожнешь. Именно этот принцип для исполнения своих желаний использует тибетский монах Майкл Роуч. После обучения в тибетском монастыре он построил алмазную корпорацию и написал несколько мировых бестселлеров, используя метод, которому его обучил учитель.**

До тибетского монастыря Роуч был студентом Принстонского университета. Но однажды он узнал, что его мать больна. Чтобы найти способ помочь ей, молодой человек отправился в Тибет. На тот момент он был единственным иностранцем в монастыре.

После окончания обучения учитель Майкла поручил ему важное задание. Роучу требовалось отправиться в Нью-Йорк и заработать деньги для тибетских беженцев. Отправляя в дорогу ученика, учитель спросил, сможет ли Майкл использовать то «знание о семенах», которому его обучили в монастыре.

До отъезда Майкл Роуч практиковал это знание не единожды. К примеру, он хотел написать достойную книгу. Майкл отправился к своему тибетскому учителю и спросил, что ему нужно для этого сделать. Учитель сказал Роучу, что

тот должен помочь своему однокурснику, который также был занят написанием книги.

В то время еще не было компьютеров, и Майкл Роуч печатал рукопись своего однокурсника на печатной машинке. Эта работа заняла почти год. Но когда она закончилась, по словам Роуча, в его жизни произошло чудо. С ним связался представитель крупного американского издательства и предложил написать Майклу книгу. Позже эта книга станет бестселлером и будет переведена на 30 языков. Именно так и работает тибетское «знание о семенах». По словам Майкла Роуча, с помощью этого знания можно реализовать любое свое желание. Чтобы оно исполнилось, потребуется сделать четыре шага.

Майкл Роуч колесит по всему миру, чтобы открыть людям «знание о семенах», которое помогло

исполнить ему не одно желание.

**ШАГ ПЕРВЫЙ.** Нужно определить, чего вы хотите. По словам Роуча, желания людей сводятся к пяти вещам: финансовая независимость, хорошие отношения, жизненная энергия и здоровье, счастье и внутреннее умиротворение, служение человечеству. Следует выбирать только одну цель.

**ШАГ ВТОРОЙ.** Необходимо найти другого человека, который хочет чего-то подобного. Например, когда Роуч отправился в Китай делиться своими знаниями, одна китайка спросила у него, как ей найти спутника жизни (т.е. она

не хотела быть одинокой). Майкл Роуч посоветовал ей отправиться в дом престарелых. Дальнейшие действия разберем в следующем шаге.

**ШАГ ТРЕТИЙ.** Когда вы нашли человека, который хочет исполнить похожее на ваше желание, помогите ему в этом. Таким образом, вы сеете «семя» желания в своем подсознании. Роуч рекомендует уделять этому человеку по часу своего времени в неделю. Китайка, которая хотела выйти замуж, навещала старушку в доме престарелых, которая страдала от одиночества. Девушка прино-

сила ей цветы и разговаривала с ней. Вскоре желание китайки исполнилось: она встретила мужчину, за которого вышла замуж.

**ШАГ ЧЕТВЕРТЫЙ.** «Семя» желания нужно поливать. «Вода» – это ваше отношение к этому «семени». Если вы чувствуете любовь и счастье от того, что вы помогаете другому человеку, и от того, что делаете, – этим вы поливаете «семя» своего желания. Каждый день перед сном вспоминайте о том, что вы помогаете людям, и что им это нужно. Это и есть «вода» для «семена» вашего желания. По словам Роуча, если не делать четвертого шага, «семя» желания не возрастет. Недостаточно просто помогать людям. Нужно радоваться тому, что вы делаете.

Что этот метод работает, Майкл Роуч доказал на собственном примере не один раз. Он выполнил задание своего учителя и заработал деньги для тибетских беженцев. Его алмазная компания достигла оборота в 250 миллионов долларов и была продана легендарному инвестору Уоррену Баффету.



Майкл Роуч

Марина Селезнева

# Лесник

**История эта мистическая, но весьма полезная для меня оказалась. Было все это или не было – уже неважно. Важно само переживание.**

Неудачно наступив на мокрый камень, я упал в ручей. Влага проникла под одежду. В первый момент хотелось чертыхнуться. Но... но тут я вдохнул невероятно свежий аромат воды. Не вылезая из ручья, зачерпнул ладонью воду и наслаждением выпил. Это был волшебный напиток. Он благодушно разлился в теле. Весенняя вода ручья с тающих снежников обладала невероятной силой. И я наполнился ей. Уже и не обращал внимания на мокрую одежду.

Вылез из воды, разделся, положил на траву сушиться промокшее, сам лег рядом. По небу неторопливо бежали облака. Небесная синь вовлекла меня в себя, и на какой-то момент я покинул эту реальность.

Тихий вздох вывел меня из созерцания иных миров. Рядом сидел старик с окладистой бородой и пил воду, зачерпнутую из ручья. «Видимо, местный кто-то», – подумал я.

– Будьте здоровы, – обратился я к нему.

Он посмотрел на меня, улыбнулся, и я услышал низкий голос:

– И тебе здравия. Это ты зря так много хлебнул из нашего ручья. Пропаций ты теперь человек.

Я сел и недоуменно спросил:

– Это почему пропаций? Вода хороша, и мне хорошо, как заново родился.

– Пропаций для городской жизни. Теперь ты прикован к нашим местам.

– Да, места тут знатные.

Отсюда, с бугра вид был чудесный. Внизу река, по ней плыли последние льдинки. На другом берегу лес уже подернулся молодой зеленью. Это был тот непередаваемый оттенок, который бывает только весной. Река несла на себе всякий мусор, смытый ей с берегов после таяния снега. Поздняя весна – волшебное время.

– Отчего вода тут так хороша?

– Течет она со снежников с вершины горы и протекает через капище древних славян, силу обретают и свойства колдовские. Это только весной бывает, пока снега тают.

Снедаемый любопытством, я представился и спросил:

– Я – Александр, приехал сюда, хожу, наслаждаюсь местами чудесными. А вы кто?

– Собеседник твой. А какая разница – кто я? Это важно для тебя?

– Вообще-то не важно, – смущенно сказал я, дивясь неожиданному повороту.

– У Лукерья Петровна живешь.

– Да.

– Хорошая женщина, только не повезло ей в жизни, но она справляется. Ты уж с ней повежливей.

– Да, весьма приятная женщина, вот пустила меня на постой. Я ей благодарен и предельно вежлив.

– Ну да бог с вами с людьми, вон смотри, как стая птиц поднялась из-за бугра.

Я посмотрел в сторону реки – действительно, стайка птичек вылетела откуда-то и устремилась за реку.



– Красиво.

Я обернулся: старика не было. Он исчез также бесшумно, как и появился.

\*\*\*

– За реку ходил, по старому мосту? – встретила меня вопросом хозяйка.

Она как-то странно посмотрела на меня. Ее лицо подернуло легкая печаль, но она в одно мгновение взбодрилась и сказала:

– А сегодня у нас будет замечательный обед. Я разносолов достала с погреба.

– Спасибо, конечно, Лукерья Петровна, но с чего бы это?

– Не спрашивай, мил человек, так надо.

Я опять почувствовал на себе ее тревожный взгляд.

Обед был великолепен: рыжики и грузди, огурчики соленые, зелень свежая с огорода и много еще чего.

– Все хорошо, все ладно? – спросила Петровна, подперев голову рукой, когда мы закончили есть.

– Все замечательно. Благодарю.

Раскроете секрет, что случилось?

– Были у меня на постое уже пять человек за последние годы. Так же раз-другой сходят туда за реку, а потом и не вернутся. Нет, только трое ушли насовсем. А двое вернулись и стремглав домой, все вещи побросали. Храню пока.

– Что стряслось, Петровна? – раздался густой бас. В комнату вошел старик, высокий, под потолок. – Вот даже маленка послала за мной.

Он осмотрелся, увидев богато накрытый стол, сказал:

– Так, все понятно! За реку ходил, по старому мосту? – спросил он меня.

Я невольно вжался в стул, как виноватый школьник:

– Ходил.

Старик сел за стол и продолжил расспрос:

– Из ручья воду пил? С Лесником разговаривал?

– Да, пил и разговаривал.

– Попал ты в переплет, молодой человек. Как кличут-то?

– Александр, Саша. В какой переплет? Все было очень хорошо, и лесник – приятный старик, и вода вкусная тут. Да в чем дело? Уж будьте добры, поясните.

– Это Семеныч, знахарь наш местный, ну или колдун, по-вашему, по-городскому. Ну, короче, знающий человек, – пояснила Петровна.

– Ну, раз колдуном Петровна назвала, то так и скажу – околдовали тебя наши места. Непросто тебе будет вернуться в город.

Я судорожно сглотнул:

– А те трое так и пропали в лесах. Их околдовали тоже?

– Ну почему пропали, это среди нас их нет. А что они в лесах делают, нам неизвестно. Может, и обустроились. Как знать.

– Может, они у лесника живут? Он вроде хороший человек, приветливый.

Семеныч переглянулся с моей хозяйкой, потом внимательно посмотрел на меня, можно сказать, прожег взглядом:

– А что, Петровна, можно ему сказать?

– Можно, – одобрила хозяйка.

– А кто тебе сказал, что Лесник – человек?

– Дак обличье человеческое, – оправдывался я, а у самого волосы стали дыбом подниматься.

– Это леший, что ли? – мои глаза округлились, быть в лесу и встретить лешего, вот история.

– Нет, он не леший, он рангом повыше – Дух Леса. Ну а мы его уважительно Лесником зовем, так проще. Леший – так, мелкая сошка, порождение суеверий людских. Нет его в наших лесах.

У меня мурашки забегали по спине.

– Тянет в лес пойти? – спросил колдун.

Я вдруг почувствовал, что он прав: меня тянуло снова в лес. Я честно признался себе в этом. По моему взгляду колдун все понял.

– То-то и оно. Околдован ты. Но ты не безнадобен. С тобой он разговаривал, а это не каждому дано.

– А вы с ним общаетесь, вы его видели?

– Нет, мы его не видели и не говорили. Мы ему вопросы задаем по нашей житейской надобности – он знаками отвечает. Вживую не видели. Это ты вот такой особенный... избранный им.

– Как же мне быть? И к нему в лес охота, и с людьми тоже хочется быть, у вас вот или домой съездить. Разрывает.

Хозяйка моя вздохнула:

– А мы уж колдовать начали, чтоб тебе вернуться. Я как увидела, какой ты пришел, так стол и накрыла.

– Привязку создала к людскому миру, – пояснил Семеныч. – А я, как увидел в чем дело, послал маленка к себе. Вот он принес отвар на травах.

Маленок, племянник Петровны, мальчик лет десяти, поставил на стол бутылку с отваром.

– Налей-ка, Петровна, мне кваску, а тебе, Саня, вот отвар, пей. Поможет он тебе вернуться.

После отвара я быстро уснул, сном богатырским.

\*\*\*

Проснулся. На меня немного тревожно смотрели Семеныч и Петровна.

– Не знаем, вернешься, не вернешься ли. Это твой путь. А мы сделали что могли.

Я молча собрался, внутри было чувство – надо идти к Духу Лесному.

Встал на пороге и поклонился моим провожатым.

– Благодарствуйте. Не поминайте лихом. Бог даст – вернусь.

– Ждем обратно, – они тоже церемонно поклонились мне.

Я повернулся и пошел навстречу свежему ветру перемен.

Игорь Индин

Рисунок Натальи Поповой



## Идите своей дорогой

Учитель с учениками шли по дороге в город. За поворотом дорога разделась на пять разных путей.

– Куда пойдём? – спросил учитель учеников.

– Смотрите, здесь есть указатели! – заметили ученики. – На одном написано «Пойдете этой дорогой – будете биты». На втором «Пойдете сюда – никогда не обретете богатства». А на третьем «Эта дорога отберет у вас друзей».

– Выходит, ни одна дорога не хороша! – заметил один из учеников.

– Ошибаетесь, – усмехнулся наставник. – И ошибка ваша – в том, что вы воспринимаете только чужие указания. Кстати, вы заметили, что дорог вообще-то не три, а больше?

– Значит, надо идти своей дорогой! – обрадовались ученики.

– Неплохое решение, – одобрил наставник.

И они пошли. Но не по дороге, а через поле. Ученики решили во всем следовать «своей дорогой»: несколько раз они проломались через густые заросли, вымочили ноги, пересекая небольшой заливной луг...

Наконец вдали показался город.

– Ну что ж, вы прошли своим путем, – сказал им наставник. – Но посмотрите на себя: вы все в репьях и колючках после тех зарослей, вы продрогли, потому что намочили ноги, вы устали. И как вам «собственный путь»?

– Но как же быть? – растерялись ученики. – Мы ведь понимаем, что вы говорили не просто о пути в город, а о жизни...

– Все просто, – пожал плечами учитель. – Иди своей дорогой – хороший выбор в жизни. Но не забывайте и о том, что чужие советы могут вам пригодиться. Если вы умны – будете учиться на чужих ошибках. Думаю, каждому из вас было известно, что заливной луг стоит обойти по краю, да и ломиться сквозь колючие кусты – не самое разумное решение...

Слушайте советы, принимайте к сведению любой опыт! Но лишь для того, чтобы самостоятельно выбрать разумное решение, которое подойдет именно вам. И тогда, возможно, по проложенной вами дороге пойдут и другие.

aikisport.ru

# Удивительные тробрианцы

**Это немногочисленный народ, живущий на островах Тробриан к востоку от Новой Гвинеи. Тробрианцев не назовешь изолированным народом, и столкнулись они с европейцами уже давно, но при этом практически ничего не переняли у них.**

Острова Тробриан были открыты в 1793 году французским кораблем и названы в честь лейтенанта этого судна по фамилии Тробриан. Только через сто лет начались попытки освоения островов. В 1894 году на самый большой остров архипелага – Киривину – прибыли католические миссионеры и основали там первую школу. Еще через 10 лет Австралия



поставила здесь небольшой военный гарнизон, была основана торговая фактория. А в 1975 году в результате антиколониального движения острова обрели независимость и вошли в состав Папуа-Новой Гвинеи, хотя, наверное, чисто формально – никаких государственных учреждений там не наблюдается до сих пор.

Удивительно другое – за почти 100 лет колониального существования коренные жители островов практически ничего не переняли у «цивилизации», кроме чисто материальных вещей вроде металла, даже ни к какой религии их склонить не удалось. Однако одно очень странное заимствование все же случилось.

## Крикет

Католическим миссионерам не удалось обратить тробрианцев в хри-

стианство, но зато они научили их играть в крикет, и очень успешно. А ведь это очень сложная игра с разными мячами и головоломными правилами, но тробрианцам она понравилась, и они дополнили ее песнями и танцами в процессе. Более того, игра обрела абсолютно неожиданные функции.

Европейцы ведь запретили войны между племенами, а конфликты и споры остались. **Вот крикет и занял место межплеменных и межклановых разборок. Теперь тробрианцы решают все споры, играя в крикет.** Кто выиграл, тот и прав.

## Полный матриархат и свободная любовь

Более свободного отношения к любви и сексу, наверное, нет больше ни у одного народа. Интимная жизнь у тробрианцев ничем не ограничена, даже возрастом. Она начинается тогда, когда человек в состоянии осуществлять эти функции.

Создаются все условия для этого. **В любой деревне есть специальные дома (называются «букуматула»), специально пред-**

**назначенные для встреч пар, не состоящих в браке.**

Причем интересно, что мужчины не имеют права голоса, и выбирают всегда девушки. А когда выберут, то достают из одежды острые раковины и начинают ими царапать своего избранника. Причем не в шутку, а абсолютно всерьез, считается, что чем больше бьет, тем больше ей парень нравится.

Однако все это до брака. Семья у тробрианцев есть, и относятся они к ней очень серьезно, но и тут выбор за девушкой. Если она задерживается у парня после восхода солнца, то все, это уже брак.

## Магия

А еще тробрианцы очень любят торговать и заключать разнообразные сделки. **Самый удивительный товар у них – это магия.** Причем не магические услуги, когда какой-нибудь «маг» что-то делает за плату. Нет. Каждый тробрианец – «маг» и может использовать заклинания, но вот составлять их проблематично. Поэтому они их покупают оптом и в розницу. То есть какой-нибудь владелец заклинания может продавать его



по частям, по отдельным предложениям. Что же, неплохой источник дохода. Насколько их магия эффективна и есть ли она вообще, судить трудно, но они уверены, что все работает.

## Язык

Язык тробрианцев – один из немногих, которые отличается, по терминологии лингвистов, «нелинейным восприятием действительности». Это сложное понятие, но можно привести простой пример. Например, ямс. Имеется в виду, что росток ямса, незрелый клубень и созревшее растение – не один предмет, а три разных, причем не связанных друг с другом.

salik.biz

# Юрак-Руми – постройка не нашей цивилизации

**Юрак-Руми (что означает «белый камень») представляет собой сложный архитектурный комплекс, сделанный в выступе гранитных скал в долине Вилькабамба (расположена в регионе Куско, Перу).**

По официальной версии, данный комплекс был создан инками в качестве культового сооружения. Я с этой версией не согласен и предлагаю вам три причины, почему историки могут ошибаться.

## Слишком много непонятных элементов

Для культового сооружения у Юрак-Руми слишком много непонятных ниш, выступов, площадок, лестниц в никуда и иных элемен-

тов, назначение которых не поддается здравому смыслу. Если учесть факт, что комплекс вырезали из гранита, обработка которого для инков явно не была простой задачей, то существование всяческих бесполезных элементов выходит за рамки логического мышления. Учитывая сложность работы с гранитом, у каждого элемента должна была быть четко отведенная цель, а его создание заранее спланировано.

Однако это замечание действует при условии, что комплекс строили инки. Если это сооружение делала другая цивилизация, то все элементы могли служить для определенных целей. Просто с этой цивилизацией у нас слишком большая разница в логике и развитии, вот мы и не осознаем их предназначение.

## Технологии создания комплекса

В начале статьи я упоминал, что комплекс сделан из гранитного скального выхода. Гранит является твердой горной породой, и любым инструментом с ним работать не получится. Проще говоря,

на поверхностях должны были сохраниться следы от инструментов, которые применяли инки для создания столь грандиозного шедевра.

Однако на памятнике нет даже намека на использование простых и понятных методов обработки, которыми могли обладать инки. По факту мы видим готовое изделие без явных следов обработки.

Если допустить, что Юрак-Руми построили не инки, а древняя развитая цивилизация, то можно говорить о технологии строительства, уровень которой превышает познания современной науки. Учитывая все факты, я больше

склоняюсь к варианту неизвестной цивилизации.

На мой взгляд, данный объект создала древняя развитая цивилизация, а инки только нашли ее и использовали на свое усмотрение, которое как раз могло включать в себя некий культовый смысл.

Таким образом, Юрак-Руми является одной из самых необычных и интересных древних построек в Перу, истинное предназначение которой остается большой загадкой, так же как и ее изначальные строители.

Сергей Лесняк

