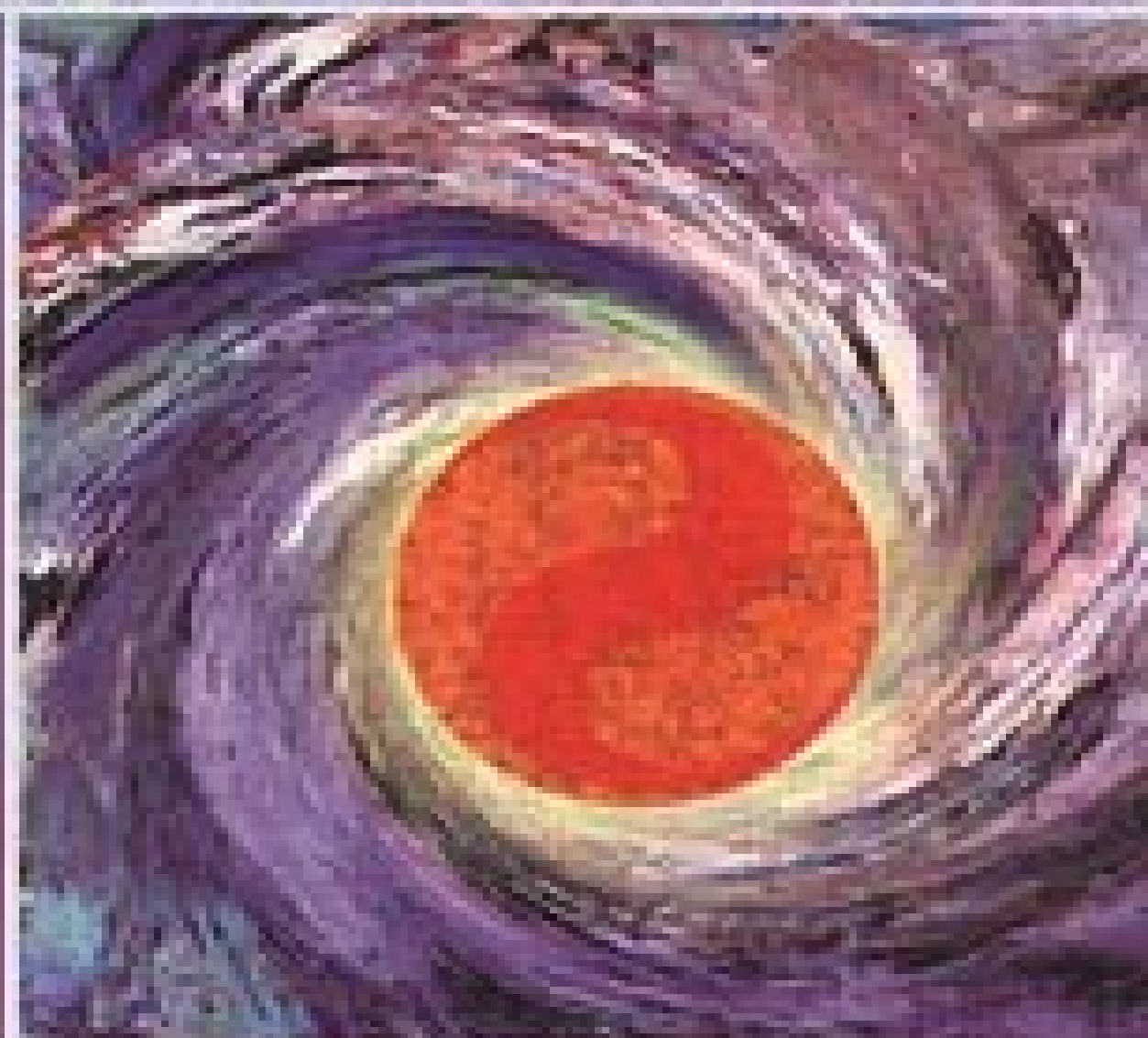




УНИ-ДИДЪ ЧУ



ДЕЛАЙ МЕНЬШЕ,
ДОСТИГАЙ БОЛЬШЕГО

ВОЖОБ АЛОМ 1917(117)

Чу Чин Нинь - Делай меньше, достигай большего. Секреты Мага Дождя

Annotation

Изучив три секрета Мага Дождя – тонкой настройки своих действий, успокоения разума и использование Божественной силы, – вы обретете способность управлять жизнью таким образом, что все события и их результаты будут случаться в нужное время. Ваши ежедневные действия будут упорядочены и упрощены. Исполнение станет безукоризненным.

Но есть и еще один самый важный момент – подобно Магу Дождя, вы сможете использовать закон скрытого согласия и синхронизма.

Люди, события и стихийные явления будут являться к вам в нужное время, чтобы помочь вам достичь желанной цели. После того как мы привели себя в гармонию с вселенскими силами, синхронизм случается сам собой. Синхронизм и скрытое согласие мы чаще всего называем «удачей».

Секреты Мага Дождя возносят нас над обычным материальным сознанием и помогают войти в то состояние, где озарения происходят легко. Мы видим, как духовные стихии влияют на нашу повседневную реальность.

Чин Нинь Чу

ПРЕДИСЛОВИЕ

Свою книгу, ставшую классикой жанра, «Непроторенный путь» [] Скотт Пек начинает такими словами: «Давайте взглянем правде в глаза – жизнь трудна».

В этой же книге, которая уже стала классикой, Чин Нинь Чу рассказывает нам о том, как сделать жизнь легкой.

Вы, несомненно, сможете по достоинству оценить весь блеск мудрости и изысканности книги, которую сейчас держите в своих руках. Особая глубина достигается благодаря ее невероятной простоте. То, что просто, – доступно всем.

Чин Нинь Чу – стратег и провидец. Она способна достичь глубочайших прозрений, не утратив скромности и смирения. Она обладает редким даром – способностью объяснить непростые, вечные истины при помощи понятных метафор и примеров.

Чин Нинь Чу – единственный человек в мире, способный написать такую книгу. Это скорее картина, чем соединенные вместе слова, – скорее переживание и пробуждение, чем полезные советы.

«Делай меньше, достигай большего» направлена на глубинные причины культурного обнищания современного общества. Вокруг нас происходит слишком много событий, но все они почти не связаны между собой. Порой возникает такое ощущение, что мы помимо собственной воли стали участниками гонок и не в состоянии определить, где окажется финиш. У большинства из нас есть собственные дома, но мы не в состоянии их обжить по настоящему. У нас хранятся фотоальбомы и видеопленки, на которых запечатлены наши дети, но не сохранилась объединяющая семью духовная сила.

Мы невероятно заняты, загружены «до сумасшествия», но при этом не в состоянии определить, куда же мы так мчимся. Мы направляем все свои силы на то, чтобы выполнить первоочередное задание, но при этом по настоящему важные дела постоянно откладываем «на потом».

Мы стремимся получить побольше удовольствий от жизни, иногда даже получаем эти удовольствия, но разве при этом мы испытываем подлинное счастье? Кто то из нас делает нужные вещи в неподходящее время, иные делают ненужные вещи всегда.

Вступая в новое тысячелетие, мы должны пересмотреть свой способ мыслить, свой способ реагировать на задачи, которые ежедневно ставит перед нами жизнь. В новой эре знание может стать новой силой; просветление и духовность могут обратиться в семена гармонии и истинного величия человеческой расы.

Для того чтобы полить эти семена человеческого величия, Чин Нинь Чу пригласила Мага Дождя, который учит нас, как делать меньше и достичь большего.

*– Дениз Уойтли,
президент Института Уойтли,*

автор бестселлеров «Seeds of Greatness» и «Empires of the Mind»

МАГ ДОЖДЯ

Карл Юнг, первый ученик психоаналитика Зигмунда Фрейда, часто обращался к следующей истории, чтобы продемонстрировать силу чуда:

Жители одной деревни страдали от засухи на протяжении нескольких лет. В деревню являлись многие могущественные маги дождя, но все их усилия вызвать дождь пропадали втуне. Отчаявшиеся жители деревни наконец решили пригласить знаменитого Мага Дождя из далеких стран. Явившись в деревню, он разбил шатер и удалился в него на четыре дня. На пятый день начался дождь, утоливший жажду пересохшей земли.

Жители деревни спросили Мага Дождя, как тому удалось совершить это чудо.

Маг ответил: «Я ничего не делал».

Изумленные селяне спросили снова: «Но ведь этого не может быть, ведь дождь начал идти на пятый день после того, как ты пришел в нашу деревню».

Тогда Маг Дождя объяснил: «Как только я появился здесь, то понял, что вся жизнь вашей деревни больше не находится в гармонии с Небесами. Так что я провел четыре дня, настраиваясь на гармонию с Божественным. Затем полил дождь».

УСТАВ ОТ ПОГОНЬ

Жить следует легко – так же легко, как Маг Дождя вызвал дождь. Но мы сделали жизнь трудной, пробиваясь сквозь хаос наших желаний.

В этой книге мы с вами попытаемся до конца разобраться в том, как Маг Дождя вызвал дождь, не прилагая никаких усилий. Поняв состояние Мага Дождя, мы сможем вывести его секреты и с их помощью добиваться желаемых результатов в повседневной жизни.

Но, прежде чем отправиться на разведку, давайте определим, где же мы находимся в данный момент своей жизни.

Многие люди признавались мне: «Я так устал от нескончаемых жизненных битв! Стремясь вырваться вперед, я веду их на всех фронтах». Даже люди, достигшие материального благополучия, не в состоянии избавиться от чувства «я больше так не могу». Это не дает им наслаждаться плодами своих трудов.

Мы слишком много времени проводим в работе. От этого наш разум становится беспокойным, сердце теряет вдохновение, а тело дряхлеет. Кажется, каждый работает, не щадя себя, но работы лишь становится больше. Чем больше денег мы имеем, тем сильнее разгораются наши аппетиты. Даже разбогатея, мы чувствуем, что получили еще не все, чего хотели от жизни.

Так создается порочный круг, из которого нет выхода. Сколько стрессовых ситуаций способна перенести наша нервная система?

Те, кто способны храбро взглянуть правде в глаза, должны услышать свой собственный внутренний голос: «Я так устал от этой гонки. Я увяз в борьбе, где нет победителей, борьбе, из которой нет выхода. Если я не стану продвигаться быстрее, те, кто сейчас дышат мне в затылок, собьют меня с ног и растопчут. Если меня не устраивает мое нынешнее положение, каково же мне будет, если я окажусь на более низкой ступени социальной пирамиды? Каждый день я должен подниматься на эту страшную, изматывающую битву».

Сколько же их, ведущих эту безрадостную, безысходную борьбу за «жизненный успех»?

Из всего этого напрашивается вывод – можно разрешить этот кризис, удалившись от мира и, став отшельником, наслаждаться простыми радостями природы. Что ж, для небольшой части людей это решение может оказаться приемлемым. Но большинство все же не способно оставить привычную жизнь лишь потому, что в ней невозможно выиграть.

Вот что говорил один великий восточный мудрец девятнадцатого столетия о человеке, который решил покинуть этот мир после того, как его мечты потерпели крах: «Нет, он не отрекся от мира; это мир от него отрекся».

Гоняетесь ли вы за удачей, защищаете ли вы то, чего достигли в результате тяжелого труда, или спасаетесь от провала – все это порождает тяжелый стресс. Форсируя события и изменяя ситуации в свою пользу, вы переживаете беспокойство. Жизнь отказывается подчиняться вам, и может показаться, что она обладает своим собственным норовом.

ИЗБАВИВШИСЬ ОТ УСИЛИЙ

Всю свою жизнь я мечтала стать великой певицей. На уроки вокала я истратила больше денег, чем на что либо в своей жизни. Наконец я осознала, что главная причина, по которой мне не удастся добиться успеха, – это то, что я слишком сильно хочу петь хорошо и потому сковываю свой голос. Мне просто нужно было отпустить его, и тогда мой разум придет ему на помощь. Я осознала, что мой голос сам знает, как следует петь. Об этом не знал только мой разум.

Как только я освободила свой разум от усилия, мой голос освободился сам. Я поняла, что, если освободиться от сдерживающих рамок постоянных усилий и нехватки времени, может быть достигнуто преобразование любого аспекта нашей жизни. Эта невероятная сила существует в каждом из нас как семя, готовое раскрыться в любой момент. Оно прорастет и превратит свою скрытую силу в роскошное дерево.

То, что я нашла причину своего неуспеха в пении, помогло осознать, что жить можно так же просто и легко, как петь. Каким то странным образом, продвигаясь по жизненному пути и становясь старше, все мы начинаем думать, что достичь успеха в жизни можно лишь ценой громадных усилий, лишь «перекроив жизнь на свой лад». В результате мы видим, что жизнь не всегда поддается нам и чаще перекраивает на свой лад нас.

И только избавившись от усилий, мы позволяем чуду войти в нашу жизнь.

Хелен стала владелицей агентства по трудоустройству. В течение первых двух недель после открытия офиса она поместила три

отдельных коротких объявления в «Лос Анджелес таймс» о том, что она ищет людей для работы руководителями в трех различных интернациональных компаниях. По этим объявлениям к ней явились три кандидата, которые полностью удовлетворяли условиям. По прихоти судьбы, те же три компании, для которых производился поиск кандидатов, тоже поместили объявления, каждое из которых занимало четверть колонки, в тот же еженедельник, что и Хелен. Однако кандидаты откликнулись только на ее короткие объявления.

Чудеса происходят куда чаще, чем мы склонны считать. Эти чудесные и простые силы существуют в законах природы в бесконечно свободном состоянии. Они ожидают лишь толчка с нашей стороны. Если бы мы обладали возможностью обратиться к этим чудесным силам в любой момент, не стали бы наши жизни подобны легким парусникам, скользящим по водам океана?

Пример Хелен может послужить иллюстрацией этой мысли: при размещении объявлений она намеревалась успех. Чудесные результаты стали возможными благодаря силе ее разума и духа.

ВЫВОДЫ

Работа Мага Дождя являлась не чем иным, как чудом. И хотя чудеса не подвластны нашему рассудку и манипуляциям, вы поймете, что их можно вызвать, создав внутри себя особую среду. Среда, которая притягивает элементы синхронизма и скрытой сонастройки. В своей обыденной жизни мы не называем это явление «чудом», так как слово «чудо» звучит слишком уж мелодраматично. Когда все вокруг оборачивается в нашу пользу, мы обычно недооцениваем ситуацию, называя ее «совпадением» или «везением». Но такое «везение» на самом деле сродни чуду.

Существует ли формула, по которой везение и чудеса могут происходить по нашей воле? Наша задача – определить то, что может создавать ведущие к желанным результатам благоприятные факторы.

Иными словами, повысив свои шансы в получении благоприятных результатов, мы сможем достигать желаемого без

всяких усилий, как сделал это Маг Дождя.

1 СЕКРЕТ. ТОНКАЯ НАСТРОЙКА

ДЕЛАЙ МЕНЬШЕ, ДОСТИГАЙ БОЛЬШЕГО

Когда Маг Дождя только прибыл в деревню, засуха была суровой и опустошительной. Если бы он был таким же, как мы с вами, то сразу же ушел бы с головой в бурную деятельность, расспрашивая селян об истории и характере дождей в этой местности, а затем занялся созданием церемониального сооружения, где можно было бы молиться о приходе дождя.

Но он вообще не утруждал себя деятельностью.

Китайское слово, соответствующее понятию «занятости», состоит из двух частей. Одна часть символизирует человеческое сердце, другая символизирует смерть. Из этого можно сделать вывод, что, когда человек слишком уж «занят», его сердце мертво. Однако в современном обществе каждый человек почитает занятость как добродетель. Когда вас спрашивают: «Вы заняты?», чаще всего вы отвечаете: «Да, я очень занят, у меня не будет времени, чтобы поболтать». Вы никогда не скажете: «Да нет, мне совершенно нечего делать», даже если это святая правда. Мы обычно ассоциируем занятость с успехом; не заняты лишь те люди, которые не преуспели в жизни. В действительности мы обнаруживаем, что существует множество очень «занятых» людей, которые занимаются абсолютной ерундой. «Занятость» еще не всегда добродетель – чаще всего она означает, что вы забыли о своем сердце.

Целью нашего Мага Дождя было вызвать дождь, а не устроить представление. Ему вовсе не нужно создавать видимость деятельности, чтобы поразить чье то воображение. Чтобы добиться желаемого результата, он делает совсем немного – укрывается в шатре и погружается в медитацию. Делая лишь это, слившись с покоем, он достигает состояния гармонии и распространяет его на всю деревню. Делая меньше, Маг Дождя достигает большего.

Один из главных принципов хатха йоги – индийской системы физических упражнений – состоит в том, чтобы позволить телу расслабиться и растянуться, а не заставлять его насильственно принять определенную позу. Когда вы озабочены тем, чтобы растяжка получилась полной, ваше тело сопротивляется.

Когда вы открыты и расслаблены, работаете без усилий и не стремитесь добиться определенных результатов, вы открываете свое тело изнутри естественным образом, благодаря чему вам легко удаются любые растяжки.

Наше отношение к связанным с работой успеху и достижениям должны подчиняться тем же правилам.

ДИЛЕММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ОЗАБОЧЕННОСТИ

Озабоченные стремлением поскорее решить задачу, вы тратите огромные усилия на то, чтобы получить жалкие результаты. Если ваше желание слишком велико и мысли слишком напряжены, вы устаете еще до того, как начали работать. И хотя ваше тело еще не приступило к выполнению задания, ваш разум уже извелся, стремясь учесть все факторы и непредвиденные обстоятельства.

Вы еще не пошевелили пальцем, а разум уже взлетел под небеса и погрузился в бездны, предвкушая успех и поражение. Вычисляя все будущие ходы, ваш мозг успевает израсходовать такое количество энергии, что вскоре вы оказываетесь еще дальше от намеченной цели, чем вначале. Вы становитесь столь же беспомощным, как заводная игрушка, у которой закончился завод ее пружинки. Вы хотите расслабиться, но вас угнетает тысяча вещей, которые вам следовало бы сделать еще вчера. Принуждая себя снизить темп, вы испытываете чувство вины.

РИТМ: ПОКОЙ – УСИЛИЕ

Мы считаем, что усилие исключает покой. Парадокс состоит в том, что покой и усилие вовсе не противоположные понятия – одно дополняет другое. Для того чтобы выиграть в жизни, вы, подобно

олимпийскому бегуну, должны приложить большое усилие. Однако чтобы добиться успеха, вам следует поддерживать равновесие между усилиями борьбы и покоем плавного движения. То же относится к фигурному катанию. Когда фигуристы прилагают слишком большие усилия, они рискуют закружиться слишком быстро и не удержаться на ногах. С другой стороны, не затратив достаточного количества физической и ментальной энергии, спортсмены могут совершить ошибку во время своего лучшего номера.

Цель состоит в том, чтобы научиться тратить усилия без усилий. Когда балерина танцует на носках, легкость и красота танца скрывают бесконечные часы учения. Лучано Паваротти сумел научиться «вытягивать» всю оперу, совершенно не напрягая голос. Чтобы достичь этого, он натренировал каждую часть своего тела таким образом, чтобы она, позволяя голосу оставаться ненапряженным, справлялась с огромной нагрузкой.

Вы должны стать сильным, чтобы уметь расслабляться и легко подчиняться тем переменам, которые несет с собой жизнь. Лишь на фундаменте огромной силы могут существовать грация и расслабленность. Секрет успеха великого певца, танцора и спортсмена всегда один – и он позволяет человеку выйти победителем в любом соревновании.

ГАРМОНИЯ БОРЬБЫ И КОМПРОМИССА

В двойственной природе достижения цели скрывается сила борьбы и компромисса. Подумайте о том, как эти два начала воплощаются в реке. Она идет на компромисс с землей, по которой течет, прокладывая себе путь. Она неустанно бежит вперед, стремясь к своей главной цели – влить свои воды в океан. Оба эти начала постоянно пребывают в равновесии.

Здесь главным для реки является усилие: влить в океан свой поток – основная цель, обойти стороной скалы – цель второстепенная. Добиваясь второй цели, река ни на минуту не упускает из виду своей первой цели. У реки нет времени на то, чтобы

остановиться и сфокусироваться на разрушении скалы, преградившей ее путь к океану.

И вы, стремясь к достижению цели, точно так же всегда держите глаза открытыми, определяйте ритм покоя и борьбы и подчиняйтесь ему. Этот принцип должен проходить сквозь все аспекты вашей жизни.

Первоочередной целью в семье для нас является создание гармоничной среды для наших близких. Стремление сохранить свою индивидуальность – наша второстепенная цель. Ради первого мы готовы сгладить свои противоречия.

Такая же ситуация может возникнуть при деловых переговорах. Главной целью является создание здорового партнерства для расширения рынка компании, а второстепенной – борьба за лучшее предложение. Для достижения большой цели – делового партнерства – человек, ведущий переговоры, должен балансировать между выгодными условиями и компромиссом. Без компромисса не будет и соглашения.

ЧЕМ МЕНЬШЕ, ТЕМ БОЛЬШЕ

Делать меньше вовсе не значит ничего не делать. Ниже приведены некоторые основные примеры, иллюстрирующие то, как принцип чем меньше, тем больше может быть применен в каждом аспекте жизни.

1. Дайте воде закипеть

Для того чтобы вскипятить воду, вы наливаете ее в чайник и ставите его на огонь. Все эти действия требуют определенного расхода энергии. Закрывая крышку чайника, вы даете возможность воде закипеть. Если же вы проявляете излишнее беспокойство и постоянно открываете крышку чайника, то замедляете процесс нагрева, и вода закипает с опозданием.

Мы часто слышим, что предприниматель или торговец должен обеспечить постоянную поддержку своего товара для того, чтобы его

распродажа прошла удачно. Но даже такое простое понятие, как «поддержка», имеет свои нюансы и тонкости. Некоторые торговцы, найдя своего потенциального клиента, начинают проводить рекламную поддержку товара в раздражающем «штурмовом» стиле. Им так хочется побыстрее распродать весь свой товар, что в своих стараниях они напоминают домашнюю хозяйку, которая постоянно поднимает крышку чайника и заглядывает в него, чтобы увидеть, не закипела ли в нем вода. Чем более отчаянные меры «поддержки» принимает торговец, тем больше вероятность, что его дело сорвется.

2. Поймите, от чего нужно отказаться

Не распыляйтесь на пустяки, подумайте, от чего следует отказаться и что следует продолжить делать.

Я знала одного мелкого издателя из Европы, который долгие годы еле еле сводил концы с концами. Однако в прошлом году его издательство опубликовало книгу, сразу же ставшую бестселлером. Благодаря этому неожиданному успеху множество писателей, сделавших себе имя, обратились к нему, желая опубликовать свои произведения в его издательстве.

Издатель решил воспользоваться моментом и стал издавать как можно больше новых книг. Однако его компания не обладала достаточными средствами, чтобы издать такое их количество. Чтобы справиться с этим, издатель нанял новых редакторов, которые в большинстве своем оказались неопытными, и этот геркулесов труд оказался им не под силу. Издатель поверг весь персонал своего издательства в состояние эмоционального и физического истощения.

Конечно же, качество работы сильно пострадало.

Книги попали на рынок в таком виде, что ими не могли гордиться ни издательство, ни авторы. Более того, все наличные деньги, появившиеся у издательства благодаря публикации бестселлера, были израсходованы на новые тиражи. Автор бестселлера подал на издательство в суд за задержку его дополнительного гонорара. Издатель попытался отхватить куш, который оказался ему не по

зубам, и дело кончилось тем, что он понес крупные финансовые потери, а новых бестселлеров его издательство так и не выпустило.

Многие из нас набивают себе шишки, подобно этому издателю. Нередко нашими основными мотивами являются страх и алчность, и мы принижаем себя, изменяя своим принципам «хоть чуть чуть». Оглянувшись назад, мы видим, что результаты почти никогда не оказываются удовлетворительными.

Прожив достаточно долго, изучив себя достаточно хорошо и научившись кое чему на собственных ошибках, мы перестаем легко впадать в панику и гоняться за каждой «счастливой» возможностью.

Некоторое время назад мне позвонил бизнесмен из Сингапура и попросил прилететь в Пекин, чтобы принять участие в подготовке международной технологической конференции. Он организовал для меня встречи с Ли Пенем, который в то время был премьер министром Китая, и с Жу Ронь Джи, главным разработчиком проектов экономического развития Китая, который сейчас занимает пост премьер министра.

Сингапурец сказал, что после знакомства с этими чиновниками я стану идеальной кандидатурой для исполнения главной роли в подготовке конференции. Загвоздка была лишь в том, что я к тому времени уже пообещала присутствовать на Южной книжной ярмарке в Нэшвилле, штат Теннесси.

Южная книжная ярмарка вовсе не является событием национального масштаба, и я не была единственным приглашенным автором. Я могла бы отказаться от приглашения, но, поскольку оно было прислано мне за шесть месяцев до открытия ярмарки, я чувствовала, что это будет неправильно. Потому я решила отказаться от встречи на высоком уровне в Пекине.

Мое решение не встречаться с Ли Пенем не было всецело основано на том факте, что на брошюрах торговой выставки уже красовалось мое имя и что организаторы конференции очень огорчатся из-за моего отсутствия. Оно основывалось на понимании того, что, если мне будет суждено завоевать себе славу, это произойдет независимо от обстоятельств.

Моя встреча с Ли Пенем не решит ничего. Он ежегодно встречается с тысячей «безликих» гостей, и я могла бы стать лишь

еще одной фигурой, проплывшей перед его глазами. Одна встреча не даст мне возможности звонить ему запросто по телефону. Но если я изменю намеченные планы, это нанесет удар по тем, кто связывает свои надежды с моим присутствием на книжной ярмарке.

После многих лет тяжелой работы я научилась спокойно принимать судьбу, сознавая, когда и от чего следует отказаться.

3. Дайте возможность Ангелу Удачи догнать вас

Есть люди, которые работают больше, чем остальные, но, когда Ангел Удачи посещает Землю, он пролетает мимо них.

Ричард – предприниматель одиночка. Он энергичен, агрессивен и умен. И все же долгое время успех не сопутствовал его делу. Это объяснялось вовсе не бездельем, наоборот, он работал слишком много и слишком упорно. Когда дело пахло деньгами, он впивался в него мертвой хваткой, словно бульдог в мозговую кость.

Ричард просто губил любое дело излишним усердием.

Когда он начинал продавать что-нибудь, то не унимался даже тогда, когда покупатель соглашался на его условия. Ричард не понимал, когда поставлена последняя точка. Ему казалось, что победа достигнута слишком легко, и он не хотел покидать ринг так скоро. Измотав своего покупателя, Ричард добивался противоположного результата – ему указывали на дверь и просили больше не появляться.

Я встретила с Ричардом несколько месяцев назад. Когда он рассказал мне о своем последнем успехе, я спросила, что же изменилось в его жизни. Ричард ответил мне так: «Я научился контролировать свое усердие, которое так часто подводило меня. Я прекратил стремиться к успеху любой ценой. Я снизил темп и позволил Ангелу Удачи догнать меня».

Многие из нас, подобно Ричарду, пускаются в бесцельные гонки, стремясь добиться обманчивого успеха любой ценой. Они так

увлекаются гонками, что могут легко пройти мимо своей цели, не заметив ее.

4. Магическая сила удовлетворенности

Удовлетворенность – такая то не слишком неясная цель, противоречащая всей современной культуре. Всем нам кажется, что для того, чтобы ощутить удовлетворение, все в нашей жизни должно складываться очень хорошо. Загвоздка состоит в том, что ничего не может складываться «очень хорошо», пока наш разум недоволен. Неудовлетворенному разуму все в жизни представляется не очень хорошим. Если ваше дело процветает, нетрудно найти фирмы, которые процветают еще лучше. Если ваш дом – полная чаша, то дома некоторых других людей еще больше и богаче. Если ваши дети умны, то соседские могут оказаться настоящими гениями.

Под словом удовлетворенность часто подразумевают отсутствие желаний и деятельности. Людям кажется, что это понятие противоречит условиям, приводящим к успеху.

Когда вы стремитесь достичь цели, вы испытываете чувство неудовлетворенности, которое заставляет вас действовать. Директора никогда не бывают полностью удовлетворены успехом своего предприятия, торговые агенты редко заключают идеальные сделки, сотрудники фирм никогда не бывают совершенно безукоризненными работниками, супруги всегда требуют от своих половин большей рассудительности. Кажется, что об удовлетворенности люди думают в последнюю очередь. Обычно считают, что любой преуспевающий человек должен постоянно быть недоволен результатами достигнутого.

Однако в действительности дела обстоят совершенно иначе.

Подлинно преуспевающий человек знает все о магической силе удовлетворенности. Для того чтобы поправить свои дела, вы должны ясно представлять все позитивные результаты своей деятельности, даже если они кажутся ничтожными. Не следует забывать, что это всегда лишь исходная точка. Удовлетворенность не имеет ничего

общего с безумной погоней за успехом, в которой страдают окружающие и вы сами, – однако это и не тупое довольство собой.

Удовлетворенность – это способность наслаждаться плодами своих трудов, возможность накопить в себе силы и энергию для достижения более высоких результатов во всех аспектах жизни.

Сила, заключенная в удовлетворенности, открывает дорогу к самоуважению и бескорыстной любви. Эта любовь освещает все, к чему вы прикасаетесь, – вашу работу, вашу семью, ваши развлечения. Благодаря ей улучшается ваша жизнь.

Удовлетворенность поможет вам каждый день обретать новую перспективу в работе и подход к решению проблем.

Открытость даст вам возможность наслаждаться своей работой каждое мгновение.

Радость, испытываемая в самом процессе работы, порой приносит плоды, превосходящие самые невероятные ожидания.

Как же достичь этой удовлетворенности?

Единственное решение – испытывать удовольствие даже тогда, когда вы не получаете удовлетворения.

ВЫВОДЫ

Ангел Успеха – капризная дама. Она хочет, чтобы вы гонялись за ней, но станет убегать от вас, если вы проявите излишнюю настойчивость. Чтобы поймать ее, вам следует погрузиться в атмосферу покоя. Сбалансировав ритм покоя и усилия, гармонизируя компромисс и борьбу и усвоив принцип «чем меньше, тем больше», вы сможете произвести настройку своей повседневной деятельности естественным образом.

Вас уже не будет гнать вперед беспокойство, вы будете спокойно двигаться по направлению к успеху.

ЗАКЛЮЧИТЕ МИР С ВРЕМЕНЕМ

Вряд ли нам удастся полностью осветить тему, поднятую в «Делай меньше, достигай большего», если мы не поговорим о том, как

следует заключать мир с временем.

Когда Маг Дождя прибыл в деревню, он провел четыре дня, терпеливо ожидая, когда с небес на землю прольется дождь. Он не назначал никаких точных сроков для этого события. Он воспользовался имеющимся у него временем для того, чтобы как можно полнее проникнуться гармонией, которая должна будет принести дождь в деревню. Для завершения работы ему потребовалось четыре дня. В начале этого срока Маг Дождя не представлял себе, сколько времени ему потребуется. Не существовало никакой математической формулы, с помощью которой можно было бы подсчитать, когда деревня обретет нужную гармонию для того, чтобы дождь мог бы пролиться. Он полностью сосредоточился на работе, а не на сроках ее выполнения.

ДИЛЕММА ВРЕМЕНИ

Время существовало до нас с вами, и оно останется тогда, когда мы исчезнем. И все же я уверена, что время существует лишь постольку, поскольку существую я. Без меня не было бы времени.

Время существует лишь для того, чтобы сражаться со мной.

Оно может быть слишком длинным, слишком коротким, слишком утомительным и слишком стремительным; время летит, время еле тянется; мы приходим слишком рано и опаздываем; мы пытаемся купить время и тратим его на пустяки.

Мы пытаемся распоряжаться временем и контролировать его, но чаще всего время контролирует нас.

Пытаясь управиться с временем, мы часто попадаем в его власть. Мы опаздываем на встречи; мы не справляемся со своей работой; мы отказываемся от сна, чтобы иметь больше времени для выполнения заданий. Мы бросаемся то туда, то сюда. Стараясь поспеть везде, мы не попадаем никуда.

От отчаяния мы создали концепцию «распоряжения временем». Конечно же, нам не удастся «распоряжаться», но пока мы сознаем, что делаем хоть что то для того, чтобы распорядиться им, мы чувствуем себя более уверенно.

Что касается самого времени, то оно никогда не согласится попасть в чье то распоряжение.

ГУРУ ПО РАСПОРЯЖЕНИЮ ВРЕМЕНЕМ НЕ ИМЕЕТ ВРЕМЕНИ

Администратор производительной компании рассказал мне интересную историю:

Однажды они решили выпустить кассеты с записью лекций господина Х., считавшегося гуру по вопросам распоряжения временем. Компания связалась по телефону с господином Х., чтобы узнать, успел ли тот отрепетировать тексты лекций и готов ли приступить к их записыванию. Каждый раз, когда сотрудники компании звонили, они слышали от «распорядителя временем» один и тот же ответ: «Нет, у меня еще не было времени, чтобы прочесть текст».

ВРЕМЯ – НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ ХОЗЯИН

В данном случае господин Х. был прав. У него действительно не было времени.

Собственно говоря, его теория о том, что временем можно распоряжаться, – не более чем иллюзия.

Подумайте об этом: время существовало с момента создания Вселенной – миллиарды лет. Время – очевидец истории и доисторического периода. Время было здесь задолго до рождения идеи истории. Как же мог господин Х., невидимая пылинка в просторах Мироздания, существо, чья жизнь не насчитывала и сотни лет, говорить о том, что он может «распоряжаться» временем?

В лучшем случае, мы приходим к осознанию того, что «распоряжаться временем» означает умение распоряжаться собой – и не более того.

Этим секретом обладал наш Маг Дождя. На протяжении веков человечество изобретало различные инструменты – от песочных и солнечных часов до атомных хронометров, – для того чтобы попытаться почувствовать, увидеть и измерить время.

Пока люди предпринимают отчаянные попытки обрести власть над временем, время плавно проплывает мимо них.

Древняя легенда повествует о небесном ангеле, который решил посвятить Создателю великий жертвенный ритуал. Его усилия так растрогали Создателя, что тот пообещал ему исполнить любое его желание. Ангел попросил о бессмертии. Создатель нахмурился и сказал ангелу, что это единственная вещь, над которой он, Создатель, не властен. «Тогда все вещи, – изрек он, – растворятся во времени, даже идеи человечества о Боге и его Творении».

СВОЙСТВА ВРЕМЕНИ

Давайте подумаем о времени – его характеристиках и аспектах. Но при этом следует постоянно помнить, что эта задача сродни попытке вместить океан в бутылку. Понимая, что мы не сможем закупорить весь океан времени в сосуде, давайте же постараемся найти хотя бы ключевые свойства времени, позволяющие нам бросить взгляд за покровы тайны.

Узнав о времени хоть что то, мы вправе поставить вопрос: как можно воспользоваться философским, концептуальным пониманием времени в своих практических интересах и превратить время из врага в союзника?

Раздумывайте и медитируйте над скрытым значением следующих положений, пока вы не ощутите их как живые реалии. Таким образом вы безошибочно придете к пониманию того, что сами являетесь воплощением времени – игроком среди хаоса повседневной деятельности.

- Реальность времени существует лишь в нас самих.
- Представление о длительности времени изменяется в зависимости от нашего состояния сознания. Пять минут могут показаться вечностью, а пять часов могут пролететь как один миг.
- Хотя время включает в себя прошлое и настоящее, а также потенциальное будущее, оно по настоящему существует только в момент, который зовется «сейчас».

- Время – бесконечная серия «сейчас», связанных вместе.
- Каждый момент, каждое «сейчас» включает в себе все прошлое и предопределяет все будущее.
- То, как мы распоряжаемся каждым из этих «сейчас», создает нашу судьбу.
- Распоряжаться временем – значит распоряжаться собой. Здесь речь идет о сосредоточении, цели и приоритетах. Находясь в «сейчас», мы попадаем в вечность – в измерение, существующее вне времени.
- Если ваша жизнь является реакцией на внешний хаос, вы попадаете в зависимость от времени и становитесь его жертвой.
- Когда вы распоряжаетесь жизнью с позиций покоя, существующего внутри вас, время защищает вас и служит вам.
- Когда ваше время заканчивается, вам не удастся купить лишний миг ни за какие деньги.
- Если мы не добьемся реального успеха при жизни, то можем винить в этом лишь самих себя – ведь мы бездарно распорядились своим временем, всеми этими мгновениями, которые зовутся «сейчас».

РАСПОРЯДИТЕСЬ СОБОЙ СООБРАЗНО ВРЕМЕНИ

Когда то я работала над проектом, выполнение которого отложила на четырнадцать месяцев. В конце концов, у меня больше не оказалось времени для игры в прятки, и мне пришлось взглянуть в глаза действительности. Я ушла в работу с головой, и мне казалось, что я перевернула горы, но когда я подняла голову и взглянула на часы, то с изумлением обнаружила, что прошло не несколько часов, а всего лишь пять минут. Я продолжала работать, а стрелки часов почти не двигались. Тогда я решила, что часы просто испортились, и вышла в гостиную, чтобы посмотреть на другие часы, но и те показывали то же самое время. Но я все равно не могла поверить своим глазам и полезла в сумочку за ручными часами. Все часы в доме показывали одно и то же время.

Этот проект висел надо мной дамокловым мечом больше года, а для того, чтобы справиться с ним, мне потребовалось менее трех часов. Пока я работала, время, как мне показалось, просто остановилось и наблюдало за мной.

Благодаря этому случаю я поняла, что время не так уж быстротечно. Даже пять минут могут оказаться долгим сроком. Люди лишь по своему невежеству не понимают того, что каждый миг исполнен огромного потенциала.

Испытав однажды эластичность времени, я поняла, что никогда больше не должна лгать о том, что «у меня нет времени». Я никогда больше не смогу сказать, что двадцати четырех часов в сутки может не хватить для чего то.

Сейчас, когда мне не хватает времени на завершение работы, я знаю – дело не во времени, дело во мне самой.

Советы из следующей главы помогут вам взглянуть под другим углом на проблему установления взаимоотношений с временем.

1. Узнайте свои собственные особенности

То, как вы используете свое время, непосредственно зависит от черт вашего характера.

Если вы нерешительны, нерасторопны и вам трудно разобраться в ситуации, вы можете проработать много часов подряд, сделав очень мало. Если вы прирожденный мыслитель, вы будете легко раздражаться, мешкать и уставать, выполняя однообразную рутинную работу. В то же время вы можете проявить подлинное мастерство, когда вам приходится справляться с серьезными задачами, требующими большой концентрации. В такой ситуации время может останавливаться, когда вы работаете.

Если же вы человек действия и любите физическую нагрузку, то вам скорее придется по душе задачи, где требуется поменьше думать и побольше двигаться.

Вы обнаружите, что вас притягивают к себе те задания, выполняя которые вы можете проявить себя в этом мире наиболее полно.

2. Дайте себе задание

Определив, какие задания подходят вам лучше всего, постарайтесь дать себе задание выполнить работу, с которой вам обычно трудно справиться. При этом стимулируйте себя тем, что сможете найти в этой работе урок, и он поможет вам в будущем. Помните, что при должном отношении вам удастся справиться с любым заданием.

3. Когда вы сосредоточены, время становится вашим партнером

Обычно люди жалуются на нехватку времени тогда, когда позволяют всем окружающим красть у себя время. На работе коллеги часто останавливаются у вашего стола, чтобы перекинуться словечком другим, телефон начинает звонить в самые неподходящие и неожиданные моменты, к вам являются нежданные визитеры. Может показаться, что неконтролируемые стихии врываются в вашу жизнь, крадут ваше время и делают вас постоянной жертвой обстоятельств.

Правда состоит в том, что, когда вы не сосредоточены, вы подсознательно позволяете происходить всему этому.

Я наблюдала за этими принципами на собственном примере в течение многих лет.

Когда я ухожу с головой в работу над книгой, Вселенский Разум следит за тем, чтобы меня не слишком беспокоили; если же звонит телефон, я просто не поднимаю трубку, чтобы не сбиться с мысли. Но даже в том случае, если я отвечаю на звонок, человек на другом конце провода (если он обладает достаточной восприимчивостью) тут же ощущает мое состояние и старается закончить разговор побыстрее. В противном случае я говорю собеседнику, чтобы он изъяснялся покороче или перезвонил в более подходящее время.

То же самое происходит, когда я полностью фокусируюсь на выполнении задания. В такие моменты я тоже не трачу время попусту. Даже нежданные посетители или телефонные звонки не

могут стать препятствием для эффективной работы. По тону моего голоса они сразу же понимают, что меня лучше не беспокоить по пустякам. Более того, когда я фокусируюсь, то часто получаю такие телефонные звонки, которые могут помочь мне в работе.

Без шуток. Так происходит постоянно.

4. Определите приоритеты

Как различные люди определяют свои приоритеты и распределяют их в нужном порядке?

Никки Рикко, президент Universal Pictures Distribution, очевидно дала наилучшее определение этому процессу. Она заявила: «Каждый день я задаю себе вопрос: „Что является самым важным для моего дела и для людей, перед которыми мне приходится отчитываться?“ И все тут же становится на свои места».

С помощью такого приема вы можете убедиться, что заботитесь о своем бизнесе, а не просто жмете на педали.

5. Станьте детективом

Проведите специальное расследование, чтобы определить, как вы растрчиваете свое время по пустякам.

Выполняя рутинную работу, старайтесь, чтобы одна половина вашего разума думала о ее выполнении, тогда как другая следила за тем, как бежит время.

Осознайте, на что испаряется ваше время. При этом вам, очевидно, удастся открыть, что основное время пропадает из-за того, что вы распыляетесь во время работы, не в состоянии определить нужное направление.

Вы переместили свою работу с левого конца стола на правый конец стола. Вы постоянно заняты, но не эффективны.

6. Пусть ваш сон выполнит работу за вас

Прежде чем отправиться в постель, прокрутите в уме весь список заданий на завтра: подумайте о том, что вам следует сделать в первую очередь. Во время сна ваше подсознание будет работать над тем, каким образом исполнить все задуманное.

При этом не следует делать над собой какие либо усилия, которые могут нарушить ваш сон. Это должно быть естественное и автоматическое программирование.

Ваш мозг, получив директивы насчет ближайшей цели, начнет работать и знакомиться с заданием. К утру вы ощутите, что готовы приступить к выполнению заданий.

Благодаря этому процессу вы осознаете, что уже готовы «взять быка за рога». Когда ваши соперники встают с постелей и только начинают прокручивать список заданий, вы опережаете их на добрые десять часов.

7. Упростите задачу

Когда вы получаете факс и ваш ответ на него может составить всего несколько слов, просто напишите свой ответ от руки и отправьте назад, а не печатайте новый факс.

Однажды я ознакомилась со статьей, в которой доказывалось, что компьютерный набор писем и факсов занимает гораздо больше времени, чем письменный ответ. В первом случае требуется свернуть окно, в котором вы работаете, открыть новый файл, присвоить ему имя и впечатать туда адресные данные получателя факса. Гораздо проще черкнуть на листе бумаги несколько слов: «Без проблем. Я сделаю все согласно вашим инструкциям», или что то вроде этого.

В следующий раз вместо печатного текста пошлите записку – это гораздо быстрее сделать, а общение получается более близким и простым.

Многие другие задания тоже могут быть выполнены гораздо более эффективно, если будут упрощены.

8. Берегите время других

Прежде чем поднять трубку телефона и набрать номер, запишите все, о чем вы хотите узнать до конца разговора. Если вы можете ограничиться двумя минутами, не стоит говорить по телефону двадцать минут.

Иными словами, если вы не позволяете окружающим отнимать ваше время, цените их время, говорите ли вы с ними по телефону или при личной встрече.

9. Купите немного времени

Не жалейте денег на самые эффективные средства, помогающие вам побыстрее справиться с работой. Вы платите не за новую обстановку в офисе – вы покупаете немного дополнительного времени.

Но при этом не забывайте, что сами должны управлять новой техникой, и не дайте возможности технике управлять вами.

10. Не создавайте слишком больших планов на день

Господин Лин, владелец тайваньского журнала «Успех», любит повторять: «Никогда не старайтесь втиснуть двенадцать часов в восьми десятичасовой рабочий день. Лучше отведите в планах для работы шесть часов, тогда вы превосходно сможете выполнить ее за восемь. Таким образом, у вас будет оставаться в запасе время для неожиданных помех. А также не забывайте, что, поскольку мы живем в физическом мире, выполнение дела всегда забирает больше времени, чем мы планируем».

11. Игра в дополнительное время

Лично я считаю, что работа является интереснейшей игрой, и я ничего не имею против того, чтобы поиграть немного дольше. Чем больше я играю, тем больше выигрываю.

12. Исчезающие бумаги

Лоуренс Т. Вонг – президент гонконгского «Жокей клуба» (самый крупный налогоплательщик Гонконга) и экс президент тайваньского филиала автомобильной компании «Форд» (самой крупной совместной компании Тайваня).

Когда я была в его офисе, то обратила внимание, что нигде на столах не лежит ни одного листка бумаги. Я спросила хозяина, как он добился этого, и тот ответил: «Человек никогда не должен брать в руки одну и ту же бумагу два раза. Взявшись за бумагу, он должен сделать с ней одно из трех: отдать ее другому человеку, подколоть ее в файл или выбросить в корзину для мусора».

Для тех бумаг, которые буквально кричат «оставь меня, сохрани меня» и не желают попадать в мусорную корзину, Лэрри придумал свой метод:

1. Отведите для бумаг три ящика, обозначив их буквами «А», «Б» и «В».

А – достаточно важный

Б – менее важный

В – наименее важный

2. Каждые 7–10 дней выбрасывайте все бумаги из ящика «В».

3. Затем переименуйте ящик «Б» в «В», а ящик «А» в «Б». Вскоре все бумаги будут приведены в порядок – без излишних усилий с вашей стороны. Когда я спросила, как он пришел к такому методу, Лэрри рассказал мне следующую историю:

Однажды он работал под началом человека, хранящего на своем рабочем столе горы бумаг. Из озорства Лэрри спрятал одну из кип бумаг в шкаф, чтобы понаблюдать за реакцией начальника. Но тот так и не хватился «пропавших» бумаг. Через месяц Лэрри принес эту кипу назад и спрятал в том же шкафу другую кипу. И снова реакция оказалась прежней – вернее, не было никакой реакции.

Лэрри пришел к выводу, что его шеф использовал свой письменный стол как архив для бумаг.

Многие из нас до сих пор используют свои письменные столы как хранилища бумаг, забывая, что для этого есть шкафы для файлов. Таким образом мы создаем хаос в наших умах. Мы посылаем своему мозгу подсознательное сообщение, что у нас больше работы, чем на самом деле. Наш мозг приходит в возбужденное состояние, и, когда мы каждый день видим перед собой горы бумаг, его начинают захлестывать мысли об огромном количестве накопившейся работы. В результате ему не удается сфокусироваться на стоящем перед ним непосредственном задании. Что ж, начните с того, что очистите стол!

13. Средство от патологической неспособности сосредоточиться

Неспособность сосредоточиться – состояние, известное каждому из нас. Оно чаще всего возникает при взаимодействии с современным миром, предъявляющим ко всем нам повышенные требования. Тому, кто никогда не переживал ничего подобного, трудно представить чувства тех, кто время от времени впадает в такое состояние.

Я, например, однажды войдя в ванную комнату, осознала, что начисто забыла, зачем я это сделала. Я стояла перед зеркалом и спрашивала себя: «Почему я оказалась здесь?» Наконец я вспомнила, что собиралась умыться.

Для того чтобы избежать подобных ситуаций, необходимо вербализировать свои мысли, то есть говорить про себя: «умыться», «сварить кофе» и т. д. перед выполнением задания и во время его выполнения. Если у вас есть склонность впадать в такие состояния и вы не будете четко формулировать задания в уме, то рискуете забыть о том, что собирались сделать в кратчайшие сроки. Ваши бессознательные мысли будут набегать одна на другую и гасить первоначальный импульс к действию, пока вы будете направляться к своей цели.

Я предлагаю следующее средство от патологической неспособности сосредоточиться:

1. Мысль изначально побуждает вас к действию (умыться).

2. Скажите себе беззвучно: «умыться».

3. Повторяйте команду, направляясь к своей цели. Если вам покажется, что это слишком большая морока, подумайте о плодах. Практика этой техники сделает ваш разум более ясным. Вы увидите, как резко изменятся ваши отношения с временем.

Если вы часто ловите себя на мысли: «Даже не представляю, как пролетело время!», то вы идеальная кандидатура для этого упражнения. Эта техника аналогична тому упражнению, которое буддисты называют «пребывать в настоящем». Что бы они ни делали, монахи повторяют слова, описывающие действие, как беззвучную мантру. Когда они идут, то все время говорят про себя: «иду, иду», когда едят, то повторяют: «ем, ем».

14. Всегда будьте точны

Вы воруете время других людей, если не проявляете пунктуальности. Просто будьте человеком слова и думайте о себе и о другой стороне, когда назначаете встречу. Если происходит что либо непредвиденное, позвоните своему партнеру по телефону и перенесите встречу на другое время. Скажите, когда вы сможете появиться в условленном месте, и объясните причину своей задержки.

Многие люди просто лгут себе: «О, я буду там через несколько минут, а если я стану звонить, то задержусь еще больше и только привлеку внимание к своему опозданию».

Вряд ли человек способен заблуждаться больше. Если вы опаздываете и не звоните ждущему вас человеку, вы просто говорите своим поступком следующее: «Мне плевать на ваше время. Вам остается только сидеть и ждать, пока я прибуду на место. Я – слишком важная птица, чтобы беспокоиться о ваших планах!»

Многие люди будут рады назначить встречу с вами на другое время или перенести ее на другой день. Предупреждение об опоздании демонстрирует вашу воспитанность и уважение к другой стороне. Ваше нежелание позвонить, чтобы предупредить о

своей задержке, несет в себе еще и то зло, что ожидающий вас человек не будет знать, на сколько вы можете опоздать – на две минуты или на два часа, и потеряет время впустую, будучи не в состоянии распланировать его. Если же он будет знать, что встреча переносится, скажем, на сорок пять минут, то сможет распорядиться оказавшимся в его распоряжении временем рационально.

Как правило, самые преуспевающие люди чутко относятся к вопросам времени и проявляют удивительную пунктуальность. Они осознают, что несоблюдение обязательств может внести хаос в их жизнь и жизни других людей.

15. Планируйте свое время в обратном порядке

Гораздо проще планировать свое время в обратном порядке, чем загадывать наперед. Определите свои предельные строки и начинайте строить планы от них к сегодняшнему дню, так, чтобы вы смогли составить реальное представление о том, когда следует приступать к выполнению заданий и сколько времени займет этот процесс.

Например, если я собираюсь сесть в самолет, отлетающий из аэропорта в Сан Франциско в 9 часов утра, то должна прибыть в аэропорт в 8 часов утра, чтобы пройти все необходимые процедуры. Дорога от моего дома к аэропорту занимает полтора часа, но, памятуя о возможных пробках на дорогах (а это не редкость), мне следует выехать из дому за два часа до намеченного срока прибытия в аэропорт (т. е. до 8 часов). На сборы мне требуется час, но я набрасываю еще полчаса с учетом возникновения непредвиденных проблем (таких, как потеря ключей, телефонные звонки и т. п.). Это означает, что я должна проснуться не позднее 4:30, чтобы покинуть дом в 6:00 и прибыть в аэропорт в 8:00, где я должна сесть на самолет, отлетающий в 9:00. Никаких стрессов, все под контролем.

На протяжении двадцати лет я была Королевой Опозданий. Почти на все свидания я опаздывала примерно на полчаса. С тех пор как я стала применять систему планирования в обратную сторону, я научилась учитывать непредвиденные проблемы с транспортом.

Я научилась этому у одного моего друга – армейского генерала. С кем бы он ни назначал встречи, он всегда является на них вовремя – ни минутой позже, ни минутой раньше. Меня давно интересовала эта его невероятная способность, и наконец я спросила его о его секрете.

Он рассказал мне о своей системе планирования в обратном порядке и о том, что всегда оставляет запас времени на непредвиденные обстоятельства. Он всегда прибывает на свидания заблаговременно, хотя его шоферу и приходится несколько минут кружить по улицам, чтобы прибытие генерала было точным. Тратя несколько минут на все эти маневры, генерал экономит время, так как ему никогда не приходится объяснять причину своего опоздания.

Если вы будете планировать время «впритык», то увидите, что потратите больше времени на то, чтобы улаживать недоразумения.

16. Всегда следует переоценивать то время, которое требуется для осуществления проекта

Люди часто недооценивают время, которое им предстоит затратить на выполнение задания.

Несколько лет назад я запланировала построить «романтический» каменный дом на земле, приобретенной в горной части Орегона. Я купила руководство, в котором говорилось о том, до чего легко построить каменный дом собственными руками. Мне показалось, что это не сложнее, чем испечь праздничный торт. Я могла ясно представить себе маленький пряничный домик, стоящий на опушке зеленого леса. Но, как только я взяла в руки настоящие камни и цемент, грустная правда предстала передо мной в полный рост.

Для того чтобы представить себе все в истинном свете, вам нужно увеличить предполагаемое время осуществления проекта раза в три, хотя выполнение некоторых задач требует в пять, а то и в десять раз больше времени, чем это может показаться с первого взгляда. Все зависит от того, насколько реалистично вы привыкли смотреть на

вещи. Вспомните о том, как часто ошибаются профессионалы, подсчитывающие стоимость и сроки съемок фильмов.

Шон – владелец инженерной компании, занимающейся компьютерным программированием. Часто для того, чтобы заинтересовать клиента, он назначает более раннюю дату выполнения заказа, чем его конкуренты. Когда подходит назначенное время, а Шон не выполняет обещания, клиенты начинают возмущаться. Двухмесячная работа обычно занимает не менее десяти месяцев. Все эти восемь месяцев задержки Шон пребывает в аду. Вся его энергия уходит на то, чтобы успокоить разъяренного клиента. Иногда ему приходится иметь дело с пятью такими клиентами одновременно.

Наконец дело Шона лопнуло. Он уделял слишком много времени переговорам, чтобы думать о развитии своего предприятия.

Для того чтобы вести дела, Шон должен был бы обладать достаточным мужеством, чтобы смотреть на вещи реалистично и говорить правду своим клиентам. Но он боялся потерять заказы и потому продолжал хитрить и изворачиваться.

17. Фокусируйтесь на работе, а не на времени

Когда мы находимся в цейтноте, к нашей работе примешиваются волнения и страхи, грозящие бедой.

Когда Космический Центр имени Кеннеди запустил десятую ракету шаттл 28 января 1986 года, она вспыхнула, как гигантский фейерверк, убив восемь астронавтов, находящихся на ее борту.

Моей первой мыслью было, что причина аварии состояла в человеческой ошибке, которая произошла из-за того, что кто-то боялся не уложиться в сроки или превысить бюджет.

Через год причины катастрофы были выяснены – мои предположения оказались верными.

NASA требовало немедленного запуска шаттла несмотря на то, что главный инженер проекта противился этому, утверждая, что это

делать рано, так как возникли проблемы с О кольцами. Из за неоправданной спешки и произошла эта трагедия.

Чем можно возместить потерянные жизни? Трагедия произошла по вине человека, который следил за временем, а не за работой.

18. Вам не обязательно делать все сразу

Поздравьте себя с тем, что вы сделали за сегодня (не важно, много это или мало). Сколько ни сделано – все хорошо. Если вы умрете прямо сейчас, вы не будете жалеть о том, чего не успели совершить.

ВЫВОД

Поймите, что фактор времени очень важен для того, чтобы делать меньше и достичь большего. Если время не станет вашим союзником, вы не обретете покоя разума и радости жизни. Настройтесь на время и проводите его с толком. Пусть время станет вашим защитником: не пытайтесь управлять им, примиритесь с его ходом. Заключить мир с временем – значит примириться с самим собой.

После того как вы заключите мир с собой, ваша работа, ваши планы, ваши амбиции будут подкреплены синхронизмом и скрытыми соответствиями вашей жизни.

Для тех, кто состоит в мире с временем, – таких, как Маг Дождя, – способность достигнуть большего, делая меньше, всего лишь одна из миллионов наград, которые предлагает им жизнь.

ОБМЕНИВАЙТЕ ТО, ЧТО ИМЕЕТЕ, НА ТО, ЧЕГО ВАМ ХОЧЕТСЯ

Вера без дел мертва.

Библия, Послание Иакова 2: 26

Успех никогда не дается бесплатно. Вам приходится расплачиваться за него той монетой, которая у вас есть.

Наш Маг Дождя должен был перестать бездельничать, чтобы стать наилучшим Магом Дождя. Ему потребовалось изучить мистические стихии, которые были причинами засухи, и научиться завоевывать благосклонность природы, чтобы вызывать по желанию дождь. Он посвятил много сил тому, чтобы совершенствовать свое искусство.

ЖИЗНЬ ВСЕГДА ПОЛНА

Когда люди говорят об успехе, то всегда думают о том, чтобы иметь чего то «побольше» – побольше денег, побольше любви, побольше развлечений, побольше уважения. Однако, по зрелом размышлении, мы всегда приходим к тому, что успех – это не что то «большее». Скорее это способность решить, от чего вы готовы отказаться во имя того, чтобы иметь то, что вы действительно хотите.

В каждый момент ваша жизнь полна. Подумайте о том, как вы прожили свой вчерашний день. У вас было двадцать четыре часа, и я уверена, что вы воспользовались каждой минутой предоставленного вам времени. Вы все время делали что то: вы читали, работали, играли, сражались, спорили, боялись, беспокоились, фантазировали, идеализировали, дышали, спали, сидели, смотрели телевизор. Как бы вы ни прожили вчерашний день, это была полноценная жизнь. Вы наполнили каждый ее момент своей деятельностью – даже деятельностью безделья.

Если вам не нравится ваша вчерашняя жизнь, то вам не стоит повторять ее сегодня. Вам нужно отказаться от некоторых вчерашних действий, чтобы освободить место в сегодняшнем дне для того рода деятельности, которая должна принести плоды.

КРУГ, ПОЛНЫЙ ДЕЛ

Нарисуйте воображаемый круг в пространстве. Этот круг наполнен всеми теми делами, которые составляют вашу жизнь. В нем вмещаются все ваши положительные и отрицательные тенденции и поступки. Независимо от того, какого рода поступки и тенденции в

нем преобладают, круг всегда полон. Чтобы внести в него успех (в делах, в любви, в жизни), мы должны удалить из него кое что лишнее. Мы должны пожертвовать чем то таким, что нам нравится, ради того, что нам действительно нужно.

РАСПЛАЧИВАЙТЕСЬ ЗА УСПЕХ

Чтобы запастись энергией, необходимой для завершения всех ваших начинаний, вы должны начать упражняться вместо того, чтобы смотреть телепередачи. Вам придется отказаться от жирной и сладкой пищи и начать употреблять менее приятные продукты с высоким содержанием клетчатки и низким содержанием жиров.

Чтобы достичь профессионального совершенства, вам придется подумать о посещении лекций и семинаров и забыть о походах с друзьями по ночным барам и ночным клубам. Для того чтобы хорошо подготовить деловые предложения и стать победителем, вам придется пожертвовать своим свободным временем в выходные дни. Вы не сможете уделять так много времени своим родным и близким, как делали это раньше.

Этот список можно продолжать и продолжать.

ЖИЗНЬ – ЭТО СУПЕРМАРКЕТ

Представьте, что ваша жизнь – это гигантский супермаркет, полный желанных вещей – материальных, духовных и интеллектуальных. Но вы ничего не можете купить в этом чудесном супермаркете за деньги. Вы можете только обменивать то, что находится в вашем круге, на товары, красующиеся на полках.

Займитесь таким умозрительным упражнением: отправьтесь на базар, берите там все, что нравится, и расплачивайтесь тем, что у вас есть. Посмотрим, чем все это закончится. Вам нужно будет «освежать» и переписывать этот список по крайней мере раз в год. Вы обнаружите, что многие вещи, в которых вы будто бы нуждались, на самом деле вам совершенно не нужны. То, что казалось раньше совсем неважным, вдруг может выйти на первое место.

СПИСОК УСПЕШНЫХ ПОКУПОК

Список 1

Список покупок: Что нужно приобрести?

Разбейте свою жизнь на такие категории, как карьера, личные взаимоотношения, духовные потребности, удовольствия, мудрость, знания или любые иные темы, которые вы считаете для себя важными. Раздумывая над каждой из категорий, загляните себе в душу, а затем решите, что вам действительно необходимо. В этот список может попасть все что угодно. Дайте волю воображению!

Список 2

Способ оплаты: как превратить желаемое в действительное

Чтобы принять решение о способе оплаты, вам требуется трезво посмотреть на то, что вы можете предложить в обмен на желаемые результаты.

Это серьезный процесс, который не должен показаться вам совершенно незнакомым. Каждый из нас прибегает к нему по нескольку раз в год, когда речь идет о крупных покупках.

Представьте себе, что вы хотите купить «роллс ройс». Это просто. Загвоздка лишь в том, как заплатить за него. Хотеть «роллс ройс» и думать о том, как заплатить за него, – две совершенно разные вещи.

Пример:

Салли желает быть топ моделью. Как ей перейти из состояния «хотеть» в состояние «стать»?

От чего ей следует отказаться?

Иными словами, как она может расплатиться за то, чтобы приобрести желанную профессию? Что она может предложить из

своего круга?

1. Она откажется от всего «вкусненького», к чему привыкла, чтобы сбросить тридцать фунтов.

2. Она откажется от растительного способа жизни и займется гимнастикой четыре раза в неделю по три часа в день.

3. Ей придется составить бюджет, чтобы расплатиться со своим тренером по фитнесу. Из за этого она останется без денег, за которые раньше могла покупать билеты в кино и делать покупки в магазинах, прогуливаясь с подружками.

4. Ей придется отказаться от вечеров, которые она привыкла коротать за картами, чтобы брать уроки танцев. Это означает, что она больше не станет сплетничать со своими подружками о том, что происходит на их улице.

5. Ей придется всерьез заняться своей внешностью – на первый план должна выйти забота о стильной прическе и об уходе за кожей лица.

6. Ей придется обменять свою спокойную, но скучную работу секретарши на бесконечные неудобства, когда придет время выступлений.

7. Она обменяет свое хрупкое Я на выносливость и смелость, которые ей будут необходимы, чтобы выслушивать постоянные отказы в перерывах между появлениями нескольких ее фотографий на страницах журналов.

8. Она обменяет свою спокойную работу на «возможно» или «никогда».

Этот список можно продолжить. Ее усилия увенчаются тем, что Салли действительно найдет свое место в жизни и поймет, что именно мешает осуществлению ее надежд.

Список 3

Справляюсь ли я со всем этим? Действительно ли я этого хочу?

Составьте список возможных трудностей, с которыми вам придется столкнуться, жертвуя привычным образом жизни в обмен на успех. Оцените эти трудности в баллах от 1 до 10.

Вы должны задать себе откровенный вопрос: «Действительно ли я готов пожертвовать своим привычным образом жизни ради успеха в делах?»

Возможно, вы обнаружите, что в той жизни, которую вы ведете, не стоит менять абсолютно ничего.

Если это действительно так, вас можно считать одним из немногих счастливых. Но помните одно: если вы не удовлетворены, вы уже никогда не сможете лгать самому себе о том, что жизнь была против вас и потому вам не удалось преуспеть.

Если же вы недовольны, но не желаете отказываться от всего того, что удерживает вас на пути к успеху, вам придется признаться себе в том, что именно вы отказались от борьбы и предали свою мечту.

Если это так, то прекратите завидовать тем людям, которые добились от жизни того, чего хотели.

Помните, вы – капитан корабля. У вас всегда есть шанс обменять то, что у вас уже есть, на то, в чем вы действительно нуждаетесь.

Пример:

Подсчитав баллы в списке препятствий, Салли призналась себе в том, что не сможет найти в себе достаточно сил для того, чтобы стать топ моделью. Да и, собственно говоря, она никогда не хотела этого по настоящему, если учитывать все жертвы, на которые ей придется пойти. Салли пришлось снова подойти к столу, чтобы обдумать, чем же она готова пожертвовать, чтобы добиться жизненного успеха.

ОТКАЗ ОТ СТАРЫХ ДРУЗЕЙ

Продвигаясь вверх по лестнице успеха, вы совершенно естественно обнаруживаете, что удаляетесь от своих старых партнеров и друзей. Сливки отделяются от молока, и ваши старые

друзья, не разделяющие ваших честолюбивых устремлений, могут высказывать свои завистливые чувства по мере того, как вы уходите из их мира.

Старая китайская поговорка гласит: «Подходя к красным чернилам, вы становитесь красным, подходя к черным чернилам, вы становитесь черным».

Чтобы узнать истинную природу человека, посмотрите, с кем он проводит время. Ничто не оказывает большего влияния на ваши привычки и стиль жизни, чем компании, с которыми вы водитесь. Люди, стремительно взбирающиеся по общественной лестнице, часто обнаруживают, что в первую очередь лишаются тех своих старых друзей, которые не поспевают за ними.

Еще один китайский афоризм гласит: «Взаимоотношения между мудрыми людьми легки, как вода, взаимоотношения между ограниченными людьми сладки и вязки, как мед».

Истинные друзья не будут постоянно маячить у вас перед глазами, требуя к себе внимания. Они понимают, что в вашей жизни нет места для праздной болтовни. Вы посвятили себя самосовершенствованию. Истинный ваш друг в первую очередь друг самому себе.

Друзья умеют помогать себе и потому помогут вам, когда вы почувствуете, что вашему успеху что-то угрожает.

Друзья же, которые не могут поддержать вас в ваших начинаниях, зовутся в Китае «друзьями по вину и мясу». Они не прочь отпраздновать с вами ваши победы за столом, но их сердца наполняются завистью каждый раз, когда они слышат о ваших новых успехах.

Вскоре вы убедитесь, что многие так называемые «ваши друзья» вам вовсе и не друзья. Они не могут перенести того, что вы обогнали их. На деле многие люди, которых вы всегда считали своими самыми большими друзьями, оказываются вашими самыми большими завистниками. Им легче перенести взлет совершенно чужого человека, чем вид ваших высоких достижений. Они всегда считали вас «своим» – таким же, как и все остальные в их компании, так кто же вы такой, чтобы обогнать их так легко? Пока вы находитесь на их уровне, они вас любят. Но стоит вам добиться в жизни хоть чего

нибудь – и на вас обрушится их негодование. Поскольку их самооценка очень низка, они не могут радоваться вашим достижениям. Вам не удастся изменить их.

Вам следует спокойно и достойно удалиться. Избавившись от старых привязанностей, вы открываете путь для новых связей. Пусть же в вашу жизнь войдут орлы и драконы, с которыми вы сможете взлететь над вершинами гор. Пусть вся мышиная возня ваших старых приятелей останется внизу – вам больше нет до нее дела!

ОТКРОЙТЕСЬ ДЛЯ НОВЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Некоторые «могущественные» люди тоже навсегда исчезнут из вашей жизни. Не убивайтесь из-за этого. Вскоре вы убедитесь, что так распорядилась Вселенная, которая Желает, чтобы вы перешли в более благоприятное окружение, где перед вами откроются новые, более значительные возможности.

Не доводилось ли вам замечать, что некоторые «могущественные» люди появились в вашей жизни как раз в нужное время для вашего продвижения вверх? Оказав вам необходимую помощь, они удаляются, чтобы дать возможность более значительным силам войти в вашу жизнь и облагодетельствовать вас.

НАУЧИТЕСЬ ИЗМЕНЯТЬ ОТНОШЕНИЕ

Том – домосед, он терпеть не может путешествий. По иронии, судьба распорядилась так, что ему приходится совершать по работе множество путешествий и спать в гостиничных кроватях, где до него спало множество народа. Тому лишь остается надеяться, что вскоре человечество изобретет способ мгновенного перемещения в пространстве, как это происходит в сериале «Звездные пути», и он сможет попасть в любую точку земли, где требуется его присутствие, и, сделав все дела, тут же возвратиться назад.

Но пока этот день еще не наступил, Тому нужно научиться изменять свое отношение к путешествиям. Вместо того чтобы предаваться печальным раздумьям о том, до чего невыносимо

путешествовать, Том думает о путешествиях как о возможности побыть наедине с самим собой, поразмыслить о своем бизнесе и своей карьере. В чужом городе и незнакомой гостинице Тому удастся расслабиться, посетив сауну или отправившись на сеанс массажа. Теперь он только и ждет того момента, когда ему придется отправиться в новое путешествие.

Стремление к неосуществимому или нежелание мириться с необходимостью способны расшатать вашу нервную систему. Измените свое собственное отношение к происходящему, и вместо того, чтобы предаваться страданиям, попытайтесь найти в своем положении что то новое и интересное. Прекратите страдать, начинайте веселиться! Целый мир новых впечатлений откроется вам.

ПОДГОТОВКА К УСПЕХУ

Прежде чем Ангел Успеха появится в вашей жизни, подготовьтесь принять его. Отточите свое ремесло, укрепите свое тело так, чтобы вы смогли легко исполнять необходимую работу и радоваться успеху. Отточите свой разум и дух так, чтобы они не боялись задач, которые несет с собой Ангел Успеха.

Если вы не подготовитесь к его приходу, он тут же улетит. И кто знает, когда он вновь постучится в вашу дверь?

Как то в 1960 году Клинт Иствуд и Берт Рейнольдс обедали вместе. Клинт к тому времени уже был кинозвездой, тогда как Берт радовался даже маленькой роли. Берт спросил Клинта, что тот делал перед своим большим прорывом, на что Клинт ответил, что «просто подготовился к успеху».

Эти простые слова, подготовить себя к успеху, оказались для Берта бесценным советом. Поняв заключенный в них глубокий смысл, Берт воспользовался принципом и стал популярным актером.

ВЫВОДЫ

Обменивайте то, что вам уже не нужно, на те вещи, в которых вы нуждаетесь по настоящему.

Если вы рассчитываете на большое вознаграждение, вам следует подготовиться к значительным изменениям в своей жизни. В эти изменения может входить отказ от своих старых друзей, привычек и позиций, которые становятся для вас обузой.

Когда родился Маг Дождя, Небеса не выдали ему документ, в котором говорилось: «Он великий Маг Дождя». Он становился непревзойденным Магом Дождя постепенно. Если бы Маг Дождя смог бы говорить с нами сейчас, он рассказал бы нам о том, как он в течение всей своей жизни отказывался от малопродуктивной деятельности, чтобы сделать легендарную карьеру Мага Дождя.

УПРАВЛЯЕМЫЕ СНОВИДЕНИЯ

Изменив содержание своих снов, вы измените свою жизнь. Если в ваших сновидениях происходит постоянная борьба, в которой вы выбиваетесь из сил, значит, жизнь обессиливает вас.

Если бы сны Мага Дождя были исполнены безнадежности и он страдал бы от неспособности принести земле нектар дождя, как смог бы он помочь жителям деревни? Прежде чем принести дождь в физический мир, Маг Дождя должен был омыть дождем свой внутренний мир.

ИЗМЕНИВ СНЫ, ИЗМЕНИТЕ ЖИЗНЬ

Ваши сны подобны кинопроектору, демонстрирующему ваши сознательные и бессознательные мысли. Если хотите побольше узнать о своей жизни, исследуйте свои сны. Вам не обязательно становиться профессиональным толкователем сновидений – здравый смысл сделает эту работу.

Гари – выходец из рабочей семьи. Когда ему было десять лет, во время поездки к деду и бабушке вместе со своим старшим братом он заявил им, что когда вырастет, то построит себе очень большой дом.

Дом Гари будет таким огромным, что домишко его деда сможет целиком уместиться в одной его комнате. Его дед и бабушка были удивлены такими фантазиями, но от души пожелали, чтобы те осуществились. По возвращении домой брат Гари рассказал их отцу о том, что говорил Гари его родителям. Отец тут же задал Гари трепку за то, что он был «пустым мечтателем».

Гари усердно учился и стал первым человеком в своей семье, получившим диплом об окончании колледжа. Затем он стал не менее упорно трудиться, стремясь преуспеть в бизнесе. К сорока пяти годам Гари, которому приходилось то и дело переезжать с места на место, купил и продал множество домов, но ни один из них не походил размерами на тот чудо дворец, который он описывал своим деду и бабушке. Мечта о громадном доме теперь и ему стала казаться пустой похвальбой.

Гари был близок к отчаянию. Его маленький компьютерный бизнес постоянно увеличивал годовой оборот на 5%. Это был хороший бизнес, годовой оборот которого исчислялся более чем миллионом долларов, но все же этого было недостаточно, чтобы мечта Гари осуществилась. Чистый доход составлял всего триста тысяч долларов в год.

Его желание купить чудесный дом было таким сильным, что ему стали сниться прекрасные дома, стоящие на набережной Майами Бич, или дворцы, расположенные у Нью-йоркского Центрального парка. Ему даже стал сниться громадный замок, в одном из залов которого мог свободно разместиться дом его деда. Но во всех этих снах дворцы принадлежали не ему. Они были чужой собственностью, и Гари отчаянно думал, как он может приобрести роскошное жилище за полмиллиона долларов – ту сумму, которой он располагал в реальной жизни. В конце каждого сна ему приходилось покидать фантастический дом.

Наконец Гари обнаружил, что в его снах намечается отчетливая тенденция. Он видел невероятные дома, но в конце осознавал, что не может приобрести их. Он чувствовал себя бессильным купить какой-нибудь из этих великолепных домов. Для того чтобы Гари смог приобрести дом своей мечты, его годовой доход должен был

составлять не менее трех миллионов долларов, а это был бы невероятный скачок в его делах

Тут Гари осенило: «А что, если я смогу направить свои сны таким образом, что мне приснится, что я могу приобрести дом своей мечты и заработать три миллиона долларов в год? Могу ли я создать в своем сновидении действительность, где я уже обладаю роскошным домом?»

УПРАЖНЕНИЕ ПО УПРАВЛЕНИЮ СНОВИДЕНИЯМИ

Гари начал изменять свои сны при помощи упражнений по управлению сновидениями:

1. Применение квантового мышления

Гари был ученым, а значит, и реалистом. Он никак не мог представить себе возможности перейти от годового дохода в триста тысяч долларов к трехмиллионной прибыли. Он постоянно размышлял над этой проблемой в течение всего дня – во время еды, на работе, во сне.

Где то должен был находиться ответ, как человек может перескочить из границ реальности в нереальный мир – как человек может изменить саму структуру реального мира.

Занятия наукой привили Гари строго реалистическую точку зрения. И все же теоретическая подготовка помогала ему представить, как частицы вещества переходят из одного состояния в иное.

Квантовая теория, сформулированная физиками двадцатого века (самым выдающимся из которых был Нильс Бор), гласит, что электрон, находящийся в атоме, при определенной стимуляции может исчезнуть с одной орбиты и появиться на другой. При этом электрон не осуществляет плавного перехода с одной позиции на другую. Электрон не может существовать в промежутке между двумя орбитами.

Иными словами, электрон не передвигается в пространстве с одного места на другое. Он просто исчезает с одного уровня и тут же появляется на другом.

Для себя Гари решил, что этот любопытный закон применим во Вселенной не только к электронам.

Возможно, законы квантовой механики могут быть применены и к людям, которые являются конденсатом материи и энергии. То, что относится к электрону, может найти выражение и в макром мире человеческих отношений.

Наблюдая за людьми, Гари понял, что события и обстоятельства их жизней не развиваются по линейным законам. Здесь тоже заметны квантовые скачки. Он открыл для себя то, что ступени социальной лестницы и материального благополучия сродни уровням, которые занимают электроны в атоме. Здесь также осуществляются неожиданные скачки, а не плавные, предсказуемые переходы.

Теперь ему оставалось найти лишь ту силу, которая сможет вывести его на новую орбиту.

Для осуществления квантового скачка Гари решил, в первую очередь, изменить логическую природу своего ума. Ведь в логической науке существовало алогичное квантовое движение. Теперь он ясно осознавал, что линейный пятипроцентный рост его предприятия являлся плодом той линейной прогрессии, которая вошла в его мышление. Новой моделью мышления должна стать квантовая механика.

Гари признавал, что его ум слишком мал, чтобы вместить в себя весь нереализованный потенциал Вселенной. Он решил, что Создатель Вселенной должен был отличаться невероятно могучим мышлением. Гари отказался от своего реалистического, рационального способа мышления и принял иррациональную, невероятную бесконечность. Он начал осознавать, что Вселенная безгранична (как это представляем себе и мы), а наука подошла к пониманию того, что в этой безграничной Вселенной может существовать бесчисленное количество иных миров. Он увидел, что реалистические границы размываются в бесконечной Вселенной и становятся совершенно нереалистическими.

2. «Жить сновидением»

Гари пришел к выводу, что, если он хочет увидеть определенный сон, он должен думать о нем днем. Он не позволял сновидениям диктовать ему свои условия. Он решил играть активную роль в управлении сновидениями.

Всем хорошо известно, что пережитое в течение дня оказывает влияние на содержание сновидений.

Вместо того чтобы признать действительное положение своих финансов, Гари решил создать свою собственную квантовую реальность: отныне он будет представлять, что зарабатывает три миллиона в год и уже владеет домом, о котором мечтал.

Но затем он подумал: «Зачем ограничиваться домом стоимостью в три миллиона? Почему бы не придумать дом, который стоит пять миллионов?» Да и к тому же, почему только один дом? Ведь он никак не мог решить, где лучше построить свой «воздушный замок» – в центре Нью Йорка или на побережье. Почему бы не выстроить несколько «воздушных замков»? Божественная сила может создать бесконечное число параллельных вселенных, почему бы не помечтать о десяти миллионах долларов или о чем то большем?

В уме Гари начала происходить борьба между привычным рациональным мышлением и вновь усвоенным невероятным квантовым способом мыслить. Работал ли он, играл или беседовал – отныне Гари зорко наблюдал за тем, чтобы его мысли не возвращались в старую «реальную» действительность. Он изгнал линейный способ мышления из своего сознания и стал создавать в нем квантовую действительность – действительность, где он стал обладателем десяти миллионов долларов и владельцем невероятных дворцов.

Поначалу это упражнение давалось ему нелегко, но он неустанно следил за собой. Он верил в то, что в один прекрасный день старые структуры его линейного мышления разрушатся и он, подобно электрону, осуществит скачкообразный переход в другое состояние.

3. Применение визуальной стимуляции

Для усиления ментальных образов Гари начал использовать картинки, которые возбуждали его воображение. Он вырезал из модных журналов красивые цветные фотографии, которые символизировали для него новую жизнь. Он изучал эти картинки с утра до вечера, пока они не врезались ему в память. Когда он чувствовал, что его разум вновь впадает в «реалистическое» мышление, Гари воскрешал в воображении запечатленные образы «новой жизни».

4. Каждый день делайте что то такое, что кажется вам не по силам

Гари прочел в одной книге описание упражнения для усиления интеллекта. Там говорилось:

«Если вы никогда прежде не пытались завязать шнурки на ботинках стоя, сделайте это.

Если вам никогда прежде не нравилось заниматься общественными делами, начните это делать.

При этом испытывайте душевный подъем и радость. Не важно, насколько масштабными окажутся эти вещи, главное здесь то, что вы начнете заниматься делом, которое раньше казалось вам не по силам – о чем вы раньше и не помышляли.

Попытайтесь пробиться через свои ментальные установки.

Пусть каждый день приносит вам хоть одну такую победу.

Рано или поздно в вашем подсознании накопится «критическая масса», и подобные победы станут вашим нормальным состоянием».

Гари начал применять эту простую формулу в своей жизни. В тот день, когда ему не удавалось сделать нечто особенное, он отжимался по пятьдесят раз или пробегал пять миль – так как никогда прежде не был силен в спорте.

Теперь сновидения Гари начали изменяться: ему снилось, что он покупает прекрасный дом в самом красивом районе города. Собственно говоря, настоящим владельцем этого дома был его старый школьный товарищ, которого он навещал по различным

поводам. Но во сне владельцем дома стал Гари, и он сдавал его своему бывшему соученику, которому становилось все труднее выплачивать ренту. И все же это был положительный сдвиг: несмотря на проблемы с получением платы за дом, его владельцем все же был Гари.

5. Примерьте на себя маску миллиардера

Гари решил, что существует определенная разница между душевным состоянием предпринимателя, сражающегося за свое существование, и душевным состоянием миллиардера. Он заказал билеты на пароход, совершавший очень престижный двухнедельный круиз, где его попутчиками должны были оказаться мультимиллионеры и миллиардеры. Цена показалась Гари очень высокой – сорок тысяч долларов для него и жены, – но он решил пойти на любые затраты.

За две недели пребывания на корабле Гари забыл о том, что его «реальный» финансовый статус не мог сравниться с положением его попутчиков. Он почувствовал себя одним из них. Гари обнаружил, что главное различие между обитателями домов ценой в двадцать миллионов долларов и жильцами домов, за которые пришлось выложить двести тысяч долларов, состоит в качестве ментальных границ, которые устанавливают для себя те и другие. Дом ценой в двести тысяч долларов укладывается в реалистические рамки, тогда как двадцатимиллионный дом кажется фантастикой.

6. Пересмотр сновидений по пробуждении

По пробуждении Гари первым делом закрывал глаза и вспоминал сновидения. Если сны отличались положительной окраской, были исполнены радости и уверенности в будущем, Гари поздравлял себя. Если же сон оказывался мрачным и Гари чувствовал собственное бессилие, он «переписывал» сценарий и проигрывал сновидение по новому, так что исход получался благоприятным. Если во сне Гари падал с обрыва, то наяву он проигрывал события таким образом, что

не разбивался о камни, а воспарял в небо, где обретал полную свободу.

Гари усвоил эти упражнения и научился изменять настрой своего разума в дневное время так, что ночью ему являлись те сновидения, которые он «заказывал». Видя сны нужного характера, он сумел усилить свою веру в будущее.

Через десять месяцев прилежных занятий упражнениями Гари получил заманчивое предложение своего приятеля заняться совместной разработкой программы по восстановлению компьютерных данных. Через три года оборот фирмы составил шестьдесят миллионов долларов. Гари так и не купил тот дом, в комнате которого мог бы свободно разместиться дедушкин домишко. Он видел такой дом в своих снах. Сейчас же, когда у Гари появилась возможность осуществить свою мечту, он не чувствовал такой необходимости. Да и, собственно говоря, ни Гари, ни его жена никогда по настоящему не хотели жить в таком чудовищном домище. Это просто был символ преуспевания, зародившийся много лет назад в детском воображении Гари.

Выводы

В сновидениях отражаются мысли – спутанные или ясные, – которые приходят в голову к человеку во время дня. Изменения характера сновидений посредством практики Управляемых Сновидений помогает изменить характер всей вашей жизни.

Прежде чем электрон окажется в состоянии покинуть привычную орбиту, ему необходимо накопить достаточное количество энергии. Получив достаточный импульс, электрон совершает прыжок в иную сферу.

По аналогии, человек, желающий совершить качественный скачок, должен накопить достаточно большой заряд и подготовиться покинуть старый, насиженный уровень, чтобы испытать переживания совершенно иного качества.

Подобно электрону, накапливающему энергию перед скачком, человек должен окунуться в позитивные видения и мечты, увидеть

свою жизнь в новом окружении и на новом уровне. Только после этого человек может заявить о своем праве перейти на иную ступень социальной лестницы.

Маг Дождя сделал именно это. В своих снах он постоянно видел дожди, проливающиеся на иссушенную землю, дожди, утоляющие жажду жителей деревни и несущие возрождение. Вам не нужно делать нечто большее – вам просто следует усвоить технику Управляемого Сновидения. Пусть вам приснится жизнь, о которой вы мечтаете, а затем живите так, как вам приснилось.

2 СЕКРЕТ. УСПОКОЙТЕ СВОЙ РАЗУМ

РАЗДРАЖЕНИЕ – НАЧАЛО МУДРОСТИ

Прежде чем Маг Дождя научился вызывать дождь без всяких видимых усилий, он был учеником. Несоответствие затраченных усилий полученным результатам, что было свойственно всем неопытным Магам Дождя, вызывало у нашего Мага Дождя раздражение.

Наш Маг Дождя поначалу даже считал себя бездарным и потому отправился в путешествие за великой мудростью.

Если человек страдает от раздражения и стрессов, которые приносит ему жизнь, он не успокаивается, пока не обретает мудрость. Раздражение – это предупреждение о том, что в нашу жизнь пора внести коррективу. Это защитная реакция тела, разума и духа.

Маг Дождя должен был уяснить себе, как эти страдания повлияют на его способность превратиться в лучшего Мага Дождя в будущем.

ПРЕДСТАВЬТЕ, ЧТО ЖИЗНЬ – ЭТО НЕБЕСНЫЙ СПОРТ

Для того чтобы спокойно принять вызов, который бросает нам жизнь чуть ли не каждый день, мы должны сделать шаг назад,

представить себе большую картину и задать себе серьезный вопрос: если правда то, что сказал один циник, «жизнь высасывает нас, и мы умираем», то зачем вообще беспокоиться в этой жизни?

Получив ответ на этот вопрос, мы начинаем относиться к тестам, предлагаемым жизнью, гораздо легче. Мы можем даже начать наслаждаться ежедневной борьбой как игрой.

РАДОСТЬ СОРЕВНОВАНИЙ

В начале нынешнего столетия одного китайского вельможу пригласили посетить престижную женскую гимназию, которой он покровительствовал. Явившись в школу, вельможа увидел группу девочек, яростно сражающихся за мяч и пытающихся забросить его в корзину соперниц.

От этой сцены вельможа пришел в ярость и закричал на директора: «Я дал тебе столько денег, чтобы ты построил наилучшую школу, в которой должно быть все! Почему же ты не купил столько мячей, чтобы хватило каждой девочке и они бы не дрались из за одного единственного мяча?»

Почему две команды сражаются за жалкий единственный мячик, набивая синяки на теле и напрягая все духовные силы? Почему людям так нравится, когда их любимые команды надрываются как в физическом, так и в духовном отношении?

Интерес любого соревнования заключается в том, чтобы одолеть соперника. Люди, наделенные физическими или интеллектуальными способностями, включаются в игру. Те же, кто не могут сражаться, покупают билеты и занимают места на трибунах стадионов.

Чем яростнее игра, тем она лучше. Чем более жестоким кажется соревнование, тем большее количество людей готово наблюдать за ним. Когда матч оканчивается со счетом 95:10, как игроки, так и зрители кажутся разочарованными. Если же разрыв в счете минимален, игра остается увлекательной до последней минуты.

Человеческий дух любит напряженные игры. Жизненные ситуации во многом напоминают схватки на игровой площадке.

Единственная разница состоит в том, что мы считаем спортивные состязания игрой, а состязания в бизнесе рассматриваем как жизненную реальность.

Законы жизни, бизнеса и спорта заключаются в том, чтобы преодолеть противостоящие силы. Игра с мячом становится метафорой жизни. Проблемы возникают лишь тогда, когда мы забываем, что стресс является неотъемлемой частью человеческого состояния. Играя в игру, имя которой жизнь, наслаждайтесь.

НЕ СЛИШКОМ РОСКОШНАЯ ЖИЗНЬ

Моя подруга Полин замужем за человеком, который должен унаследовать самую крупную в мире империю коммуникаций. Ее новая семья снималась в телешоу «Из жизни богатых и знаменитых». Но Полин часто говорит о том, что хотела бы быть бедной. Она любит проводить время в компании своих друзей художников, которые зарабатывают на жизнь тяжелым трудом и получают от этого удовольствие. Я могла бы сказать, что она по хорошему завидует тем, кто чувствуют себя полноценными людьми, пытаюсь свести концы с концами.

Одна из моих подруг детства вышла замуж за богатого бизнесмена. Она постоянно хвастается мне тем, как ей «повезло в жизни». Ее жизнь протекает совершенно гладко, без всяких тревог. И все же, когда я гляжу в ее глаза, мне не удается заметить в них света радости – никаких признаков удовлетворенности и счастья. Если ее жизнь действительно так хороша, как она заявляет, зачем же ей тратить столько усилий на то, чтобы доказывать это?

Древний китайский афоризм гласит: «В каждой семье есть сутра (молитва), которую трудно читать». Никогда не следует завидовать другим людям – у всех есть свои проблемы, с которыми, возможно, труднее справляться, чем с теми, к которым привыкли вы.

ЖИЗНЬ ВЕДЕТ ИГРУ ПО ПРАВИЛАМ

Жизненные неурядицы вовсе не предназначены для того, чтобы полностью выбить вас из колеи. Проблемы возникают на вашем пути, чтобы напомнить вам, что жизнь – это увлекательная и веселая игра.

Представьте себе, что вы забыли правила игры в футбол и решили, что вам следует спокойно прохаживаться по полю, то и дело пиная мяч, тогда как игроки соперничающей команды должны держаться от вас на почтительном расстоянии, чтобы (не дай бог!) не помешать вам. И вдруг на вас набрасываются какие то люди со всех сторон! Вы испуганы и разъярены.

Но если вы знаете правила футбола, то не будете иметь ничего против атаки. Да если бы противника не оказалось на поле, вас бы только расстроило то, что вы не сможете продемонстрировать свое искусство. Жизнь дает вам возможность проявить себя, постоянно посылая вам испытания.

НЕБЕСНАЯ ИГРА

В тот или иной момент нашей жизни каждого из нас обманули. Каким то образом у нас сложилось впечатление, что идеальная жизнь должна проходить без борьбы. Поэтому нам иногда кажется, что жизнь совершенно невыносима. Если же жизнь действительно столь ужасна, почему бы нам просто не оставить ее, заявив напоследок Вселенной: «Я больше не желаю быть твоей жертвой. Ты можешь продолжать вести свою игру без меня!»

По какой то таинственной причине все мы очарованы жизнью и держимся за нее изо всех сил. Почему?

Большую часть своей жизни я не могла понять истинный смысл человеческого существования. Мы едим, мы ходим в школу, затем мы возвращаемся домой, чтобы повторять все это вновь и вновь. Наконец мы стареем и дряхлеем, а затем и умираем. В этом свете жизнь кажется бессмысленной.

ДЛЯ ЧЕГО НУЖНО МИРОЗДАНИЕ?

Семнадцать лет назад я спросила у великого учителя: «Какова цель мироздания? Все в нем кажется таким случайным! Мы стремимся изо всех сил к хорошему существованию лишь затем, чтобы умереть более комфортно. Если окончательная цель действительно такова, почему бы нам просто не умереть сейчас, а не ждать, когда мы станем старыми, больными и несчастными?»

Вот что сказал в ответ учитель: «Давай на минуту возвратимся к истокам Вселенной, к тому моменту, когда все началось. Погляди, есть лишь Единая Сила. Это Единое обладает всем, оно не знает границ, излучает радость и купается в блаженстве. Некоторые зовут это „Богом“.

Однако по определенным причинам, из чисто спортивного интереса, Единое превращается в множество. Из множества возникает Вселенная. Как говорил великий китайский философ Лао цзы: «Дао, Начало Всего, порождает Единое. Единое порождает два. Два порождает три. Три порождает десять тысяч вещей».

Целостное Единство становится Вселенной, исполненной противоречий. В ней происходят битвы между существующим и несуществующим, между добром и злом, между мудростью и невежеством, богатством и бедностью, успехом и провалом.

В процессе творения Созидательная Сила стремится забыть свою бесконечную, всеведущую божественную природу и принимает личину невежества. Она, будучи одновременно вечной и преходящей, ведет игру, становясь ограниченными человеческими существами.

Когда эта Сила принимает облик человеческих существ, игра становится попыткой восстановить ее божественную природу – стать изначальным Единством – посредством решения проблем, преодоления самоограничения.

Люди сделаны по образу Создателя. Чувство всеведения, всесилы, присутствия во всем, чистой любви и бесконечного блаженства посещало сердца всех людей.

Играя в Творение, Всемогущий прячется за невежеством и стремится обнаружить Единство.

Если мы созданы из Божественной материи, так как же мы можем не быть божественными? Как левенок, выросший среди овец,

ошибочно принимает себя за овцу, но при этом все равно остается будущим львом, так и люди могут считать себя лишь слабыми и ограниченными человеческими существами, а на деле являются божественными созданиями, чья природа всегда будет безукоризненной и блаженной.

Даже наша постоянная борьба за реализацию своего полного потенциала в ментальной и материальной сфере является не чем иным, как игрой, придуманной Создателем и нашим собственным духом.

Сила Творения привела к тому, что вселенское сознание сократилось до человеческого сознания, перешло от безграничной силы в материальную физическую сферу. Игра в созидание – это развлечение Единого, и мы, дух человечности, остаемся едины с Ним. Благодаря соревнованию и борьбе мы учимся радости прорыва сквозь самоограничения и в этом достигаем величия».

А сейчас, разобравшись с концепцией созидания, давайте возвратимся к тому вопросу, с которого начинали: «По какой таинственной причине все мы очарованы жизнью и держимся за нее изо всех сил?»

Что ж, вкратце ответ будет звучать так: «Тогда как человеческий разум и тело переживают драму суровой борьбы, наш дух смотрит на это как на развлечение».

БОРЬБА ИДЕТ ВСЕРЬЕЗ

Когда я впервые услышала это заявление семь лет назад, это были лишь слова. Сейчас же, когда я воспринимаю жизнь лишь как площадку для Божественной игры, я знаю, что все в ней предназначено для того, чтобы каждый из нас рос, развивался и получал от жизни удовольствие.

Заклячая сделку с вездесущностью, человеческий дух говорил: «Я хочу обладать телом и быть человеком. Будучи духом, я могу

существовать везде и во всем, не зная никаких ограничений. Я не связан временем, пространством или законами материального мира. Я есть все. Мне просто очень весело быть человеком и притворяться, что я имею ограничения; мне нравится вступать в борьбу и получать желанное, побеждать и получать желанное, идти на лишения, чтобы получить желанное. Быть человеком так интересно!»

Люди изобрели спорт лишь из врожденного желания играть. Игры могут быть искусственными, но борьба на спортивной площадке – вещь реальная. Игроки иногда получают травмы и даже гибнут. Но лучшие игроки никогда не забывают о том, что все это лишь игра и что они сами решили играть в нее.

По этому же принципу вы добровольно решаете быть человеком, чтобы получать удовольствие от жизни. И все же борьба становится невыносимой, когда вы полностью уходите в игру и забываете о том, кто вы есть на самом деле, теряя связь со своей Божественной природой. Забывая о том, что это всего лишь игра, вы чувствуете себя жертвой Творения.

Дух – это искра той самой бесконечной творческой силы. В вас есть силы, которые дают вам возможность достичь всего, к чему вы стремитесь. Реализуете ли вы ее или нет, но искра вашей божественной природы живёт в вас всегда.

ПОНИМАНИЯ ЕЩЕ НЕ ДОСТАТОЧНО

Понимания тайны Творения еще не достаточно – оно не поможет вам вызвать дождь, прожить хорошую жизнь или вести дела. Цель жизни – это возвращение к своей божественной природе. Чем ближе мы подходим к божественной природе, тем больше сил у нас появляется, чтобы манипулировать материальной действительностью, тем спокойнее будет чувствовать себя наш разум в делах и в жизни, с тем большим знанием мы сможем управлять реальностью.

ВЫВОДЫ

Возбужденность и раздраженность – хорошие состояния. Это знак, что вы сделали первый шаг в поисках секрета Мага Дождя.

Даже если вам кажется, что вы не хотите быть «духовным», вы все равно остаетесь духовным созданием. Вы не сможете в своей жизни полностью отказаться от поисков некоей высшей реальности. В некоторых случаях это происходит тогда, когда ваша жизнь выходит из под контроля. Все не может вечно складываться благополучно – на работе и в семье. Стресс и раздражение – постоянные спутники вашей жизни. Почувствовав себя разочарованным в суровой действительности, вы обращаете свой взор к Всемогущему. Когда дела не клеятся, вы вдруг становитесь необыкновенно духовной личностью.

Большинство из нас на том или ином этапе своей жизни отправляются во внутреннее путешествие. Но немногих побуждает к этому одна лишь любовь к человечеству и Создателю.

Иногда нам нужна рука помощи, на которую мы сможем опереться, делая первый шаг на этом пути. Эта помощь приходит к нам без нашей просьбы в форме раздражения и возбуждения, которые мы испытываем в жизни. Эти чувства являются необходимым предупреждением, как и боль, предохраняющая наше физическое тело. Они – сигнал к тому, чтобы мы внесли коррективы в свою жизнь.

Наш Маг Дождя начал именно с этого. Дело не в том, что он был столь мудр, что позволил боли и раздражению войти в свою жизнь. Нет, я думаю, что, пережив ментальное возбуждение, материальные поражения и духовное опустошение, он пришел к пониманию того, что раздражение и огромная боль были первыми шагами на пути достижений, которые не требовали усилий, – той силой, которая делает человека подобием Бога на земле.

СМИРЕНИЕ ОТКРОЕТ ВАМ ВАШУ СУДЬБУ

У нас с Богом есть общие дела; и, открывая себя для Его влияния, мы исполняем свое основное предназначение. Вселенная в той своей части, которая соприкасается с нами, создает нашу жизнь –

лучшую или худшую – пропорционально тому, насколько полно каждый из нас исполняет требования Бога.

– Уильям Джеймс

Конфуций говорил: «Когда тебе пятьдесят лет, ты уже должен знать свою судьбу».

Здесь пятьдесят лет – условность; тебе может быть пять, тридцать или шестьдесят. Но и в восемьдесят лет человек может не догадываться о своей судьбе. Конфуций же хочет выразить ту мысль, что, прожив достаточно долго, человек совершает много ошибок и набирается мудрости настолько, чтобы смириться с волей Небес.

Лишь тогда вы сможете увидеть свою судьбу в том виде, в каком начертали ее Небеса.

Прежде чем заняться своим настоящим делом, наш Маг Дождя в поисках своего предназначения сделал много ошибок. Каждый раз, когда он удалялся от своего намерения стать Магом Дождя, Божественное Провидение направляло его в исходную точку.

Но как мы можем узнать свою судьбу? Не станем же мы просто сидеть и все пятьдесят лет есть рис, чтобы судьба наконец открылась перед нами.

ПОКОРНОСТЬ БОЖЕСТВЕННОМУ ПРОМЫСЛУ

В вашей жизни наиболее существенную роль играют две программы – ваша собственная и Божественная. Нередко они входят между собой в противоречие. Если мы хотим, чтобы наша жизнь отличалась от предначертанной судьбы, Небеса создадут нам преграды. Как бы мы ни стремились повернуть жизнь по своему, Небеса всегда побеждают. В отчаянии мы рано или поздно вынуждены сдаться.

Сдаться на волю Небес вовсе не означает отказ от каких либо действий в жизни. Это означает применить все свои силы и таланты на то, чтобы ваша жизнь и жизнь ваших близких стала лучше. Просто вы принимаете Божественное руководство, не настаивая на том, чтобы все было так, как хочется вам. Вы принимаете положение

вещей таким, каково оно есть, и направляете все свои силы, талант, способности и мудрость в нужное русло. В противоположном случае поражение вызывает в нас лишь отчаяние, безнадежность и опустошенность.

Подлинная покорность рождается из понимания великого замысла, стоящего над будничным уровнем. Таким образом, наша открытость этому замыслу привносит в нашу жизнь удивительные изменения.

Покорность Воле Божьей – задача не из легких. Большинство из нас проходит по жизни, сражаясь за то, что кажется лучшим для нас. Но в милости своей Создатель уводит нас от многих соблазнов, несмотря на наши возражения.

Взрослым детская идея о «хорошей жизни» кажется совершеннейшей глупостью. В этой жизни нет места школе, скучным заданиям, зато там полно гамбургеров, пиццы, конфет, пряников, телевизионных передач и ничегонеделания. Но в глазах Творца мы, взрослые, мало чем отличаемся от детей. У каждого из нас есть свое представление о «хорошей жизни», которое представляется столь же фривольным, как детская идея во вселенском масштабе. Когда истинное положение вещей не соответствует нашему идеалу, мы страдаем и разочаровываемся.

ПРОВАЛОВ НЕ СУЩЕСТВУЕТ, ЕСТЬ ТОЛЬКО БОЖЕСТВЕННЫЕ ПОПРАВКИ

Временами мы выпадаем из плана, составленного для нашей жизни, и отправляемся туда, где нам быть не положено. Тогда вселенские силы начинают подталкивать нас к пути, по которому нам предначертано идти. Каждый наш возврат к исходной точке невежественные люди называют ошибкой и провалом.

Например, в 1984 году я находилась на перепутье. Я послала свою анкету, претендуя на должность торгового агента в IBM. После получасового собеседования они решили отвергнуть мою кандидатуру. Через десять лет, в 1994 году, я уже рассылала

приглашения принять участие в конференции в Бали самым удачливым агентам IBM.

Жизнь – это круг в круге, где существуют случайности, ошибочно называемые победами и поражениями. Каждый такой «провал» является шагом вперед на пути неизбежного полного успеха.

Всякое разочарование, всякий провал молчаливо ведет вас к вашей предначертанной судьбе. «Ребенок, ты избрал себе неверный путь. Это не дорога твоей судьбы» или «Ты должен делать это иначе, такое исполнение не соответствует твоим талантам. Отточь свое мастерство». Провалов не существует, есть только божественные поправки.

Люди готовы пойти на все, лишь бы избежать так называемых «провалов». Когда мы переживаем провал, нам кажется, что наше сердце разбито на множество кусков.

Можно сказать с определенностью: когда Создатель доволен тобой, он начинает проявлять к тебе особый интерес. Он следит за тем, чтобы сердца разбивались, так как свет мудрости может проникнуть лишь сквозь трещину в сердце. Ради таких незаурядных людей, удостоившихся наивысшей благодати, Создатель собственноручно поднимет молоток, чтобы расколоть их сердца и поселиться в них.

СУДЬБА ОТКРЫВАЕТ СЕБЯ В ТРИ ЭТАПА

Поскольку люди любят сопротивляться до последнего, мы не отказываемся от своих планов, пока не сходимся с Роком в единоборстве. Когда Рок укладывает нас на обе лопатки, мы выигрываем. И напротив, те, кто ухитряются победить свой Рок, проигрывают матч, так как навсегда остаются в неведении относительно своей судьбы. Такие люди обычно тяжело работают и зарабатывают неплохие деньги, но не получают от этого удовлетворения.

Для большинства людей судьба открывает себя в три этапа.

1 этап – ВЫ ГОЛОДНЫ

Все начинается с того, что вы чувствуете неудовлетворенность жизнью. Не обладая достаточно хорошим аппетитом, вы не видите мотивов к действию. Если вы не действуете, ничего не происходит – вы ведете растительный образ жизни и умираете. Даже такой простой акт, как прием пищи, требует от вас желания действовать.

На начальном этапе погони за своим личным успехом вы обнаружите, что ваша мотивация очень сильна. Ваши поступки побуждены эгоцентричным желанием, и вы можете услышать их голос: «я хочу, я хочу, я хочу».

Будучи голодным, вы находите несколько объектов своего желания. Сила голода заставит вас проявить волю, и вы выйдете на старт хорошо подготовленным.

На этом этапе вы выигрываете первый матч. Вы получаете одно очко, ваш Рок не получает ни одного.

Однако, прожив достаточно долго и – до определенной степени – насладившись результатами победы, вы обнаруживаете, что не очень то счастливы в этой фазе. Более того, вам может показаться, что вы растерянны и несчастны как никогда прежде. Все это происходит лишь потому, что Рок ласков и добр, а вам необычайно повезло. Это знак того, что Вселенная проявляет к вам личный интерес и изменяет ваш курс таким образом, чтобы вы могли достичь гораздо большего, чем сейчас.

Вы переноситесь на второй этап.

2 этап – ПОВОРОТНЫЙ ПУНКТ

Второй этап часто начинается с какого то драматичного поворотного пункта в жизни человека. Это может быть личная трагедия, потеря любимого человека, профессиональные неурядицы и финансовые потери. Как правило, с вами случается то, чего вы больше всего боитесь. Тогда вы отправляетесь в свой внутренний поиск, на который вас побуждает боль.

Действительно, когда дела идут плохо, мы становимся более «духовными».

Начав вести внутреннее исследование, вы поначалу приходите в отчаяние от собственных недостатков. Это можно сравнить с пребыванием в комнате, куда не попадал солнечный свет, и потому не было видно грязи, когда же лучи света стали проникать в окна, с которых сняли жалюзи, вы с изумлением обнаружили, что все в комнате покрыто густым слоем пыли.

Вы понимаете, что эта комната и раньше не была чистой – она всегда была старой и неубранной, но лишь теперь, когда туда проник солнечный свет, вы смогли различить то, чего не видели раньше. Сейчас вы не только можете ясно увидеть грязь – у вас появилась надежда убрать ее.

В классическом фильме «Возвращение Джедая», юный Люк Скайуокер боится встречи со своим могучим врагом Десом Бадером. Его учитель Оби Ван Кеноби говорит ему: «Чтобы стать Джедаем, ты должен встретиться с темной силой, а затем выйти из тьмы». В начале фильма Люк Скайуокер еще мальчишка. В конце фильма, столкнувшись с темной силой, он обретает зрелость.

Встреча с темной стороной жизни (в тебе и вне тебя) – это начало второго этапа. На этом этапе запускается процесс трансформации.

Однако эта фаза является и наиболее опасной и рискованной. Многие люди задерживаются на этом этапе, терпят здесь поражение, так как стараются сражаться с трудностями, а не пользуются ими как указателями жизненного пути.

Переход от первой фазы ко второй не требует с вашей стороны никаких усилий – Рок тычет вас носом в вашу собственную грязь. Но для того, чтобы перейти из второй фазы в третью, требуются ваши волевые действия.

Фаза два не предназначена для того, чтобы сломить вас. Скорее, это очистительный процесс, сквозь который вам необходимо пройти, чтобы в вашей жизни начался новый этап, где вы достигнете гораздо более высокого личного совершенства. Каждый день мы можем услышать истории о чьем то успехе, который приписывают простому везению. Но ни один человек, добившийся подлинного успеха,

оставив миру свое достояние, не миновал тьмы и лишений второй фазы.

Рок выигрывает – вы проигрываете. Когда счет между вами становится 1:1, вы выходите на прямую дорогу к исполнению предназначения.

3 этап – СУДЬБА ОТКРЫВАЕТСЯ

Вы понимаете, что все то, что считается вашим, никто не может у вас забрать или направить в сторону от вас. Вы осознаете, что ваш прогресс не зависит от отдельных индивидов или обстоятельств, он льется для вас из рога изобилия вселенского богатства.

Вы знаете, что судьба является одновременно и вашим слугой и вашим хозяином.

Исполнение ваших обязанностей находится в гармонии с Божьей волей, и потому вы можете пренебречь сиюминутными результатами. Вы знаете, что все сделанное вами в конце концов принесет свои материальные и духовные плоды.

На этом этапе счет становится 2:1 в пользу Рока – смиряясь, вы выигрываете.

Это возвышенное состояние может показаться парадоксальным или недостижимым людям, застрявшим на втором этапе. Не забывайте, что это состояние, знакомое каждому человеку судьбы, существует в каждой душе в зачаточном состоянии и ожидает, когда его пробудят к жизни.

ЖИЗНЕННОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДЖОРЖА ВАШИНГТОНА

Жизнь Джоржа Вашингтона можно четко разделить на три этапа, описанных выше. Жизнь большинства людей трудно разбить на три отчетливые фазы – обычно происходит их перехлест. В жизни же Джоржа Вашингтона явно прослеживаются три основных периода.

Где бы вы ни оканчивали школу, в Соединенных Штатах Америки или в любой иной стране, вам должен быть известен рассказ о молодом Джорже Вашингтоне, срубающем вишневое дерево. Эта

история наделяет Джоржа Вашингтона столь блистающим нимбом святости, что мы, простые смертные, чувствуем совершенную несопоставимость своих скромных добродетелей с тем зерном истинного величия, которое зрело в груди этого необыкновенного ребенка. Историки же считают эту историю совершенно безосновательной выдумкой, когда то рассказанной одним священником, желающим привлечь детей в свою воскресную школу. Подлинная история человека, которого звали Джоржем Вашингтоном, звучит совершенно иначе.

История жизни Вашингтона повествует о человеке, который прошел сложный путь от обманщика до иконы и наконец обрел истинное величие. Когда мы знакомимся с человеческой стороной Джоржа Вашингтона, наше восхищение им ничуть не блекнет. Наоборот, мы осознаем с еще большей полнотой, насколько велик был Отец Америки.

Авраам Линкольн когда то сказал о Вашингтоне: «Невозможно прибавить света солнцу, как невозможно прибавить славы имени Вашингтона».

1 этап – ДЖОРЖ ГОЛОДЕН

ПРЕВРАТНОСТИ СУДЬБЫ

Отец Вашингтона умер, когда мальчику было одиннадцать лет. Два его сводных брата, Лоуренс и Августин получили большую часть отцовских земель. Их обоих также отправили в Англию, чтобы они получили там хорошее образование. Юнец Джорж, не имея ни достаточного состояния, ни приличного образования, пустился в путь, чтобы оставить свой след на мировой сцене.

Когда Джоржу исполнилось шестнадцать, Лоуренс пригласил его жить у себя в Маунт Верноне. Лоуренсу тогда было тридцать, и он был майором в милиции Вирджинии и служил как член Дома Бургессов. Он женился на дочери одного из богатейших людей этой колонии.

Молодому Вашингтону пришлось по душе тот роскошный образ жизни, который вел его брат. Вашингтон гордился своим братом и чувствовал, что он тоже заслуживает всего того, чем обладал Лоуренс: статуса джентльмена, огромного богатства и обширных земель. Ничто так не ценилось в Вирджинии восемнадцатого века, как достижение столь завидного общественного положения.

Молодой Вашингтон повел себя не по возрасту зрело. Находясь в Маунт Верноне и ведя жизнь вирджинского сквайра, он постоянно думал над составлением плана, который должен был помочь ему достичь богатства, к которому он уже начал привыкать.

КОЛЛЕКЦИОНИРОВАНИЕ СИМВОЛОВ УСПЕХА

В юности Джорж был одержим идеей стать «настоящим» джентльменом. Тогда же он и начал собирать символы истинного «джентльменства».

Для того чтобы человек мог называться джентльменом, он должен занимать джентльменскую должность

Во времена Вашингтона должность землемера считалась весьма почетной, приравнивавшейся к положению врача или священника. В 1749 году семнадцатилетний Джорж Вашингтон сдает экзамен и официально становится землемером.

Джентльмен должен иметь землю, чем больше, тем лучше

Работая землемером, Джорж Вашингтон получал хорошие деньги. К двадцати годам он стал владельцем 2 008 акров самой плодородной земли этого района. Безусловно, в качестве землемера Джоржу Вашингтону удавалось отхватывать для себя самые лакомые кусочки. Не вся земля пришла к Джоржу Вашингтону благодаря честной работе. В начале Французско Индейской кампании губернатор Вирджинии, желая привлечь побольше людей в ряды армии, пообещал земельный надел каждому добровольцу. Это предложение не относилось к офицерам, которые, по мнению

губернатора, должны были явиться в армию по велению чести аристократа.

В конце восьмилетней Французско Индейской кампании на должность губернатора вступил новый человек, не осведомленный о деталях обещания, данного предыдущим губернатором. Джорж Вашингтон вместе с другими офицерами подменил старую декларацию и стал претендовать на земельный участок в награду за свою службу в армии.

Благодаря этому дешевому мошенничеству, в ущерб всем тем, кто находились под его командой, Джорж Вашингтон приобрел двадцать тысяч дополнительных акров плодородной земли.

У джентльмена должна быть джентльменская жена

В возрасте двадцати семи лет Джорж Вашингтон женился на женщине, которая была в высшей степени достойна называться «женой джентльмена». Его супругой стала Марта Куртис – двадцативосьмилетняя леди – самая богатая вдова во всей Вирджинии.

Обладая деньгами и положением в обществе, Марта Куртис была наделена в глазах Джоржа Вашингтона высшими достоинствами. Благодаря этому браку Джорж Вашингтон стал истинным джентльменом.

Джентльмен должен находиться в джентльменской компании

Обзаведясь джентльменской женой, Джорж Вашингтон стал навещать и принимать у себя своих соседей по Маунт Вернону. Он давал великолепные званые обеды, на которые приглашал лишь тех, кто мог способствовать осуществлению его честолюбивых планов. Он никогда не упускал возможности потеряться в компании богатых, влиятельных и знаменитых.

Джентльмен должен заниматься политикой и занимать видное общественное положение

Следуя по стопам своего сводного брата Лоуренса, Джорж Вашингтон решил стать членом «Дома Бургессов». Он не прошел с первой попытки, так как в день выборов не обслужил избирателей горячительными напитками, как это было принято делать. Когда же его избирали во второй раз, Джорж Вашингтон побеспокоился о том, чтобы его бар был полон и вовремя открыт для избирателей. Это подействовало на людей как чары; он был избран членом правительственного корпуса Вирджинии.

Джентльмен должен носить красный сюртук

Джорж Вашингтон служил в вирджинской милиции в чине майора и вскоре был переведен на должность командующего. Но должность командующего в вирджинской милиции – ничто в сравнении со званием офицера британской армии – признаком истинного джентльменства. Всю свою жизнь Джорж Вашингтон мечтал о том, чтобы занять пост в британской армии.

Вся военная подготовка Джоржа Вашингтона заключалась в чтении двух книг по военному искусству и уроков фехтования. Однако недостаток теоретических знаний и практических навыков не могли помешать Джоржу Вашингтону мечтать о красном сюртуке офицера британской армии.

После подачи бесчисленных заявлений, на которые неизменно приходил отказ, Джорж Вашингтон разочаровался в своей мечте стать офицером британской армии, объясняя себе этот провал дискриминацией, которую проявили к нему, колонисту. Это навязчивое желание стать британским офицером сыграло решающую роль в судьбе Джоржа Вашингтона.

ИЗЪЯНЫ В ХАРАКТЕРЕ ДЖОРЖА ВАШИНГТОНА

На первом этапе своей жизни Джорж Вашингтон совершенно не замечал изъянов собственной персоны.

Его тщеславие

Когда в 1754 году Джорж Вашингтон получил свое первое военное задание во время Франко-Индийской кампании, он решил, что у него появился хороший шанс прославиться. Джорж Вашингтон основал форт Нессесити в Грейт Мидоуз, штат Огайо. После первых же ливней форт был залит водой, и Джорж Вашингтон со своими людьми должен был сдаться французам.

Джорж Вашингтон подписал договор о капитуляции, который был составлен на французском языке. Вашингтон не знал французского и потому не понял, что подписывает признание о том, что во время предыдущей битвы убил французского дипломата после того, как тот сдался ему в плен и был заключен под стражу.

Этот документ основывался на том факте, что один индейский вождь, сражавшийся с французами на стороне англичан, как то ворвался в толпу французских пленных и убил дипломата ударом томагавка по голове.

Для того чтобы ответить на обвинения и дать верное объяснение всему происшедшему, Джорж Вашингтон должен был признаться в своем незнании французского языка. Но так как в то время каждый английский джентльмен должен был свободно говорить по-французски, Джорж Вашингтон не хотел сознаваться в своем невежестве.

Его манера обвинять окружающих

Безусловно, первая попытка прославиться на поле битвы не увенчалась успехом у Джоржа Вашингтона. Защищаясь, он тут же обвинил офицера, которого назначил своим переводчиком, в профессиональной непригодности. Конечно же, Джорж Вашингтон, не владевший французским, вряд ли мог по достоинству оценить владение этим языком своего офицера. Джорж Вашингтон также обвинил свое начальство в том, что оно необдуманно послало его сражаться в Огайо.

Всю свою жизнь Джорж Вашингтон обвинял окружающих тогда, когда его представления не совпадали с реальным положением вещей. Сталкиваясь с трудностями и неудачами, он чувствовал себя обманутым и преданным.

Его стремление к признанию

В возрасте двадцати лет Джорж Вашингтон отправился в Вилльямсбург на аудиенцию с губернатором Динвидди. На этой аудиенции Джорж Вашингтон подал прошение о назначении на должность майора вирджинской милиции. Для человека, не имеющего военной подготовки, такая должность была недоступной, и прошение было отклонено. Впоследствии Джорж Вашингтон все же был назначен на эту должность, и под его опеку попала часть территории Вирджинии.

Но и тогда этот титул был присужден ему отнюдь не за заслуги, а благодаря его отношениям с лордом Томасом Ферфаксом – дальним родственником жены. Более того, губернатор Динвидди был деловым партнером брата Джоржа Вашингтона, Лоуренса. Из-за этого никто не воспринимал Джоржа Вашингтона всерьез в его новой должности. Даже младшие офицеры не желали слушать его.

В 1775 году Джорж Вашингтон отправился на Континентальный Конгресс в Филадельфию, чтобы представлять там Вирджинию. Предметом дискуссии стал сбор налогов и то, как не допускать к этому представителей британских колониальных властей.

Безусловно, Джорж Вашингтон не мог появиться на собрании, не вооружившись планом. Он оказался единственным человеком в делегатском холле, облаченным в героическую генеральскую форму, сшитую по его личному заказу и чертежу – с эполетами и всем прочим.

Говорят, что, прежде чем окружающие решат, годишься ли ты на роль, которую желаешь сыграть в жизни, тебе следует одеться для этой роли, сыграть эту роль и стать с ней единым целым. Сейчас перед Джоржем Вашингтоном открылась возможность исполнить свое самое заветное желание. Он решил, что если члены Конгресса увидят его в этой форме, то тут же назначат его командиром армии Континентального Конгресса.

Как Вашингтон и предвидел, делегаты узрели в нем «именно того человека», который им нужен. Он был сравнительно молод (сорок три года); он имел опыт полевых действий (преимущественно сдачи в

плен); он был на нужной стороне в расстановке политических сил (представитель Вирджинии, тогда как Конгресс хотел уговорить Южные Колонии присоединиться к борьбе за освобождение Америки; и, наконец, у него была генеральская униформа.

Историки называют Джоржа Вашингтона «великим актером».

Я называю его прекрасным бизнесменом.

Счет 1:0 в пользу Вашингтона.

2 этап – ОТЧАЯНИЕ

ВРЕМЯ СТРАХОВ

Джорж вскоре отправился в Бостон, вооруженный всеми необходимыми документами для командования спешно сформированной Континентальной армией. Всю свою жизнь Джорж Вашингтон только и мечтал о таком признании. Сейчас мечты стали реальностью. Взглянув на свое отражение в зеркале, Джорж Вашингтон должен был честно признаться, что видит перед собой лишь фермера, выращивающего табак. Он знал, как выращивать высококачественный табак. Ему трудно было представить, как он встретится на поле боя с опытным противником.

По прибытии в Бостон Джорж Вашингтон увидел, что его худшим предчувствием суждено было сбыться. Он не встретил там закаленных воинов, готовых сражаться за свободу Америки до последней капли крови, нет, там его ждали растерянные фермеры, знающие толк в зерновых и скоте, но не представляющие себе, как убивать людей на поле боя. Вашингтон пришел в отчаяние – как мог он вести это стадо овец против прекрасно тренированных солдат Британии, самой великой армии мира?

ЗЕРКАЛО ЕГО НЕСОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Британцы высадились в Нью Йорке, чтобы сразиться с армией Джоржа Вашингтона. Исход битвы подтвердил основательность его опасений. Его военная подготовка (состоящая из прочитанных им книг) оказалась совершенно несостоятельной. Плохо тренированная армия стала для британцев легкой добычей.

Столкнувшись с ужасами настоящей войны – кровью, болью и криками раненых и умирающих, – многие солдаты не выдержали и дезертировали.

Джорж Вашингтон пришел в полное отчаяние. Ему стало казаться, что он вовсе не великий генерал, а самозванец. Поражение на поле битвы представилось ему отражением внутреннего разочарования в собственной значимости. Сейчас ему уже не кого было винить. Раньше он легко находил козла отпущения, в этом поражении Вашингтону не на кого было спихнуть собственную вину. Он остался совсем один.

БИТВА С ГЕНЕРАЛАМИ

В довершение проблем, Джоржу Вашингтону приходилось вести войну на два фронта: он одновременно сражался с британцами и со своими собственными генералами. Поскольку большинство из генералов, попавших в подчинение Джоржу Вашингтону, в свое время служили в британской армии и были достаточно опытными людьми, они небезосновательно считали, что такой «деревенщине», как их главнокомандующий, скорее пристало управлять стадом коров, чем командовать такими блестящими тактиками, как они. Они сговорились послать Конгрессу доклад о военных провалах Джоржа Вашингтона с требованием его смещения и в то же время открыто отказывались подчиняться приказам своего командира.

К концу 1776 года ситуация стала столь отчаянной, что Джорж Вашингтон всерьез стал подумывать о том, чтобы сбежать на Запад и укрыться там. Вот что он писал в письме к своей кузине: «Я не могу продолжать службу с такой репутацией. В своей жизни я еще не был столь несчастен». Своему младшему брату Джеку он писал с еще большей прямоотой: «Мне кажется, что игра подходит к концу».

Итак, в состязании между Роком и Вашингтоном установился счет 1:1.

3 этап – ПРИНЯТЬ СВОЮ СУДЬБУ

ПОБЕДИТЬ ВНУТРЕННИХ ДЕМОНОВ

Мысль о том, что он должен признать себя полным ничтожеством и самозванцем, страшила Джоржа Вашингтона больше угрозы поражения и смерти. Всю свою жизнь он боролся за то, чтобы доказать себе и окружающим, что он чего то стоит. Сейчас он видел свое отражение в зеркале в полный рост. Боль неудачи заставила его пристально взглянуться в это зеркало.

Он понимал, что, если человек претендует на уважение со стороны окружающих, он должен вначале научиться уважать самого себя. Он должен представлять собой что то настоящее, нечто большее, чем пустую фигуру с раздутой репутацией. Прежде чем сокрушить англичан, Джорж Вашингтон должен был сокрушить демонов своего собственного разума.

Прежде чем праздновать победу над миром, следует добиться победы над собой.

ОБРАТИТЬ СВОЙ ВЗОР ВНУТРЬ СЕБЯ

В декабре 1776 года для Джоржа Вашингтона наступило особенно тяжелое время. Срок службы солдат, находившихся в его подчинении, подходил к концу, и они должны были вот вот отправиться восвояси. Полное поражение становилось близкой действительностью. Придя в отчаяние, Джорж Вашингтон человек обратил свой мысленный взор вовнутрь, чтобы посоветоваться с Джоржем Вашингтоном духом.

Боясь потерять репутацию, на создание которой ушла вся его сознательная жизнь, Джорж Вашингтон провалился в бездны

собственной души. Его разум прекратил лихорадочно метаться из стороны в сторону и успокоился.

В таком состоянии он смог понять истинное значение чести и признания.

Эти качества не имели ничего общего со всеми теми символами, которые он столь долго коллекционировал – ни с большим домом, ни с поместьем, ни с общественным положением и политической деятельностью. Они зависели только от того, насколько безоговорочно человек принимает свою Судьбу, насколько точно исполняет обязанности и играет роль, на которую его назначил Творец.

ВАШИНГТОН ОТКРЫВАЕТ ДЛЯ СЕБЯ АКСИОМУ ВНУТРЕННЕЙ ЦЕЛОСТНОСТИ

Войдя в контакт с собственным духом, Джорж Ваингтон установил отношения с Судьбой. Он понял, что его слепое желание стать истинным джентльменом коренилось в недостатке целостности собственной личности.

Вашингтон не мог бы выиграть эту войну, если бы у него не было для этого настоящих мотивов. Все, что он считал столь важным для себя – репутация, общественное положение, высокая должность, – казалось столь же мелким и незначительным, как и его незнание французского. Здесь перед ним открывались горизонты отдаленного будущего, и он увидел, что роль, предназначенная ему, столь велика, что даже смерть казалась слишком низкой ценой за нее.

Как только Джорж отказался от ноши тщеславия, его разум сфокусировался. Каждая клетка его мозга и тела требовала победы над врагом по благородной причине. Теперь он начнет сражаться гораздо более эффективно, как велит его священный долг.

Ему самой Судьбой было предначертано выиграть битву за республику, которая должна была родиться на берегах Америки.

Судьба Американской революции изменилась столь же круто, как состояние души Джоржа Вашингтона. В морозный сочельник 1776

года Джорж Вашингтон собственноручно переменял ход американской истории.

ПОВОРОТНЫЙ ПУНКТ

Джорж Вашингтон повел армию в две тысячи четыреста человек через реку Делавер в разгар снежной пурги, чтобы обрушиться на ничего не подозревающего неприятеля. Его лозунг гласил: «Смерть или победа!» Он и его люди были полны решимости выиграть эту битву или погибнуть в атаке.

Этот Сочельник ознаменовал собой поворот от бесконечных поражений к победе. Джорж Вашингтон отказался от своего гонора аристократа, ведущего войну по всем правилам, и в надежде одержать победу применил коварную тактику. Он ворвался в лагерь неприятеля в три часа утра. Его противники – гессенские наемники – еще крепко спали в своих палатках и не оказали никакого сопротивления.

РОЖДЕНИЕ ИСТИННОГО ЛИДЕРА

В апреле 1781 года англичане ввели войска в Вирджинию и стали тренироваться в стрельбе из пушек прямо в имении Джоржа Вашингтона в Маунт Верноне.

Томас Джефферсон, который в то время занимал пост губернатора Вирджинии, написал Джоржу Вашингтону письмо, в котором призывал его вернуться домой и защитить свое поместье и свой штат. Однако Джорж Вашингтон, находящийся в своем лагере на Гудзоне, отклонил это предложение.

Его мало интересовали мелкие победы. Он знал, что главные силы должны сойтись в единоборстве там, где в то время находился он – на севере. Джорж Вашингтон намеревался выиграть войну, а не отдельную битву.

Вашингтона совершенно не волновало положение дел в Маунт Верноне. Его уже ничто не связывало с его любимым поместьем в Вирджинии. Он больше не был гражданином Вирджинии. Сейчас

Джорж Вашингтон был человеком высокого предназначения – гражданином Американской республики – будущей страны, рождение которой станет возможным благодаря его удачным стратегическим операциям.

Сражения между Республиканской армией Вашингтона и Британской Империей стали настоящей борьбой на выживание. Вашингтон знал, что победа возможна лишь тогда, когда у англичан пропадет желание воевать. Он понимал, что не сможет разбить неприятеля в открытом поединке на поле боя, а победит его лишь в том случае, если сможет выдержать тяготы войны дольше.

Джорж Вашингтон и Американская Революционная армия продемонстрировали всю силу своего духа в последней битве – при осаде Йорктауна, которая длилась три недели. Столкнувшись с железной волей к победе и огромной силой духа, англичане вынуждены были отступить.

ПРИЯТИЕ СУДЬБЫ

15 марта 1783 года Джорж Вашингтон, сидя в штабе, был полностью поглощен подготовкой к речи, в которой он призовет американцев прекратить гражданскую войну. Его генералы вовсе не собирались подчиниться Континентальному Конгрессу после победы над колонизаторами и во время войны направляли туда ложные сообщения. Сейчас генералы готовились к штурму Конгресса и намеревались, применив тяжелую артиллерию, требовать своей доли в победе. Они собирались создать диктаторское правительство и провозгласить Джоржа Вашингтона своим королем. Джорж Вашингтон, который всю свою жизнь стремился обрести статус «истинного джентльмена» и стать английским офицером, сейчас получил возможность преобразиться в короля и быть равней Георгу Третьему. Но того Вашингтона уже не существовало, новый Джорж Вашингтон был совершенно другим человеком.

Представ перед своими людьми, Джорж Вашингтон прочел им свою тщательно продуманную речь и письмо, полученное от Конгресса, с обещаниями выплатить военным все причитающиеся им

деньги. Как он и предполагал, люди не поверили обещаниям, что ясно читалось в их глазах. Благодаря своей способности убеждать, ему удавалось вести этих людей за собой сквозь мороз, голод и лишения в кровавые битвы. Но этот дар, казалось, оставил его в минуту славы.

Воздух казался тяжелым и душным. Солдаты подступали все ближе, не отрывая глаз от его лица. Джорж Вашингтон прервал речь на полуслове. Затем он сделал нечто странное: он медленно извлек очки из кармана своего сюртука. Его солдаты никогда прежде не видели его в очках. Они были поражены, обнаружив эту беззащитную черту в их железном лидере.

Вашингтон взглянул вдаль и сказал: «Джентльмены, надеюсь, вы простите мне очки. Я не только поседел, служа вам, оказывается, я начал слепнуть». Эти слова тронули сердца закаленных воинов, их глаза заблестели от слез. Эти очки красноречиво говорили о том, что он распрощался со всем: со своей молодостью, прежней жизнью, богатством. Все это было положено на алтарь победы. Предавая благородное дело, своими необдуманными поступками, они также предадут и его, отдавшего революции все, что у него было.

Говоря о своем слабеющем зрении и о том, чем он лично пожертвовал ради революции, Джорж Вашингтон напомнил своим солдатам о той цене, которую им пришлось заплатить за идеалы республики. Республика была больше, чем Конгресс, который не заплатил им денег. Этот жест также напомнил солдатам о том, как они вместе сражались за свою нацию и что сейчас не время отречься от своей судьбы. Отказавшись от королевских регалий, Джорж Вашингтон принял свое божественное предназначение.

Историки относятся к этой сцене как к великолепно разыгранному представлению.

Но мне кажется, что это нечто большее, чем представление. Это момент, когда Джорж Вашингтон, человек, сделал шаг, чтобы соединиться с судьбой и стать Отцом Нации. Большинство людей считают, что у Джоржа Вашингтона был безупречный характер. Но, как мы убедились, у него было столько же недостатков и такой же эмоциональный балласт, как и у любого другого. Однако, несмотря на

все свои недостатки, он сумел извлечь урок из превратностей судьбы и стать героической фигурой в истории.

Он подчинился воле Небес и, проигрывая Року со счетом 2:1, одержал подлинную победу.

НАЧАЛО «КАПИТУЛЯЦИИ»

Смирение – необходимое условие для познания своей судьбы и перехода от второго этапа к третьему. Мудрость гласит: истинное смирение несет с собой большое вознаграждение. Вселенная никогда не хочет обидеть вас, но, когда она направляет вас на более высокую орбиту, вы испытываете боль от ее прикосновения. В индийских манускриптах содержится история о Шиве, перемешивающем океан человеческого сознания. Когда ядовитый осадок недобрых мыслей и поступков, накопившийся на дне, всплывает, некогда кристально чистая вода становится мутной. Желая избавить человечество от глупости, Шива выпивает грязную воду, и Его горло становится голубым, когда на нем оседает яд.

В этой истории Шива символизирует человеческий дух, поднимающий на поверхность ил нашего ментального моря. Если мы не разберемся с недостатками, покоящимися в нашем подсознании, то придем к концу жизни в блаженном неведении. То, что мы видим в себе, – лишь фальшивое добро. В этом состоянии нам кажется, что мы и все те, кто с нами, – «правы», а все остальные – «виноваты».

Когда наша жизнь вступает во вторую фазу и мы доходим до поворотного пункта, мы вынуждены беспристрастно заглянуть вглубь самих себя и увидеть, кто мы такие. Тогда мы взбалтываем ядовитый ил, покоящийся в глубине нашего разума, как бог Шива, бурлящий воду в океане человеческого сознания, и вода становится мутной. Это – начало внутреннего преображения – начало сражения за капитуляцию.

ТРИ ШАГА К БОЖЕСТВЕННОМУ СМИРЕНИЮ

Скажу кратко и ясно, так, чтобы не возникло сомнений: Бог в Своей любви дает каждому из нас то, что наилучшим образом подходит каждому.

– Мейстер Экхарт

В жизни каждого человека происходят трагедии – большие или маленькие. И мы обнаруживаем, что благодаря смирению перед Волей Господа все может обернуться лучшим образом. Даже потеря любимого человека или финансовый крах могут стать началом нашего триумфа. Напряженность жизненных драм может быть разной, но три шага, которые мы делаем, переходя из одной фазы в другую, остаются все теми же. Благородство божественного смирения также всегда остается прежним.

1 шаг – ОТЧАЯНИЕ

Кажется, что все вышло из под контроля. Ничто не происходит так, как «должно» происходить. Вы делаете все от вас зависящее, стараясь контролировать и исправлять ситуацию. Но при всем вашем уме, решимости и силе вам не удастся изменить ход событий.

2 шаг – ОТРЕШЕННОСТЬ

От отчаяния вы готовы сдаться. На этом этапе многие просто перестают бороться и забираются в «свою норку», чтобы навсегда остаться побежденными. Те, кто сдаются от отчаяния, продолжая цепляться за старые представления о жизни, начинают ныть и причитать, что сейчас, дескать, все не так, как раньше. Они остаются в таком состоянии до самой могилы, в то время как другие обретают мудрость и отрешенность.

Отрешенные люди не падают под ударами, которые наносит им жизнь. Они не сдаются. Они находят скрытые сокровища в любой «безнадежной» ситуации и затем направляют свои усилия так, чтобы, не сопротивляясь течению, плыть по волнам.

Отрешенный человек находится в состоянии свидетеля. Пока вы изменяете свой курс, вычисляя ритм новых сил, отбрасывая старые методы и переоценивая ценности, другая ваша половина беспристрастно наблюдает за человеческой драмой.

Когда я впервые испытала состояние «в общем то, мне все безразлично», мне стало как то не по себе. «Как могу я продолжать действовать, если какой то части меня самой это совершенно безразлично? Если меня действительно не волнуют утраты и падения, какие мотивы я смогу найти для того, чтобы работать с энтузиазмом?» – спросила я себя. Затем я обнаружила, что, «не особенно заботясь» о конечном результате, я могу работать на новом уровне – с неведомой мне ранее ясностью и легкостью. Подлинная безупречность рождается не в борьбе и не от отчаяния, нет, она приходит из точки покоя, возможной лишь при божественном смирении.

3 шаг – БОЖЕСТВЕННОЕ СМирЕНИЕ

Смиряться перед властью Всемогущего, вникая в суть слов «Да свершится воля Твоя», вы исполняете свой долг без суеты и желания, однако ваши действия принесут пользу как вам, так и окружающим. Вы станете земным орудием небесной воли.

ПУТЬ ПРЕОДОЛЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЕСПОКОЙСТВА

Пока вы еще не достигли своей цели – смирения, – пять следующих советов могут помочь вам облегчить боль, которую вы испытываете на «американских горках» собственных эмоций:

1. Избегайте подавления эмоций

Пусть двойники – победы и поражения – уйдут из вашей жизни.

Это вовсе не значит, что вам не следует переживать радость успеха и горечь утрат, но вы сможете смотреть на все это более

объективно.

Одна моя подруга недавно начала разрабатывать тему о том, как японцы подавляют свои эмоции. Причины такого поведения можно обнаружить в буддийской традиции. В духовном поиске человек должен полностью освоить эмоциональную отрешенность при победах и поражениях. Воины самураи, представители высшего класса японского общества, которые и сейчас являются примером для подражания современных японцев, считали проявление каких либо чувств постыдным. Самурай должен был совершенно одинаково относиться как к радости, так и к печали, отстраняясь от них.

Однако множество благородных идей страдают от контакта с массовым сознанием. Такова же и судьба этих прекрасных принципов. Они были полностью искажены. Вместо того чтобы стремиться к внутренней отрешенности от своих эмоций, современные японцы практикуют их подавление, что подрывает их здоровье.

2. Прогулка по темной долине

Высокое безразличие к высоким и низким эмоциям часто достигается благодаря желанию прогуляться по темной долине человеческих эмоций, бесстрашно исследуя самую суть боли и агонии. Пока мы разыгрываем агонию и экстаз, какая то часть нашего Я отрешенно наблюдает за спектаклем. Мы одновременно становимся и зрителем, и актером. С практикой такая двойная роль может стать привычной.

Наблюдая за собственными реакциями на события, мы начинаем глубже понимать самих себя. Со временем собственные взлеты и падения, радости и печали, победы и поражения станут казаться нам все менее и менее важными.

3. Пусть заговорят ваши пальцы

Пытайтесь записывать, как вы себя чувствуете. Если вы когда то пытались писать о своих эмоциях, то, очевидно, обнаруживали, что написали совсем не то, что намеревались сделать вначале. Вы поймете, что ваши пальцы наделены собственным разумом. Возможно, вы думали, что знаете все о своих чувствах, пока не обнаружите, что разум, управляющий вашими пальцами, сообщил бумаге то, о чем вы прежде и не подозревали.

Если же вы никогда прежде не писали о своих чувствах – попробуйте. Не старайтесь писать – просто пишите. Вам даже не нужно писать завершенные фразы. Перенесите свои чувства из сердца к пальцам, а затем излейте их на бумагу. Если вы заплатите десять тысяч долларов за удовольствие полежать на кушетке у психоаналитика, он, очевидно, посоветует вам вести дневник своих чувств. Безусловно, психоаналитик знает, что не может излечить вас: единственный человек, способный разобраться в ваших чувствах, – вы сами.

4. Согласитесь, что ничто не происходит случайно

В жизни может быть определенной лишь одна вещь – то, что жизнь бесконечно изменчива. Благодаря этой изменчивости происходит эволюция в природе и возрастает человеческая мудрость. Ничто в жизни не происходит случайно. В любом внешне незначительном происшествии кроется тайна, ждущая, чтобы ее раскрыли. Ни один листок не падает с дерева без согласия Небес.

С помощью неожиданностей Вселенная пытается научить нас чему то. Учитесь же.

5. Радуйтесь своему разбитому сердцу

Возрадуйтесь, когда ваше сердце разбивается, и отпразднуйте этот случай. Только в разбитое сердце может проникнуть свет. Не испытав боли, вы не способны понять, как страдают другие. Только так вы можете научиться сопереживать. После этого люди, заглядывающие в ваши глаза, – окна души – смогут увидеть там

сострадание, мудрость, и возвышенность чувств. После того, как ваше сердце будет разбито, вы станете более интересны для мира.

ВЫВОДЫ

Жизнь – это школа. Пока вы не пройдете урок каждой фазы, вы не сможете продвигаться дальше. Жизнь человека становится слишком однообразной, если он проходит лишь одни и те же старые уроки.

Некоторые из вас никогда не смогут войти в третью фазу при этой жизни – такие люди будут лишь балансировать между первой и второй фазами.

Однако каждого, желающего расти, Божественная рука готова подтолкнуть вверх, несмотря на его сопротивление. Сражайтесь с обстоятельствами, которые появились на вашем пути, чтобы у вас появилась возможность проявить свои лучшие качества.

Жизнь распорядилась, чтобы вы выиграли, хотя трудности на вашем пути могут показаться непреодолимыми.

Как и у Джоржа Вашингтона, наши не слишком высокие устремления могут привести к мощной трансформации духа и направить нас на достижение высших идеалов. Каждый тупик на нашей жизненной дороге впоследствии окажется необходимым этапом в нашем развитии.

Когда Мага Дождя спросили: «Как ты нашел свое предназначение?», тот ответил, что просто просил Вселенскую Сущность сделать его путь ясным.

Покоряясь, вы получаете доступ к Свету и Богу. Пусть его рука направляет вас, и ваша судьба откроется перед вами.

ПРЕКРАТИВ БОРОТЬСЯ ЗА ТО, ЧТОБЫ ВЫЖИТЬ, ВЫ НАЧИНАЕТЕ ПРЕУСПЕВАТЬ В ЖИЗНИ

Представьте только, что было бы, если бы наш Маг Дождя, войдя в деревню, начал думать: «Пожалуй, мне придется постараться, чтобы вызвать дождь. Если дождь не пойдет, местные жители сильно разозлятся на меня. Они могут потребовать свои денежки обратно и

обязательно разнесут весть по окрестным деревням, что я никуда не пожусь как Маг Дождя. Тогда моя репутация будет разрушена, мой бизнес перестанет процветать и за мной по пятам будут вечно следовать кредиторы. Возможно, мне придется объявить себя банкротом, и я навлеку позор на свою голову и на свою семью. Моя жена разведется со мной и заберет от меня моих детей, мой дом и все имущество.

Я обречен. Прошу тебя, Боже, ниспошли дождь на землю. Если этого не произойдет, я наложу на себя руки... Нет, у меня, пожалуй, не хватит духу на это... Но у меня не хватит духу и для того, чтобы продолжать жить... Почему бы тебе не пролить немного дождя? Неужели ты такой нищий? Несколько капель для тебя ведь ничего не стоит... а? Черт бы подрал этот дождь! О, что я наделал! Как я мог так сказать перед лицом Всемогущего! Я забираю свои слова обратно. Прости мне мои прегрешения. Но... почему бы тебе не пролить маленький дождик? Если ты свершишь это ради меня, я буду жертвовать 10 процентов своих доходов на твою церковь ежегодно. Ну ладно, ладно, 25 процентов... но это как... с чистого дохода? Хорошо, с чистого... но прошу тебя...»

Конечно же, это нельзя назвать удачным способом привнести гармонию в свой внутренний мир и в деревню.

Страх, что мы можем не выжить, парализует нас и не дает нам возможности войти в полный контакт с жизнью. Страх не дает нам довести до конца ни одно начинание. Люди в этой жизни постоянно учатся. Все, что делает человек в своей жизни, продиктовано желанием выжить. Мы автоматически заносим в память те события и поведенческие стереотипы, которые помогли нам выжить. Но когда мы проигрываем эти стереотипы всю нашу жизнь, они становятся деструктивными.

НЕ НАДО ЗАБОТИТЬСЯ О ВЫЖИВАНИИ

Терри – молодой работник, открывший вместе со своим партнером, Грегори, дело по консультациям в области компьютерной графики. Оба партнера должны были заниматься дополнительной

офисной работой, такой, как оформление наклеек для перевозки, печатывание коробок, предназначенных для отправки, приведение в порядок файлов и дисков, а также отправка и получение писем.

Терри делал около 60 процентов ошибок при выполнении этих несложных операций, с которыми большинство десятилетних детей могли бы справиться с 95 процентной точностью. Он всегда объяснял это так: «У меня плохо получается рутинная работа». Однако эта рутинная работа никак не могла сравниться по сложности с нейрохирургическими операциями или проектированием новых ракет, что недоступно некоторым людям из-за отсутствия необходимых способностей. Количество ошибок, допускаемых Терри, было столь велико, что Грегори постоянно приходилось проверять его работу. Однажды Терри опечатал лентой крышку коробки, предназначенной к отправке, забыв опечатать дно. Когда посылка прибыла по назначению, получатель обнаружил только пустую коробку.

Терри был ходячим несчастьем. К чему бы ни прикасалась его рука, все превращалось в осколки. Неуважение Терри к «рутинной» работе служило причиной постоянных стычек между партнерами. Они не могли себе позволить нанять постороннего человека на работу, с которой должен был легко справляться Терри.

Отчаявшись исправить положение самостоятельно, Грегори настоял, чтобы Терри стал посещать семинарские занятия по самосовершенствованию.

Во время одного из занятий Терри понял истину.

Выполняя «рутинную» работу, Терри чувствовал себя рабом. Протестуя против «рабства», Терри с детства стал делать «спустя рукава» любую работу, которую навязывали ему окружающие. Таким образом, ни один человек не слишком то хотел использовать его как «работника». Единственной бедой было то, что, привыкнув работать «спустя рукава» ради выживания, Терри продолжал в том же духе, выполняя задания для собственной фирмы.

Лиз, агент по продаже оборудования, выработала для себя противоположную, но столь же разрушительную тактику самосаботажа. Она решила, что для того, чтобы сделать себя совершенно необходимым работником на фирме, ей нужно утаивать

от своего шефа часть деловой информации. Шефу приходилось буквально вырывать у нее информацию о клиенте, с которой она расставалась столь мучительно, словно у нее вырывали зуб. Она всегда старалась говорить поменьше. Наконец шеф, устав от ее манипуляций, заявил: «Если ты думаешь, что сможешь удержаться на месте, манипулируя и укрывая информацию, то очень скоро окажешься за порогом моей фирмы. Ты должна работать на меня так, как этого хочу я, а не придумывать способы личного выживания».

БУДЬТЕ ГОТОВЫ ЛИЦОМ К ЛИЦУ ВСТРЕТИТЬ НАИХУДШИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

Пока вы цепляетесь за жизнь всеми правдами неправдами, вы не сможете наслаждаться миром и гармонией. Чем больше вы боитесь оказаться на краю гибели, тем теснее вы льнете к убогой тактике выживания, пока не убиваете жизнь во всем, к чему ни прикасаетесь. В результате простые задания кажутся вам невероятными проблемами, от которых зависит само ваше существование, и всякая радость и веселье покидают вашу жизнь.

Шанкарачарья, индийский философ тринадцатого века, сказал: «Даже величайший воин покрывается испариной страха, когда стоит на поле брани. И все же, хотя его тело боится и разум боится, его дух остается неустрашимым».

Я никогда не попадала в гущу битвы, когда над головой взрываются бомбы и повсюду свистят и звенят пули, но когда я смотрю военный фильм, то задаю себе вопрос: «Что бы я стала делать, окажись я на поле боя?» Очевидно, я стала бы искать самую глубокую яму, в которую смогла бы зарыться. Да, это было бы моим первым инстинктивным побуждением. И все же, если бы я увидела, что там негде укрыться, то, наверное, обняв сам дух смерти, выполнила бы свой долг.

Как только я переключаю свой разум от страха изувечиться на желание обнять сам дух смерти, тут же страх покидает меня и смерть становится моим защитником. В таком состоянии я чувствую себя куда более живой и сильной.

При самых худших оборотах, которые может принять ваша жизнь, допустите возможность того, что вам, может быть, не удастся выжить, и смело взгляните в лицо наихудшим последствиям. Тут вы обнаружите в себе благословенную вспышку мужества, которое коренится в вашем решении не выживать.

Когда вы увидите в смерти возвышенную манифестацию Творца, поймете, что она – близнец рождения, то она уже никогда не будет казаться столь страшной. Когда вы действительно захотите встретиться со смертью, ее дух защитит вас от страха перед болью.

Часто кажется, что на поле боя все пули направлены на самых отъявленных трусов.

СМЕРТЬ ЗАЩИТИТ ВАС

Мой помощник, Тим, рассказал мне о случае, который произошел с ним в Вашингтоне, когда он возвращался в свою гостиницу после выступления на конференции. Дорога, по которой он шел, проходила рядом с районом, славившимся беспорядками. Вдруг он заметил, что его преследуют около десятка бандитов.

Он ускорил шаг, но преследователи не отставали. Погоня продолжалась, и Тим понял, что забирается все дальше вглубь опасного района. Преследователи уже дышали ему в затылок. «Да, – подумал Тим, – это случилось». Он принял возможность, что ему суждено погибнуть этой ночью.

Внезапно он остановился и обернул лицо к бандитам. Его разум, подобно молнии, пронзила мысль: если ему суждено умереть в этот момент, он погибнет. Но смерть не будет концом. А поскольку смерть еще не конец, она должна стать началом какого то иного переживания. Возможно, смерть не так уж ужасна. Как писал суфийский поэт Руми: «Моя смерть обручит меня с вечностью».

Бандиты почувствовали бесстрашие, проснувшееся в Тиме. Когда страх перестал висеть в воздухе, их власть над Тимом кончилась.

Предводитель банды сделал шаг вперед и, протянув руку, сказал: «Что то не так, приятель?» Пожав друг другу руки, они разошлись в противоположные стороны.

Новая подруга Тима, смерть, спасла его.

Принцип, примененный Тимом на улице, относится и ко всей жизни. Чем больший страх вы испытываете, пытаясь выжить, тем больше ошибок вам суждено совершить. Если же вы фокусируетесь на долге, радости и собственной силе и не боитесь сделать ошибку, то глубже понимаете истинное значение жизни.

ХОРОШО ЖИТЬ, ХОРОШО УМЕРЕТЬ

Один великий святой сказал: «Цель жизни состоит в подготовке к моменту смерти. Готовясь к смерти, человек узнает, как следует жить».

Когда ученики спросили Конфуция, как следует почитать духов, тот ответил: «Вы даже не знаете, как следует почитать людей, как вы можете думать о том, как следует почитать духов?»

Когда один ученик спросил: «Могу ли я узнать, что произойдет со мной, когда я умру?» На это Конфуций ответил: «Если ты не знаешь, как жить, как же ты можешь спрашивать о том, как умереть?»

Только живя полноценной жизнью, человек может узнать, как умереть. Однако для того, чтобы хорошо жить, человек должен преодолеть страх перед жизнью, который коренится в страхе смерти. Этот страх манифестирует себя в миллионе облиций – в страхе принимать решения, в боязни идти на оправданный риск, в страхе перед жизнью, в страхе перед страхом. Смелость, которую нельзя объяснить в свете линейной логики, поможет вам подружиться со смертью.

СМЕРТЬ ПРИДЕТ, ЧТОБЫ СПАСТИ ВАС

Представьте себе, что к вам является посланец Небес и говорит, что жить вам осталось всего год. «Весь год, – говорит он, – вы ни разу не пожалуетесь на здоровье, а смерть будет безболезненной. Сейчас вам остается лишь вести жизнь, в которой будет царить гармония. Однако вы должны работать. Вы не можете просто пойти, снять деньги со счета и профукать их».

Составьте список тех дел, которые вам надлежит сделать в следующем году при таких условиях. Затем составьте список того, что бы вы сделали, если бы не знали о дате своей смерти. Сравните их. Задайте себе вопрос, почему они так разнятся между собой? Очевидно, все дело в страхе. Из страха перед ошибками, неверными решениями и их последствиями вы подвергаете риску свою карьеру, да и саму жизнь. Поэтому вы делаете свою работу и ведете жизнь «как обычно».

Если бы вы знали, что вам придется скоро умереть, то не заботились бы так о собственном выживании. Даже если вы наделаете множество ошибок, последствия не будут столь ужасными, так как смерть придет, чтобы спасти вас. Какой бы это ни был период времени – год, три года или тридцать лет, – смерть все равно когда-нибудь явится, чтобы спасти вас.

Так чего же бояться? Самое худшее, что вас ждет, – это смерть, а если вы знаете, что представляет собой смерть, то это не столь уж плохая альтернатива.

Люди, узнавшие, что такое смерть, и возвратившиеся к жизни, чтобы рассказать нам свои истории, схожи только в одном – они уже не боятся за свою жизнь. Они готовы рисковать. Они воспринимают жизнь как приключение, а не как тягостную пытку. Вдруг оказывается, что их дела и личная жизнь таят в себе невероятные возможности. Очевидно, вам нередко приходилось слышать от людей, которым пришлось заглянуть в глаза смерти, что их дела, их взаимоотношения с людьми, да и вся жизнь приобрели иное качество.

Джек Лондон писал: «Истинное предназначение человека – жить, а не существовать».

Единственная причина, по которой мы существуем, а не живем, – наш страх не суметь выжить.

Когда мы становимся со смертью друзьями, она защищает нас от всего, что может принести нам вред. Это приносит мир и свободу в наши сердца.

РАЗМЫШЛЕНИЯ О СМЕРТИ СОЗДАЮТ ГАРМОНИЮ

Живя на Тайване, я была ревностной католичкой. На протяжении десяти лет я ежедневно размышляла о смерти Христа. При этом я обнаружила, что, когда человек созерцает смерть, он многое узнает о жизни. Ниже я привожу лишь неполный список тех преимуществ, которые вы получаете при медитации о смерти. Уверена, что вы сами сможете пополнить этот список:

- Это помогает нам фокусироваться на том, что является по настоящему важным в жизни.
- Это помогает нам взглянуть на проблемы в их истинном свете, так, что они начинают меньше нас тревожить.
- Это снижает стрессовый уровень.
- Это укрепляет нашу связь с Создателем.
- Это помогает нам добиться отрешенности при мысли о потерях и приобретениях, так что мы воспринимаем их с одинаковым спокойствием.
- Это укрепляет нашу внутреннюю свободу и отвагу, позволяя нам заниматься тем, чем мы должны заниматься.
- Благодаря этому в нашей душе кристаллизуется убежденность в том, что настоящая цель жизни – подготовка к моменту смерти; поэтому становится важным каждое мгновение, которое мы живем.
- Это дает нам бесстрашие, так как всякий страх коренится в страхе смерти.
- Но главное, это разбивает наш стереотип «выживания», так что мы можем наслаждаться жизнью и полноценно работать.

О СМЕРТЬ, ГДЕ ТВОЕ ЖАЛО?

На карикатурах смерть обычно изображают как некую тень, мрачную жницу – символ страха. Смерть представляется злобной и нечестивой – не удивительно, что люди страшатся ее.

А что, если представить себе смерть как начало невероятных возможностей, праздник воссоединения с бесконечностью? Когда то от одного человека я услышала мудрые слова: «Люди смеются от радости при рождении ребенка, тогда как ребенок плачет от горя.

Люди плачут в печали, когда умирает их близкий, тогда как возрадоваться предстоит лишь умершему». Сила, заключенная в смерти, служит не только тем, кто умер до нас, она направлена на то, чтобы обучить нас своей тайне.

Для того чтобы стать поистине свободным в этой жизни, вы должны научиться взглянуть в глаза своим величайшим страхам, которые удерживают вас от достижения высших целей. Взгляните смерти в лицо – и вы сможете преодолеть самое большое препятствие, которое есть в вашей жизни.

ЗАБУДЬТЕ О ПРОБЛЕМАХ ВЫЖИВАНИЯ, ПОЗНАЙТЕ ЭКСТАЗ ЖИЗНИ

Забываясь лишь о выживании, вы тяжело работаете, пытаетесь вести дисциплинированную жизнь, полную добровольных жертв и лишений. Вы исполняете свой долг, пытаетесь вырваться вперед, принести своей семье благосостояние. Собственно говоря, добровольные жертвы и самоограничения, продиктованные инстинктом выживания, не являются добродетелью. Жизнь не стремится лишить вас чего-то. Хорошо жить – значит суметь материализовать свои добродетельные фантазии.

Мари – пятидесятилетняя женщина, иммигрировавшая из Франции в Соединенные Штаты Америки тридцать лет назад. Недавно ей предложили бесплатно пользоваться домом в течение двух месяцев во Франции, если она сможет освободиться от работы на все это время. Хотя Мари время от времени навещала Францию во время командировок по работе, ей очень хотелось пожить подольше на земле, где прошла ее юность, но высокие цены в гостиницах не давали ей возможности задержаться там больше чем на две недели.

Сейчас, когда ей представилась возможность осуществить свою фантазию, Мари заколебалась. Она вспомнила о проекте, исполнение которого она откладывала целый год из-за нехватки времени. Она никак не представляла, что сможет провести два месяца, ничего не делая. В ее мозгу происходило «перетягивание каната», в котором участвовали такие противоборствующие силы, как желание осуществить мечту и инстинкт выживания.

«Если я поеду во Францию, – думала она, – то смогу осуществить свою давнишнюю мечту, если же останусь в Соединенных Штатах Америки, то сделаю много полезной работы».

Тогда Мари представила себе все то удовольствие, которое она сможет получить от пребывания во Франции, – французскую кухню, французское солнце, вино, музыку, прозрачный воздух и удовольствие оттого, что можно говорить по французски каждый день. Из-за того, что она ставила карьеру превыше всего остального, у нее постоянно существовал внутренний конфликт. Теперь Мари искала «вескую» причину для своей поездки во Францию. Она подумала о том, что может навестить там некоторых деловых партнеров, но два месяца казались ей неоправданно долгим сроком. Наконец она решила вырвать из своего ума эту идею: два месяца безделья – непозволительное для нее удовольствие.

Когда она поделилась своими соображениями с подругой, та ответила ей: «Ты не рождена для того, чтобы, кроме работы, ничего не видеть до самой смерти. Ты появилась на свет, чтобы реализовать свои фантазии. Откройся для переживаний, которые несет в себе жизнь. Для твоей души осуществление мечты не менее важная вещь, чем карьера. Ты не можешь умереть, не исполнив своих желаний». Тогда Мари наконец осознала истину. Она упаковала чемоданы и отправилась в путешествие.

Я встретила с Мари во Франции. Она поведала мне, что по какому-то чудесному стечению обстоятельств встретила там со своей школьной любовью, жена которого только что умерла. Они поженились, и Мари продолжает работать в американской компании, живя во Франции.

Жизнь никогда не запрещает нам развлекаться. Скорее, наш инстинкт выживания толкает нас к безрадостному однообразному существованию. Забудьте о проблемах выживания, познайте экстаз жизни.

ВЫВОДЫ

Если вы не цепляетесь изо всех сил за выживание, напряжение покидает вас и в вашей жизни начинает царить гармония. Пока вы не достигли этого состояния, ваша жизнь напоминает маятник, колеблющийся между страхом поражения и желанием победы.

Маг Дождя не особенно боялся, что окажется не в состоянии вызвать дождь. Не заботился он также и о своей профессиональной репутации. Его не волновала мысль о том, что придется возвращать деньги жителям деревни. Маг Дождя знал, что жизнь всегда позаботится о себе, в том числе и о том, чтобы принести дождь в деревню. Он думает только о том, чтобы найти гармонию в себе и в окружающем мире.

Отказавшись покоряться инстинкту выживания и успокоив свой разум, Маг Дождя производит чудо.

ДАРУЙТЕ МИЛОСТЬ САМОМУ СЕБЕ

Все мы иногда молимся о том, чтобы наша жизнь стала легкой, а судьба улыбнулась нам. Мы также стараемся оказаться в милости у людей, обладающих властью. Когда мы лишаемся милости «власть имущих» и «сильных мира сего», то чувствуем себя несчастными и обиженными.

Но думали ли вы когда либо о том, чтобы «попасть в милость» к собственному разуму? Ведь единственная реально существующая вещь – это собственный разум. Когда разум дарует вам свою милость, перед вами открывается целый мир.

Возбужденный разум подобен плохо настроенной рации, неспособной получать или посылать сообщения. До тех пор, пока наш разум находится в возбужденном состоянии, мы не способны воспринимать вселенскую энергию. Успокоение разума кажется прекрасной идеей и простым принципом, однако это проще сказать, чем сделать.

Для того чтобы разум ослабил мертвую хватку, в которой он обычно держит нашу жизнь, он сам должен почувствовать свободу и избавление. К сожалению, для большинства из нас, смертных, недостаточно приказать разуму расслабиться и довериться

вселенской силе, чтобы тот мгновенно освободился от привычной паники. Чтобы избавиться от беспокойства, разуму необходимо озарение.

НА «АМЕРИКАНСКИХ ГОРКАХ»

Когда вы катаетесь на «американских горках», то на время становитесь заложником этого аттракциона, не важно, нравятся ли вам захватывающие дух спуски и подъемы или нет. Эта полная беспомощность и растерянность сродни тому чувству, которое вы испытываете, когда жизнь предъявляет вам свои высокие требования. Хороший заработок, способный обеспечить семью, выполнение финансовых обязательств, продвижение по служебной лестнице, выигрыш очередной битвы и начало новой борьбы – список этих требований можно продолжать и продолжать. При таком раскладе жизнь приносит вам мало радости – вы становитесь ее заложником.

Магу Дождя известен секрет: единственный способ избежать ужаса жизни – это удалиться в укрытие собственного разума.

Все происходит так же, как и на «американских горках»: единственная возможность перенести испытание – это научиться наслаждаться им.

Вы можете контролировать свое отношение к гонкам, но не в силах остановить их.

Однажды я отправилась в Перу, чтобы посетить заброшенный город инков Мачу Пикчу. Поездка началась в Сан Франциско. Оттуда я отправилась в Лос Анджелес, чтобы сесть на самолет, летящий до столицы Перу, Лимы. Из Лимы я полетела в Куско. Единственный дневной рейс до Куско был назначен сразу же пополудни, тогда как поезд от Куско до Мачу Пикчу отправлялся в шесть часов утра.

Я настроилась провести ночь в Куско. Куско расположен на высоте двенадцати тысяч футов над уровнем моря, а местный чай из листьев коки совершенно не смог облегчить мою высокогорную болезнь, как пообещали мне местные жители. Каждые полчаса я вызывала горничную, чтобы та принесла мне кислородную подушку в

номер. Мне казалось, что я умираю. Когда я наконец прибыла в Мачу Пикчу, единственным моим желанием было возвращение домой. Но дом казался так далеко отсюда, и по дороге к нему меня ждало столько испытаний! Лежа в номере гостиницы и испытывая к себе невероятную жалость, я подумала: «Это так похоже на гонки на „американских горках“, я безнадежно застряла на этой безлюдной земле».

В это мгновение я поняла, что должна либо продолжать страдать, либо начать наслаждаться поездкой. С новым настроением разума я сумела получить подлинное удовольствие от остальной части путешествия.

Я узнала, что культура инков хранит в себе множество тайн. Здания строились вручную, а камни были так точно подогнаны друг к другу, что держались вместе без помощи цемента. Некоторые строения, расположенные в горных джунглях, достигали высоты пятиэтажных домов.

Да, это оказалась одна из самых восхитительных поездок в моей жизни.

Один великий мастер сказал: «Не обрета милости собственного разума, вы не обретете мира, даже на небесах».

Найти убежище в собственном разуме, даровать себе милость – вот единственный действенный способ спастись от кошмаров непредсказуемой капризной жизни.

ПРЕКРАТИТЕ ПОГОНЯТЬ СЕБЯ

Сид, советник президента интернационального банка, сказал мне однажды: «Во мне уживаются три разных человека. Первый человек очень агрессивен, самонадеян и экспрессивен. Второй человек нейтрален и холоден. Третий человек постоянно сомневается в себе, а жизнь представляется ему тупиком. Когда третий человек берет вверх над остальными, я чувствую себя совершенно никчемным и фальшивым».

Время от времени каждый из нас переживает такие периоды. И действительно, сравнивая себя с Творцом или с тем неограниченным

потенциалом, которым все мы наделены от рождения, немудрено ощутить свою беспомощность и несостоятельность. И все же вряд ли стоит позволять своему разуму брать нас в мертвую хватку или пользоваться чувством собственной несостоятельности как плетью, чтобы постоянно подгонять себя. Трезвое осознание того, что мы не реализовали свой истинный потенциал и в малой степени, – уже свидетельство того, что не все потеряно.

Интроспекция – здоровое состояние разума, необходимое для личного и профессионального роста.

ПРЕВРАТИТЕСЬ ИЗ ЗАЛОЖНИКА В СВОБОДНОГО ЧЕЛОВЕКА

Если вы попали в немилость к своему разуму (даже при том, что весь мир будет относиться к вам вполне милостиво), вы сами будете саботировать любой положительный ход событий. Некоторые звезды кинематографа и эстрады, которые по общественным представлениям обладают всем, чего только можно желать, кончают жизнь самоубийством или гибнут от передозировки наркотиков. Разум может быть вашим лучшим другом или злейшим врагом, создавая ваш личный рай или ад.

Когда Сид, о котором я писала ранее, находится в своей низшей точке, его прежние взлеты представляются ему чем-то фальшивым и иллюзорным. На самом деле именно взлеты более полно отражают его духовную природу. Реально вопрос стоит не о том, что есть фальшь, а что есть истина – просто наш разум стремится отождествить себя с высшей силой, являющейся первоисточником его динамики.

До тех пор, пока Сид будет смотреть на свои достижения как на плоды своих собственных трудов, его разум всякий раз, когда его жизненная сила понижается, не упустит случая воспользоваться этим заблуждением, чтобы проколоть раздувшийся мыльный пузырь его эго.

Поскольку его подсознание знает, что он всего лишь часть гигантской силы Творения, оно пытается рассказать ему об этом, объяснить Сиду, что не ему принадлежит заслуга во всех его

достижениях. Осознавая то, что ваша творческая энергия исходит от Создателя, вы обретете милость своего разума. Вы увидите, как ритм жизни изменится – он перестанет быть ритмом борьбы и станет ритмом спонтанности.

В этой игре вы сможете превратиться из заложника жизни в свободного человека.

СРЕДСТВО ОТ ВРАЖДЕБНОГО РАЗУМА

Возможно, у вас тот тип разума, который ведет вас к достижениям. Но как бы вы ни преуспевали в жизни, ваш разум никогда не удовлетворен. Вместо того чтобы быть вашим другом, разум ведет себя как деспотичный родитель.

Если вас взрастили жестокие или даже любящие, но слишком взыскательные родители, вы можете уловить сходство между ними и вашим разумом. Он постоянно грызет вас за то, что вы недостаточно хороши.

Традиции наказания детей в Китае насчитывают пять тысяч лет. Я родилась в семье, где суровые наказания детей практиковались на протяжении четырех поколений. Например, мачеха моего отца как то не пустила в дом своего пасынка и тот должен был провести ночь в сугробе. Мой дядя пришел домой с пустыми руками, не добившись кредита от владельца магазина. Дело было зимой в Маньчжурии. Из за этой жестокости мой дядя навсегда лишился слуха.

Мои предки по материнской линии не отличались более мягким нравом. Моя бабка, избивая мать поленом, обычно запирала дверь сарая на засов, опасаясь, как бы сосед не явился на крики и не помешал довести до конца это уникальное наказание. Однажды, опасаясь, что бабка забьет мою мать до смерти, сосед поскакал на коне в город, чтобы вытащить моего деда из опиумного притона, где тот нежился в объятиях своей наложницы. Проснувшись, дед тут же отправился домой и, выбив дверь в сарай, начал зверски избивать свою жену.

Поскольку я была первым ребенком в семье, и была, разумеется, девочкой, мои родители считали себя проклятыми на всю жизнь. Они

винили меня даже в победе коммунистов в Китае и в том, что они потеряли все свое состояние. Они также обвиняли меня в том, что я похитила здоровье и разум своих братьев. (Один из братьев стал хромым в результате перенесенного полиомиелита, другой же, несмотря на талант художника, никогда не отличался практической сметкой и рассудительностью.)

На протяжении четырех лет после того, как я оставила семью, мой разум вел себя как мои родители – порол меня и наказывал по пустякам. Но сейчас я изобрела противоядие, которое дает мне мгновенную свободу.

Каждый раз, когда мой разум начинает критиковать меня, я изрекаю (про себя или вслух) самый прекрасный трюизм, какой мне известен: «Я совершенна и идеальна. Я – творение чудесной гармонии».

Когда я произношу эту истину с достаточной убежденностью, то тут же чувствую энергетический подъем. Злобная хватка моего разума разжимается. Каждый раз, как только мой разум берется за старое, я повторяю эту чудодейственную мантру, и он тут же успокаивается.

Со временем разум, привыкший вести себя как деспотичный родитель, превратился в друга. Сейчас мне не нужно повторять эту мантру – я и без того знаю, как я хороша.

Жаль только, что мои родители не могли увидеть этого.

По каким то тайным причинам мы выбираем себе определенных родителей и среду, которая дает нам возможность наилучшим образом развиваться в духовном отношении. Нашими первыми родителями являются Небесный Отец и Божественная Мать. Вы обладаете всеми теми совершенствами, что и они. Чем полнее вы осознаете эту истину, тем лучше вы сможете манифестировать собственное совершенство. Вам вовсе не обязательно становиться жертвой своей культуры, родительской тирании, продиктованной «добрыми намерениями», или собственной самокритики.

Вы гораздо значительнее всех неудачных обстоятельств вашей жизни.

Относитесь к себе хорошо, относитесь к себе с любовью.

Совершенство живет и расцветает в вас.

ВМЕСТО АФФИРМАЦИЙ ОБРАТИТЕСЬ К МАНТРАМ И МОЛИТВАМ

Мне хотелось бы продемонстрировать вам разницу между использованием аффирмаций и обращением к мантрам и молитвам. Я хочу, чтобы вы ясно понимали, что когда я говорю «мантра», то подразумеваю универсальный принцип, который принято обозначать этим санскритским словом, а вовсе не собираюсь навязывать вам определенные религиозные воззрения.

Называете ли вы ее «нескончаемой молитвой» или «практикой присутствия Бога», мантра не является прерогативой какой то единственной секты. Да и, собственно говоря, когда речь заходит о Творце и Его Путих, оказывается, что все мировые религии пользовались аналогичными техниками и ритуалами, которые, кажется, исходят из одного таинственного источника. Вот почему ваша мантра или молитва будет исходить из той религиозной системы, в которой вы чувствуете себя наиболее комфортно.

Многие положительно мыслящие лекторы учили и продолжают учить нас технике аффирмаций. И хотя множество людей добились хороших результатов благодаря этой практике, я уверена, что молитва гораздо лучше подходит для большинства из нас.

Основное различие состоит в том, что аффирмация может исходить из любого источника, а ее результаты быстро рассеиваются. Старый тип аффирмации, звучащий примерно так: «С каждым днем я становлюсь все лучше и лучше», не обладает достаточной силой, чтобы нейтрализовать негативное программирование, навязанное многим людям за долгие годы жизни. Их разум может исподволь задавать саркастический вопрос: «Да неужели?», из за чего они вновь будут возвращаться «на круги своя», не думая становиться «все лучше и лучше».

Мирские аффирмации – земное порождение; и как всякое земное порождение, они остаются предметом дуализма этого физического мира – ментальной полярности, создающей большинство наших проблем, заставляющей нас разрываться между двумя направлениями.

Мантры и молитвы имеют божественное происхождение. Это обычно повторение Божественного имени, фразы из священного текста или универсальной истины.

Порожденная божественной силой, мантра не может стать предметом земного дуализма. Она несет в себе семена божественной правды и силы.

Это поистине потрясающая сила, способная изменить правила и обстоятельства и перенести вас в динамический водоворот событий, где вы сумеете воплотить самые смелые мечты.

Практикуя мантру или молитву, вы не отождествляетесь с ограниченной силой разума или с земным успехом, а объединяетесь с божественной силой, способной перевернуть горы на вашем пути.

ДАРИТЕ БЛАГО ДРУГИМ

Даровать себе благо не так то просто, особенно если вы привыкли плохо относиться к окружающим. Вряд ли ваш разум сможет хорошо относиться к вам, если вы постоянно проявляли жестокость и злобу по отношению ко всем тем, кто становился у вас на пути.

Если вы надеетесь на то, что ваш разум сможет даровать вам милость, то должны научиться контролировать свои чувства по отношению к окружающим. Возможно, вы не считаете себя злобным человеком, но тогда откуда же берется та злость, когда вы слышите, как люди громко хлебают суп, шумно тянут носом, делают аборты или вступают в гомосексуальные браки?

Очевидно, вы совершенно уверены в том, что такие люди заслуживают тех отравленных стрел, которые ваш разум посылает в них, но злоба разума всегда коренится в сердечной ненависти.

Будда говорил: «Когда я отказываюсь принимать обиду от обидчика, злобный дар возвращается тому, от кого он исходил». Ваша злость по отношению к окружающим определяет то, с какой злостью ваш разум будет относиться к вам самим.

ДАРУЙТЕ СЕБЕ БОГАТСТВО

Ваш разум может сотворить для вас не только рай и ад, но и земное богатство.

Недавно подруга моего детства, с которой я не общалась более двадцати пяти лет, позвонила мне по телефону. Она сказала, что ей было очень трудно связаться со мной. Она неоднократно видела мои выступления по телевизору, видела, как я беру интервью у Ларри Кинга и прочие. Она задала мне множество вопросов, как мне удалось добиться такой жизни.

Отвечая на ее бесчисленные вопросы, я упомянула, что недавно вернулась из Китая, где работала несколько дней. Подруга позавидовала тому, что мне удастся путешествовать по миру и при этом зарабатывать деньги. Затем она спросила, СКОЛЬКО Я получаю в день. Так как это была подруга моего детства, я ответила на вопрос. На некоторое время воцарилась тишина. Затем голосом, дрожащим от злости, она произнесла в трубку: «Я не могу представить, что ты способна делать такое, что стоило бы этих денег!» Я не стала отвечать на этот вопрос, так как знала, что она все равно не поймет меня.

Она ясно продемонстрировала одну из ключевых причин, по которой она не получает такие деньги за свой труд. Когда мы думаем о том, что какая то гонконгская безголосая актриса получает сотню тысяч долларов за час пения, или о том, что полумесячные зарплаты голливудских звезд исчисляются восьмизначными цифрами, то понимаем, что наша относительная стоимость зависит от того соглашения, которое мы заключили с миром.

Но прежде чем мир осыплет нас наградами, мы должны определить свою цену изнутри.

Деньги не растут на деревьях Деньги растут в умах. То, сколько вам будут платить, не зависит от вашего шефа или ваших клиентов, это зависит только от вас. В глубинах своего мозга, где вы честны с собой, вы давно решили, сколько вы стоите для окружающих Если вы оценили себя в пятнадцать долларов в час, то не сможете найти работу, где вам будут платить пятьсот долларов в час, так как ваш разум не может создать эту умозрительную картину.

Окружающие воспринимают вашу стоимость по той информации, которую вы излучаете каждой клеточкой вашего тела. Цена, проецируемая вами при вашем мыслительном процессе (сознательно или бессознательно), – это та цена, которую окружающие готовы платить вам.

Более того, если вы не знаете своей подлинной цены и не показываете своей подлинной цены шефу или клиентам, как они могут оценить вас? Вы должны осознавать совершенно отчетливо, какую цену запросить за себя.

ВЫВОДЫ

Когда вы разобрались в игре, называемой жизнью, и осознали совершенно отчетливо, что эту игру нельзя бросить, хотя она вам и не нравится, так как вы находитесь в заложниках у жизни, тогда вы поймете и то, что только ваш разум может избавить вас от ужасов жизни.

Поскольку человеческий разум – упрощенная копия Божественного Сознания, наш мозг заключает в себе весь потенциал, необходимый для создания положительных и отрицательных переживаний во всех аспектах жизни.

Пусть же ваш разум активно настраивается на божественную милость, как это сделал Маг Дождя. По прибытии в деревню он удалился в шатер, где медитировал на протяжении четырех дней, чтобы вернуть туда божественную милость.

Фокусируясь на милости, ваш разум будет чувствовать все более полный покой и облегчать ваш путь навстречу судьбе.

ЧЕТЫРЕ ЯДОВИТЫХ ПОБУЖДЕНИЯ

Главное – мудрость: приобретай мудрость и всем именем твоим приобретай разум.

– Притчи 4: 7

Прежде чем достичь состояния Мага Дождя – обрести его способность работать с успокоенным разумом, – мы должны правдиво признаться себе в том, в каком состоянии мы находимся сейчас и как это случилось.

Как только на земле появились первые люди, их основными побуждениями достижения цели стали примитивные эмоции – желание, злость, страх и жадность.

Эти четыре побуждения относительно неплохо справлялись со своей функцией на протяжении тысячелетий, заставляя нас идти к намеченной цели. При этом большее всегда казалось лучшим.

В современном мире проблемы выживания не стоят столь остро, как прежде, и наши побуждения уже не определяются нехваткой жизненно важных продуктов. И все же из страха, что нам может чего то не хватить, мы постоянно перерабатываем.

Испытывая недовольство тем, что наши желания не сбываются моментально, мы часто устремляемся к цели с неоправданной яростью.

ДВЕ СТОРОНЫ ЧЕТЫРЕХ ЯДОВИТЫХ ПОБУЖДЕНИЙ

1. Желание

Как собака нуждается в поводке и твердой руке хозяина, который контролирует ее движения, так и желанию необходим веский довод и здравое суждение для того, чтобы оно получило нужное направление.

Суфийский поэт Калил Джебран писал: «Ваша душа часто становится полем битвы, на котором сражаются ваш рассудок и ваши суждения против ваших страстей и appetитов».

Каждый «гуру мотивации» учит, что первый шаг на пути к успеху – это определить цель. В определении цели не может быть ничего дурного. Желание, управляемое мудростью, – такое, как желание стать лучше или желание принести добро людям, – служит на благо всем. Однако если ваше желание продиктовано лишь примитивными,

грубыми инстинктами, три оставшихся ядовитых побуждения поспешат проявиться в самом неприглядном виде.

Когда желание получает отпор, человек легко впадает в отчаяние, и благородство желания тут же исчезает, уступая место злости, страху и жадности.

Если вы желаете чего то плохого, то не почувствуете себя счастливым, даже обретя желанное. Так происходит оттого, что нечистая цель может стать на пути потока универсальной мотивации.

Если же ваше желание чисто и совпадает с вашей судьбой, его исполнение всегда несет с собой удовлетворение. Вы освободитесь от злости, страха и жадности.

2. Злость

Когда желание не исполняется, на его место приходит злость. Один мудрец как то сказал: «Злость – худший из внутренних врагов, так как злость связана с бесконечной цепочкой бесполезных желаний. Где есть неудовлетворенность, там есть и злость».

Злость может быть спровоцирована неисполненными желаниями, но там, куда приходит злость, здравое суждение исчезает и наступает временное безумие. Когда у ребенка отнимают шоколадку, которую тот стащил с полки магазина, он начинает кричать, словно его избили чуть ли не до смерти. Поскольку жадность является одной из основных человеческих эмоций, непосредственная реакция ребенка может послужить зеркалом для нас, взрослых. Возможно, наша реакция на неисполненные желания менее драматична, но мы переживаем стресс, завершающийся сердечными приступами, язвами желудка или уходом в алкоголизм.

Я знаю одного торговца, который давно предвкушал заключение выгодной сделки. Когда же его клиент решил переметнуться к его конкуренту, торговец врезал ему хорошенько, за что угодил в тюрьму.

С другой стороны, гнев, примененный с умом, может оказаться полезным инструментом.

Умеренная злость, направленная на самого себя, когда ты не справляешься с той задачей, которую всегда считал легко выполнимой, заслуживает лишь похвалы. Благодаря ей ты пытаешься вырасти над собой.

Злость на то, что мы предъявляем заниженные требования к жизни, способна открыть перед нами новые горизонты.

Гнев начальника на своих подопечных может помочь тем очнуться от сна и приступить к работе с новой энергией.

Гнев, вызванный несправедливостью, требует от нас пересмотра социальных законов и способствует реформации мира. Даже Иисус Христос, увидев торгующих в храме, рассердился и изгнал их.

3. Страх

Если страх порожден нашими неразумными желаниями, он легко лишает наш разум покоя. Страх вовсе не кроется снаружи (как мы часто думаем), скорее, предмет наших страхов заключен в наших сердцах. Страх истребляет в людях их благородство, лишает их способности творить и просто полноценно работать.

В древнем Китае был необычайно меткий лучник, который всегда посылал стрелы точно в «яблочко». Однажды, принимая участие в национальном соревновании, он пустил мимо цели все свои стрелы. Болельщики были удивлены и спросили у его учителя, как это получилось. «Он боялся утратить свой титул и ударить в грязь лицом, – ответил учитель, – вот почему его глаза ослепли».

С другой стороны, страх может помочь спастись. Мы не подходим близко к огню, так как страх предохраняет нас от ожогов. Благодаря страху мы не выходим в штормовое море на плохо оснащенном судне и не прыгаем с самолета без парашюта.

Мудрый страх проводит нас сквозь жизнь, заставляя осторожно рассчитывать свои шансы. Не испытывали страха лишь те, чья жизнь проходила в монотонном бездействии, те, кто никогда не желал достичь настоящих высот.

4. Жадность

Когда нам не удастся добиться исполнения своих желаний, в нашу душу вползает жадность. Нам всего мало, мы не можем остановиться. Человек становится похож на ребенка, который, уминая за обе щеки вкусную пищу, не может оторвать глаз от нетронутой тарелки, стоящей в центре стола. Ему нужно все больше и больше, пока дело не закончится несварением желудка.

Взрослые в этом отношении не столь уж отличаются от детей. Просто дети выбирают более простые цели, тогда как объектом жадности взрослого становится нечто более сложное.

У мужчины может быть красивая жена и прекрасная семья и все же он из-за своей жадности позволит себя зачаровать «красотке», которую он еще не покорил.

Жадность, порожденная нездоровым желанием, ведет к печальному концу. Примером тому может послужить президент Клинтон с его неистощимым желанием покорить все больше женщин. Несмотря на то что Клинтон зарекомендовал себя как образцовый лидер, его жадность до женщин поставила под угрозу его пребывание на посту президента и ввергла Белый Дом в кризис.

Но если человек жаден до знаний, добродетелей и мудрости, он приносит пользу всем окружающим. Президент Клинтон также проявляет жадное желание улучшить жизнь американцев и укрепить мир во всем мире.

ВЫВОДЫ

Все эмоции этого мира имеют как положительные, так и отрицательные стороны. Если вы будете носить туфли на голове, а шляпу на ногах, от этих предметов будет один вред, если же они будут находиться на своих местах, то послужат вам на пользу.

В юности Маг Дождя также руководствовался в своих поступках четырьмя ядовитыми побуждениями. Поняв двойственную природу желания, злости, страха и жадности, он стал присматриваться к своим мотивам и действиям. Он определял каждый раз, что лежит в их

основе – отчаяние или вера в жизнь. Благодаря этим наблюдениям он смог превратить четыре ядовитых побуждения в четыре положительные мотивации и завоевывать в жизни победу за победой.

3 СЕКРЕТ. НАЙДИТЕ БОЖЕСТВЕННУЮ СИЛУ

ОТ НЕПОСРЕДСТВЕННЫХ РЕАКЦИЙ К СПОКОЙНОМУ КОНТРОЛЮ

Представьте, как наш Маг Дождя только входит в деревню. Жители деревни не видели и дождевой капли в течение пяти лет. Но на протяжении этих пяти лет они видели, как приходили и уходили маги дождя, не принося никакой пользы, лишь требуя деньги за свою работу. Наш же Маг Дождя, войдя в деревню, должен тонко настроить свой разум, чтобы суметь не реагировать на эмоции деревенских жителей. В противном случае он не сможет надеяться на то, что ему удастся прийти к гармонии в своем внутреннем мире, не говоря уже о достижении гармонии для всей деревни.

Когда вы едете по трассе, вы учитесь реагировать на окружающую вас обстановку. На рабочем месте вы учитесь защищаться от нападок коллег. При деловых переговорах вы реагируете на все предложения, высказываемые партнером. Дома вы реагируете на агрессивность своей жены (или мужа). Благодаря инстинкту выживания реакция на окружающую обстановку стала вашей второй натурой.

Люди с живыми реакциями легко контролируются теми, кто провоцирует эти реакции. Когда вы действуете, руководствуясь лишь реакциями, то легко теряете контроль. Теряя равновесие, вы не можете проявить силу и кажетесь слабым. Но хуже всего то, что вы чувствуете себя слабым.

Неконтролируемые реакции приводят к тому, что вы теряете ориентацию в окружающей обстановке.

Вот некоторые методы, которые помогут вам перейти от непосредственного реагирования к спокойному контролю:

1. Актер и режиссер

Вместо того чтобы непосредственно реагировать на раздражители и совершать необдуманные поступки (такие реакции всегда приводят к тому, что вы отстаете на шаг от человека, провоцирующего вас), представьте, что вы разделены на две половины.

Одна ваша половина остается актером, совершающим тысячи обычных поступков каждый день, тогда как другая половина становится режиссером, спокойно наблюдающим за всем этим представлением. В отличие от своих соперников, чьи поступки продиктованы непосредственной реакцией, вы превращаетесь в команду, состоящую из двух личностей – актера и режиссера.

Режиссер, находящийся в вас, видит подачу мяча намного раньше, чем успевает среагировать актер. Режиссер и принимает решение, следует ли вам отступить в сторону или парировать подачу. В любом случае, вам не придется слепо реагировать на ситуацию, теряя равновесие и подвергая себя опасности.

2. Восстановите свои силы и спокойствие

Постоянное реагирование на все раздражители жизни может привести к эмоциональному и духовному истощению. Не важно, как вы уговариваете себя не поддаваться стрессам и перегрузкам, – это не поможет при эмоциональном и умственном истощении и духовном банкротстве.

Ваша жизненная энергия подчиняется тем же законам, что и счет в банке. В центре вашего сердца расположено озеро спокойствия, из которого вы всегда готовы почерпнуть страсть, мудрость и силу. Но вы не можете постоянно черпать из этого озера, ничего не привнося в него. Вам нужно влить в это озеро нектар жизни, прежде чем черпать из него энтузиазм.

3. Переиграйте сцену

Если вы поняли, что прореагировали на совершенно заурядную ситуацию слишком бурно, постарайтесь сразу же успокоиться и взглянуть на вещи по новому. Подумайте, какой должна быть реакция, а затем проиграйте всю сцену перед своим внутренним взором. Повторяя этот процесс снова и снова, вы научитесь контролировать свою склонность к чрезмерному реагированию.

4. Внутренний покой

Как маятник прекращает дико раскачиваться из стороны в сторону, так и человек рано или поздно расслабляется и приходит к той точке, где любая ситуация кажется спокойной и надежной. В этой точке сосредоточены гармония, красота и синхронизм. Практика внутреннего успокоения даст вам все то, что обычно несет в себе медитация, – успокоение разума и снижение стрессовой напряженности. Более того, практика внутреннего покоя постепенно трансформирует ваши поступки от «реагирования» до «спокойного контроля».

Когда Маг Дождя удалился в свой шатер для обретения гармонии, он не просто проспал четыре дня и ночи. Сон – это еще не точка покоя для разума и души. Пока вы спите, ваше тело дергается и ворочается, ваш ум активно создает кошмарные образы. Вы можете отдохнуть по настоящему, лишь найдя истинную точку покоя для своего тела, ума и духа.

Достичь внутреннего покоя гораздо проще, чем считают большинство людей. Это – сама природа бытия. Отдохните в своем сердце.

В следующей главе мы поговорим о способах нахождения точки покоя.

ВЫВОДЫ

Если вы почувствовали разочарование в жизни, если ваши мечты не сбываются тут же, не спешите отдаваться на волю собственной

реакции, спокойно проконтролируйте свои поступки.

Наш Маг Дождя владел секретом спокойного управления жизнью и окружающей средой и никогда не поддавался слепым реакциям. Управляя своей жизнью из этой точки, он сумел, делая меньше, достигать большего.

НАЙДИТЕ ТОЧКУ ПОКОЯ

До тех пор пока разум фокусируется на исполнении своих «вечно новых» желаний, он находится в состоянии постоянной усталости.

Перерезав шнур чувственных желаний, найдя новую точку фокусировки разума (внутреннюю вместо наружной), мы находим подлинное удовлетворение.

ИНСТРУМЕНТЫ ДВАДЦАТЬ ПЕРВОГО ВЕКА

По мере того как жизнь становится все более сложной, простая логика и поверхностные данные не могут оставаться единственными источниками информации, на основании которых мы принимаем сложные решения. Мы должны преодолеть барьеры очевидного, выйти из туннельного видения стандартного процесса планирования и найти смелые новые решения.

При необходимости мы должны достичь новых границ действительности, лежащих за пределами видимости.

Как Гарвардская Школа Бизнеса, так и ведущая европейская школа бизнеса INSEAD (расположенная в пригороде Парижа) объявили на основании многочисленных исследований, что самыми эффективными инструментами бизнеса в двадцать первом веке станут медитация и интуиция. К такому же выводу пришли и во многих других колледжах.

Господин Клод Рамю, декан школы INSEAD (удостоенный звания Декана Мира), как то сказал мне: «Мы не знаем, как учить людей медитации и интуиции, потому что просто построили большой холл для медитаций, где преподаватели, служащие и студенты могут просто спокойно сидеть и практиковать внутренний отдых».

То, что мы называем «новым», на деле является древним способом.

Медитация, наука о доступе во внутренний мир, позволяет нам обнаружить в себе такую мудрость и знания, о существовании которых мы и не подозревали. Это состояние естественного знания, которое чаще всего называют интуицией. Всем тем, что у меня хорошо получается в жизни, я обязана обращению к каналам естественного знания. Информация и мудрость каким то чудесным образом поступают ко мне словно из «ниоткуда».

Благодаря медитации вы сможете открыть в себе бьющий источник безграничной созидательности, невероятной интуиции, обитающей где то внутри вас. Посредством медитации вы можете войти в контакт с собственной огромной силой. Все у вас будет получаться с гораздо большей легкостью, чем прежде, – даже осуществление проекта, к которому вы не знали как и подступиться, вдруг происходит с ошеломительной простотой.

ПРАКТИКИ

Шесть практик, приведенных ниже, были рекомендованы учителями древности всем тем, кто желал, чтобы их активный разум смог найти покой в пространстве сердца.

Я остановилась на этих методиках из за их практической ценности – они подходят для современной суматошной жизни, просты в исполнении и быстро принесут прекрасные плоды.

Простое понимание описания техник не даст никакого результата. Чтобы насладиться их плодами, вы должны постоянно практиковать эти упражнения, а это проще сказать, чем сделать. Знание, как набивать порохом пушку, не могло спасти жизнь солдату Революционной Армии.

Только постоянная практика, ставшая укоренившейся привычкой, при которой вы достигнете высокого уровня релаксации, поможет вам переживать жизненные битвы и выходить из них победителем.

1. В присутствии безмолвия

Это – самый простой способ погрузиться в покой сердца. Наслаждайтесь одиночеством и радостью безмолвия. Безмолвие есть покров Бога. Найдите время для того, чтобы подольше понежиться в ванной, и отключитесь от хаоса мира. Прогуляйтесь в лесу.

Существует множество способов остаться наедине с безмолвием. В центре безмолвия существует место для внутренней точки покоя.

2. Фокусировка на единственной идее или предмете

Когда разум неустойчив, перескакивает от одной мысли к другой, он приходит в возбуждение. Когда же разум сфокусирован на единственной идее или предмете, он успокаивается сам собой.

Игрокам в гольф это хорошо известно. Когда игрок выходит на поле, то фокусируется лишь на белом мячике. Он околдован этим белым мячиком. Игроки в гольф могут рассказывать своим сотрудникам или женам о том, что играют в гольф лишь для того, чтобы наладить отношения с партнерами. На самом же деле они приходят играть потому, что не могут отказаться от наслаждения, которое испытывает их разум, когда он всецело фокусируется на одном объекте. Вот почему они гоняют мяч, пока тот не попадает в лунку.

Если же вы не играете в гольф, горячая ванна может дать вам те же переживания. Наберите в ванну горячей воды, закройте дверь, отключитесь от хаоса мира. Погрузитесь в эту горячую воду. Сфокусируйте свой разум на избавлении от всего и опустошите его от мыслей.

Нам часто кажется, что удовольствие нам доставляет горячая вода, на самом же деле избавление от всех забот и мыслей приносит это ощущение комфорта. Подумайте только, если бы, находясь в ванной, вы постоянно слышали бы разрывающие уши телефонные звонки, смогли бы вы расслабиться?

3. Созерцание открытого пространства

Стих 85 Виджнянабхайравы гласит: «Вам нужно созерцать открытое пространство, такое, как небо или океан, и видеть, как их суть проникает во все, позволяя этому чувству растворяться в вас. При этом внутреннем расширении вы будете поглощены Вселенной и увидите все в ней как искрящийся Божественный свет».

Это подобно западной идее о том, что иногда следует остановиться и понюхать цветы. Дело не в том, что вдыхание аромата цветов имеет какое либо значение. Скорее, нюхая цветок, вы сопереживаете акт творения, выразившийся в цветочном аромате. У вас появляется возможность почувствовать, как этот запах растворяется в вас. Когда это чувство разливается внутри вас, ваш внутренний мир расширяется, и вы ощущаете всю Вселенную как божественное создание Творца.

Ваше внутреннее зрение открывается, и вы видите, что все вещи этого мира купаются в Божественном свете.

Созерцание широких просторов успокаивает ваши чувства и убаюкивает разволновавшееся сердце. Это естественная медитация. Нет ничего удивительного в том, что люди готовы заплатить огромные деньги за землю, откуда открывается вид на океан или на горы.

4. Бхастрика – дыхательное упражнение

Дыхание тесно связано с состоянием мозга (не говоря уже о жизнедеятельности всего организма). Регулируя дыхание, вы изгоняете из своего мозга раздражительность. Причина, по которой люди из различных социальных слоев чаще реагируют на ситуацию, чем контролируют ее, лежит в постоянном раздражении разума.

Упражнение быстрого дыхания известно под санскритским названием бхастрика. Когда человек практикует бхастрику, со стороны может показаться, что он страдает от приступа гипервентиляции. Однако тайна, заключенная в этом упражнении, лежит за пределами видимости.

Где

Вы можете заниматься этим упражнением где угодно – посреди суматохи и в покое.

Когда

Когда бы вы ни почувствовали себя раздраженным, беспокойным, испуганным – или если вы просто пожелаете сфокусировать свой разум и дух. Вы можете практиковать это упражнение перед важной встречей или презентацией.

Обретя достаточное мастерство, вы сможете выполнять это упражнение даже во время собрания, и никто из окружающих не заметит этого.

Как

Сядьте на стул с прямой спинкой, на котором вы чувствовали бы себя удобно, или просто на пол, скрестив ноги. С практикой вы сможете выполнять это упражнение и стоя или лежа. (Однако предупреждаю, что этим не следует заниматься при управлении автомобилем или при работе с аппаратурой, так как эффект может оказаться достаточно сильным и вызвать головокружение.)

- Сделайте глубокий вдох и позвольте воздуху опуститься в низ живота, пока вы фокусируете свое внимание на точке, находящейся между пупком и лобковой костью.

- Сделайте полный выдох, затем быстро вдохните и выдохните двенадцать раз через нос, осуществляя дыхание нижней частью живота. При этом ваш живот будет вздыматься и спадать, как кузнечные меха, – вдох, выдох, вдох, выдох. Единственная движущаяся часть вашего тела – живот. Плечи остаются неподвижными.

- Одна бхастрика состоит из десяти двенадцати вдохов и выдохов. Но практикующий это упражнение может сократить или увеличить

количество вдохов и выдохов, совершаемых за один цикл. Вы можете сделать столько упражнений подряд, сколько хотите. Обычно достаточно четырех пяти таких упражнений.

- Не пытайтесь контролировать дыхание. Цель этого упражнения – позволить дыханию струиться свободно. Возможно, вы обнаружите, что ваш выдох затруднен и замедлен. Вы можете обнаружить, что ваше дыхание происходит само собой. Это значит, что оно перестало зависеть от вашей воли. Это вовсе не значит, что оно вышло из под контроля – скорее, просто ваш разум сейчас не управляет дыханием, дыхание само управляет собой. Вы можете остановиться в любую минуту, когда вам покажется, что этого достаточно.

- Практика этого дыхательного упражнения моментально принесет вам омоложение. Это прекрасное средство для восстановления энергии в течение дня, это также прекрасная подготовка к глубокой медитации.

5. Практика хам са

Святые разных религиозных систем практиковали искусство дыхания и регулирование дыхания и при помощи этих священных техник достигали глубин собственных душ и сердец.

В древности эти практики были строго засекречены. Ученики, чтобы доказать, что они достойны быть посвященными в эту тайну, должны были чистить коровники на протяжении восемнадцати лет.

Во второй книге есеевского Евангелия Мира Иисус сказал: «Мы поклоняемся Святому Дыханию, которое стоит выше всего, что создано. Поглядите же, бесконечный и сверкающий простор, управляющий бесчисленными звездами, – это воздух, который мы вдыхаем и выдыхаем. И в моменте между вдохом и выдохом заключены тайны Бесконечного Сада».

Стих 24 Виджнанбхайравы гласит почти то же самое: «Вдох входит, а выдох выходит. При фиксации разума на промежутках между вдохом и выдохом человек способен познать истинную природу Бхайравы – Бога».

Ниже перечислены этапы древней техники медитации. Однако даже если вы не станете строго соблюдать очередности, а просто сядете и понаблюдаете за своим дыханием, уже это принесет свои плоды.

- Выберите дома тихое место – желательно комнату, предназначенную для молитвы и медитации. Если это невозможно, отведите для этой цели хотя бы угол комнаты. Для медитации вам потребуется определенное место, так как пространство, с которым вы подсознательно ассоциируете практику, поможет вам быстро войти в соответствующее состояние.

- Наденьте свободные одежды из натуральных тканей – желательно из шелка. На Востоке считается, что шелк способствует усилению духовной энергии. Если вы не готовы воспринять эту идею, то по крайней мере сможете обнаружить, что шелк действует успокаивающе.

- Чтобы создать атмосферу покоя, можно использовать также свечу или благовония. Желательно пользоваться одним и тем же видом благовоний, чтобы запах ассоциировался с медитацией.

- Сядьте на шерстяной коврик или на стул, покрытый шерстяным ковриком. Спина должна быть прямой. На Востоке считается, что шерсть изолирует вас от влияний земной энергии. Для тех, кто с этим не согласен, может быть приемлемой мысль, что ритуал помогает создать настроение.

- Закройте глаза, перенесите внимание на свое дыхание.

- Следите за тем, как дыхание входит и выходит из вашего тела легко и естественно.

- Прислушайтесь к звукам своего дыхания. При вдохе раздается естественный звук хам, при выдохе вы слышите звук са. Хам на санскрите значит «Я есть»; са означает «Тот» – Дух. Люди делают по 21 600 вдохов и выдохов в сутки, и каждый раз повторяют при этом хам са, напоминая себе о своем божественном наследии. «Я есть Тот», кто создал меня. Вы можете думать об этих звуках, не пытаясь произнести их вслух.

- Прислушивайтесь к своему тихому дыханию, при этом фиксируйте внимание на промежутках между вдохом и выдохом.

Наблюдайте за этими промежутками, так как сквозь них открываются двери тайны Вселенной и того, что за ней.

- Проведите в таком состоянии от пяти минут до получаса или дольше, если у вас это легко получается.

6. Медитация без медитации

Переживание чувства внутреннего покоя также знакомо и тем людям, которые не занимаются медитацией целенаправленно, так как в конечном счете жизнь – постоянный медитативный процесс. Красота медитативных переживаний также возможна и в повседневной жизни.

Это чувство хорошо знакомо солдату, который на поле битвы вдруг испытывает радость от сознания того, что жив, хотя находится в когтях у самой смерти. Заглянув в глаза страху, солдат видит там Божественную силу. То же самое можно пережить во время приступа ярости. Наш разум вдруг становится невероятно спокойным, так как в центре этих сильных эмоций кроется невероятная сила Вселенной.

Однако все же проще и надежнее сознательно путешествовать по этой чудесной земле, используя проверенные средства молитвы и медитации, а не случайно входить в трансцендентные состояния.

ВЫВОДЫ

Наш Маг Дождя обладал уникальной способностью находить покой в самом себе и погружаться в него настолько полно, чтобы приносить в обезвоженную деревню Божью благодать. Он регулярно практиковал медитацию.

Китайская пословица гласит: «Если вы не будете ежедневно практиковать медитацию, то не сможете даже воспользоваться помощью Будды, когда будете нуждаться в ней».

ЭПИЛОГ – ИЗБАВЛЕНИЕ

Изучив три секрета Мага Дождя – тонкой настройки своих действий, успокоения разума и использование Божественной силы, – вы обретете способность управлять жизнью таким образом, что все события и их результаты будут случаться в нужное время.

Ваши ежедневные действия будут упорядочены и упрощены.

Ваше исполнение станет безукоризненным.

Но есть и еще один, пожалуй, самый важный момент – подобно Магу Дождя, вы сможете использовать закон скрытого согласия и синхронизма.

Люди, события и стихийные явления будут являться к вам в нужное время, чтобы помочь вам достичь желанной цели.

После того как мы привели себя в гармонию с вселенскими силами, синхронизм случается сам собой. Синхронизм и скрытое согласие мы чаще всего называем «удачей», так как это внешние неожиданные события, которые происходят без какой либо явной причины.

Поскольку не существует никакой формулы для того, чтобы ускорить приход синхронизма и скрытого согласия, нам нужно создать соответствующую обстановку, способную привлекать чудеса к нашей жизни в нужное время.

Вы не можете ни форсировать эти события, ни дирижировать ими. Можно лишь практиковать законы, по которым возникает духовный магнетизм, притягивающий к себе благоприятные силы.

Постигая и практикуя три эти секрета, вы сможете увеличить возможность того, что синхронизм и скрытое согласие станут вашими постоянными спутниками.

ИЗБАВЛЕНИЕ В ИЗБАВЛЕНИИ

В процессе исторического развития большинство людей выработали для себя систему воззрений, утверждающую: «Для того чтобы преуспеть в работе, жизнь должна стать ареной тяжелой борьбы». Подсознательно мы считаем, что если мы не испытываем боли и не надрываемся на пути к цели, то нам ее не суждено достичь.

Пару дней назад я получила письмо от своего приятеля, в котором тот рассказывал мне о своей жизненной борьбе: «Я знаю, что страх отказаться от борьбы заставляет меня постоянно бороться. Каким то образом в моем уме возникло представление, что отказ от борьбы будет означать то, что все последние годы моей жизни потрачены впустую. При этом где то в моем уме существует мысль, что если бы я смог достичь успеха без борьбы, то сумел бы полностью контролировать свою жизнь. Мое эго восстает против этого. Но я боюсь, что, если откажусь от борьбы, Бог накажет меня за то, что я не старался изо всех сил в своей жизни».

Наш разум подобен компьютерному диску, на который нанесены дорожки. Такие дорожки на санскрите называются самскарами, или кармическими отпечатками. На Западе мы говорим о них как о негативном программировании. Самскара состоит из миллиардов отпечатков, оставленных прошлыми жизнями. Те, кто не верят в то, что жили раньше, могут считать, что эти отпечатки появились в результате этой жизни и наследовались с «генетической памятью».

Чем дольше мы «зацикливаемся» на определенной теме, тем больше усиливаем свой поведенческий стереотип. Для того чтобы избавиться, нужно избавляться. Узнав правду об определенной ситуации, мы больше не поддаемся привычному обману.

Свобода рождается лишь благодаря пониманию того, что в борьбе и страданиях нет никакой нужды. Пусть каждый скажет себе: «Я освобождаюсь и избавляюсь».

ПУСТЬ ВАШИМ ПОКРОВИТЕЛЕМ СТАНЕТ ПАСТУХ

Секреты Мага Дождя возносят нас над обычным материальным сознанием и помогают войти в то состояние, где озарения происходят легко. Мы видим, как духовные стихии влияют на нашу повседневную реальность.

Всю свою жизнь я была непримиримым борцом. Я прорывалась к своей цели, напрягая всю силу духа. Однажды во время медитации мне явилось видение. Ко мне пришел Добрый Пастух, а я была его

овечкой. Овцам не нужно бороться, если они соглашаются положиться на волю Доброго Пастуха.

Затем пастух стал моим Защитником Рыцарем. Он сказал мне, что отныне будет вести все мои битвы как Истинный Воин – ведь он в них гораздо более сведущ.

Когда я вышла из медитативного состояния, то не могла сдержать слез радости.

Поистине, жизнь должна быть легкой.

[Город Творцов](#)