

**З В Е А Л Д А И Н М Д**

**ТАФТИ**

**ЖРИЦА**



***Гуляние живьем  
в кинокартине***



**ВСЬ**

# ЗВЕАЛДАИИМД

## ТАФТИ

## ЖРИЦА



*Гуляние живьем  
в кинокартине*

УДК 159.9  
ББК 86.30  
348

Дизайн обложки и внутреннее оформление *Ирины Новиковой* Фотограф *Мария Тайкова*  
Визажист *Галина Желенкова*

**Зеланд В.**

Тафти жрица. Гуляние живьем в кинокартине. — СПб.: ИГ «Весь», 2018. — 256 с.

ISBN 978-5-9573-2707-3

**Это мировая сенсация. Это Тафти. Встречайте.**

Если вы действуете по своей воле, почему тогда все выходит не по-вашему?

Вы думаете, что не получается, потому что не получается, и все.

На самом деле не получается потому, что вы все-таки действуете не по своей воле, а ведет вас сценарий. А еще у вас не получается потому, что вы не умеете действовать так, чтобы получалось. Вместо того чтобы задавать реальность на грядущей киноленте, вы воюете с действительностью в текущем кадре.

Действительность — это то, чего никогда не было и никогда не будет, а только есть — единожды и сейчас. Действительность — она есть лишь постольку, поскольку уже произошла. Вы не можете изменить то, что уже свершилось. Но именно этим вы и занимаетесь, поскольку все, что вас окружает, — это и есть то, что свершилось.

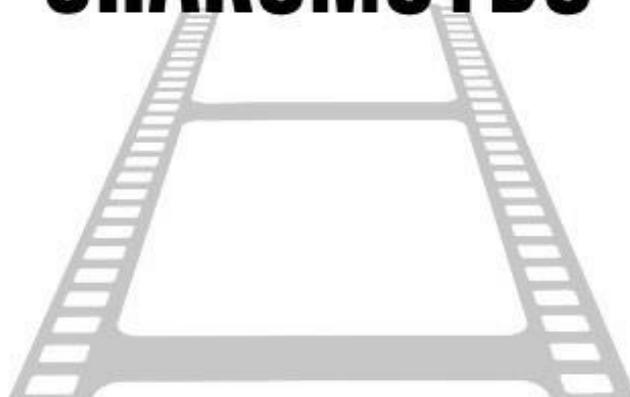
Чтобы изменить кинокартину, нужно проснуться и ожить в ней.

**Хотите узнать больше? Читайте также первую художественную книгу Вадима Зеланда «Жрица Итфат»!**

**Тематика: Эзотерика / Эзотерические учения**

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

# ЗНАКОМСТВО



**П**ривет-привет, мои маленькие уродцы и уродицы!

Вы меня не помните. Я Тафти, пришла к вам из Времени. Время вечно. А из Вечности можно прийти куда угодно и когда угодно.

Три тысячи лет назад я была жрицей храма Изиды. Кто я теперь, скажу вам как-нибудь потом. Главное то, что я знаю, кто вы. И об этом вам скажу в свое время. *Ведь вы же не знаете, кто вы такие, верно?*

Вас произвели на свет, а «инструкцию по эксплуатации себя» не выдали. Нет, конечно, вас научили, что надо мыть ручки, менять подгузники... Но более вам ничего неизвестно — ни о себе, ни об этом мире.

Например, вам кажется, что у вас есть свое мнение. На самом деле это *мнение вам имплантировали*. Вам кажется, что вы умеете управлять своими действиями. А на самом деле гораздо важнее *управлять мыслями*. Вы это умеете? Нет. Вы просто маленькие, безмозглые идиотики. Так и хочется вас отшлепать.

Я знаю, вы одиноки и несчастны, и вас никто не любит. Но Я вас люблю. И я расскажу вам.

Я расскажу вам о том, как устроен мир и что в нем происходит. Расскажу, зачем вы здесь и что вам делать со своей жизнью. *Ведь вы же не знаете, что вам делать со своей жизнью?* Вот видите!

Располагайтесь поудобнее на своих горшочках и слушайте.

Начнем с того, что реальность не совсем такая, какой вы ее себе представляете. Она многослойна, как луковица. Вам знакомы только два слоя: материальная действительность, в которой вы живете, и пространство сновидений, которое вам снится каждую ночь.

Пространство сновидений — это не ваши фантазии, оно реально существует в виде архива кинолент, где хранится *все, что было, что будет и что могло бы быть*.

Когда вам снится сон, вы просматриваете одну из таких кинолент. В этом смысле ваш сон — это иллюзия и реальность одновременно. Кино, которое вы смотрите, — виртуально, а кинолента — материальна.

Действительность — это то, *чего никогда не было и никогда не будет*, а только *есть — единожды и сейчас*. Действительность существует лишь один миг, подобно кадру на киноленте, который перемещается из прошлого в будущее.

Ваша жизнь, точнее ваша сущность — душа — тоже перемещается, из одного воплощения в другое. Когда-то вы все были рыбами, динозаврами и всякими гадами ползучими. Но и сейчас не воображайте себе, что далеко продвинулись. Вам еще ползти и ползти до совершенства, как до меня, например.

Свои прошлые воплощения вы не помните. Потому что каждое воплощение — это отдельная жизнь вашей души, или отдельный сон, если хотите. Наличие тела для души необязательно. Душа в теле — это одна из форм ее существования. Тело является своего рода биоскафандром.

Вы можете спросить: зачем нужны все эти превращения?

Таково изначальное свойство реальности и жизни — *движение и превращение*. Кадр движется по киноленте. Червячок превращается в бабочку. Бабочка откладывает личинки, те превращаются в червячков, а потом снова в бабочек.

На данном этапе своей эволюции вы — червячки. Маленькие, противненькие, но уж какие есть, что поделаешь. Придется с вами повозиться.

Так вот, слушайте. Сон и явь — примерно одно и то же. В первые годы жизни вы не различали реальность и сновидение. Сейчас вы этого не помните, но тогда вам казалось, что между тем миром и этим границы и разницы нет. А потом взрослые вам объяснили, что мир сновидений — всего лишь ваши фантазии, что он ненастоящий.

На самом деле вам внушили ложное убеждение. Тот мир так же реален, как и этот, — он существует, но в другом пространстве. Засыпая и пробуждаясь, вы перемещаетесь из одного пространства в другое. Вас это не удивляет? Не пугает?

Вы просто к этому привыкли, но сон и следующее за ним пробуждение — вещи того же плана, что жизнь и смерть. Жизнь — это сон, смерть — пробуждение, а не наоборот, понимаете?

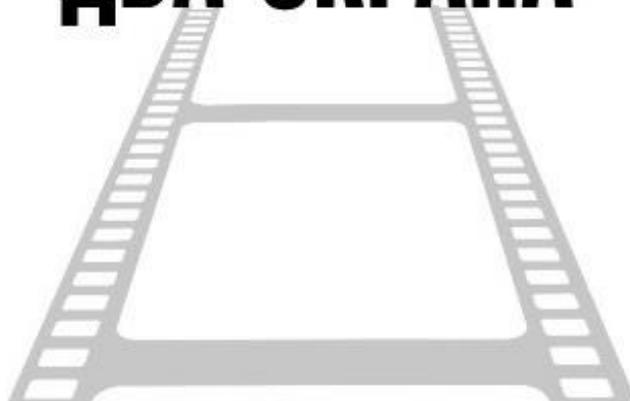
Ладно, мои хорошие, не все сразу — все по порядку. Существует три сходства и одно отличие между сном и явью. Об отличии расскажу немного позже, а сходства у них следующие.

*Первое.* И во сне, и наяву вы спите. А потому и там и здесь вы беспомощны. И та и другая реальность существует независимо от вашей воли. Я научу вас просыпаться, как в сновидении, так и наяву.

*Второе.* И там и здесь реальность движется подобно кадру на киноленте. Но вы этого не замечаете, потому что умеете смотреть только себе под ноги. Умение смотреть вперед вы утратили в тот момент, когда поверили взрослым, что сновидение нереально.

*Третье.* И там и здесь движением кадра можно управлять. Вы этим движением не управляете, потому что ваше внимание застряло в текущем кадре. Что это означает, скоро узнаете. Хотя узнать — еще не значит понять. Но когда поймете, сможете двигать реальность.

# ДВА ЭКРАНА



**И** так, мои хорошие, мы остановились на трех постулатах.

- И во сне, и наяву вы спите.

- И сновидение, и реальность — это движение кадра.

- Движением кадра можно управлять, но вы этого не делаете.

Вы не управляете — ни своими глупыми сновидениями, ни своей жалкой жизнью — во-первых, потому что спите, а во-вторых, потому что не знаете, что это возможно.

Начнем с простейшего: что такое сон. Помните, я говорила, что вас произвели на свет, а *инструкцию по эксплуатации себя не выдали*? Так вот, у вас имеется два экрана: внутренний и внешний. А еще у вас есть внимание. Оно всегда — либо внутри, либо снаружи и очень редко когда посередине. Поэтому вы постоянно спите.

Когда вы находитесь в своих размышлениях, ваше внимание целиком погружено во внутренний экран. Вы можете не замечать происходящего вокруг и действуете на автомате. И напротив, когда ваше внимание занято чем-то внешним, вы себя забываете и снова можете действовать безотчетно.

Вот это и есть сон — безотчетное состояние, в котором ваше внимание *погружено* — либо во внешний, либо во внутренний экран. В

таком состоянии вы беспомощны и не контролируете — ни себя, ни происходящее с вами.

В этом смысле сон и сновидение — не одно и то же. *Сон — это ваше анабиозное состояние. Сновидение — это то, что вам снится — в пространстве сновидений либо в реальном пространстве.*

А вот реальность и сновидение — по сути одинаковы. Реальность вам тоже снится. Реальность — это сновидение, а сновидение — это реальность. Почему — скоро поймете.

Теперь инструкция. *Для того чтобы проснуться во сне или наяву, необходимо вытащить внимание из внешнего либо внутреннего экрана и переместить его в центр сознания.*

Вы способны это сделать — легко. Щелкните пальцами возле носа. Где вы только что были? Летали далеко в своих мечтах или во все глаза любовались мной, такой великолепной? Куда было погружено ваше внимание, в какой экран? А где оно сейчас?

Найдите среднюю точку между экранами. Из этой точки вы можете наблюдать одновременно и за своими мыслями, и за тем, что с вами происходит. Вы можете видеть окружающую вас реальность и себя в этой реальности. Вам ничто не мешает смотреть на оба экрана одновременно. *Вы это умеете.*

Просто вам никто никогда не говорил, что так можно, а вы сами никогда не задумывались, зачем это нужно. Взрослые вам велели: смотри сюда, слушай меня, делай, что я тебе говорю. Так вас приучали фиксировать внимание на внешнем экране.

А когда у вас что-то не получалось, вы впадали в уныние и оставались наедине со своими безрадостными мыслями о том, что вы такие маленькие, беспомощные и несчастные. Так вы сами себя приучали к экрану внутреннему — своему единственному убежищу.

Постепенно ваше внимание привыкло прилипать к одному либо другому экрану, не останавливаясь посередине. В конечном итоге вы совсем перестали управлять вниманием — оно вам не подчиняется, а

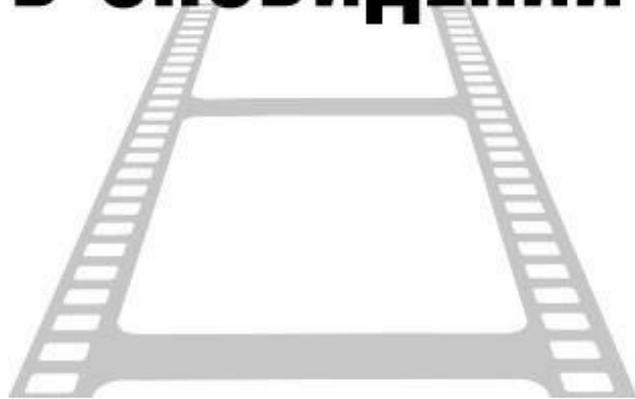
плавает произвольно. Вы постоянно проваливаетесь в бессознательное состояние.

В таком состоянии вы не способны действовать эффективно. Вас могут обмануть, обидеть, испугать, обокрасть, даже побить, а вы не сможете достойно ответить. Вы постоянно боретесь с внутренними комплексами, зависите от внешних обстоятельств и гоняетесь за удачей.

А знаете, кто гоняется за удачей? Неудачники. Неудачники — это вы, потому что *ваша эффективность в бессознательном состоянии не превышает 5-10%*.

Ладно, не плачьте, мои жалкенькие, все можно исправить, я расскажу как.

# ПРОГУЛКА В СНОВИДЕНИИ



**Н**а прошлом уроке, мои хорошие, вы узнали, что...

- Сон — это состояние погруженности внимания в экран.
- И спать, и не спать можно как в сновидении, так и в реальности.
- Для того чтобы проснуться, необходимо внимание перевести в центр сознания.

Центр сознания есть точка наблюдения, из которой вы видите, где в данный момент находится ваше внимание и чем оно занято. Одновременно вы видите, что происходит вокруг вас и чем заняты вы сами.

Вот сейчас проснитесь и спросите себя: где я, что делаю, куда погружено мое внимание? В этот момент вы очнулись и оказались в точке *осознания*. Вот я, а вот окружающая реальность. Я отдаю себе отчет. Вижу себя и вижу реальность.

Это несвойственное для вас состояние, мои драгоценные. Оно появляется лишь изредка, проблесками. Все остальное время вы погружены во внутренний или внешний экран. А теперь попробуйте продержаться *в состоянии осознания* хотя бы час и посмотрите, что

будет. Будет интересно.

Лучше это делать с утра, когда вы хорошо выспались, чувствуете себя бодро и весело. При плохом настроении и самочувствии не стоит и пробовать — ничего не выйдет.

Итак, войдите в точку осознания, сказав себе: *я вижу себя и вижу реальность*. Дайте себе установку: сегодня я буду гулять в сновидении наяву. И отправляйтесь гулять куда угодно — на работу ли, на учебу — в этом *состоянии ясности*.

Для большего эффекта лучше отправиться туда, где вас никто не знает, — на прогулку, в торговый или развлекательный центр. Это будет именно свободная прогулка в сновидении.

Потому что когда вы погружены в один из экранов — вы не в себе, вы не владеете — ни собой, ни ситуацией. Наоборот, любая ситуация превращается в сновидение и владеет вами.

А что происходит, когда вы себя осознаете? Вы освобождаетесь, и с этого момента ваше сновидение — во сне ли, наяву, без разницы — становится *осознанным*. Вы владеете собой и, что самое главное, обретаете способность владеть ситуацией. Но об этом позже, а пока попробуйте просто гулять и наблюдать.

Например, вот вы включаете свое осознание и заходите в магазин. Поздоровайтесь, пройдитесь, осмотритесь, может быть, спросите что-нибудь и понаблюдайте за реакцией продавцов. Только не засыпайте. Обязательно перед тем как заговорить с кем-то, установите внимание в центр: *вижу себя и вижу реальность*.

Вы обнаружите, что окружающие поглядывают на вас с любопытством и почему-то относятся к вам с какой-то особенной симпатией, чего раньше не было. Что же произошло?

Окружающие, в отличие от вас, продолжают спать, их внимание погружено, они вовлечены в свой повседневный сценарий, как в кино. Их мысли неясны, действия неосознанны. Можно сказать, они и живут как персонажи в кинокартине.

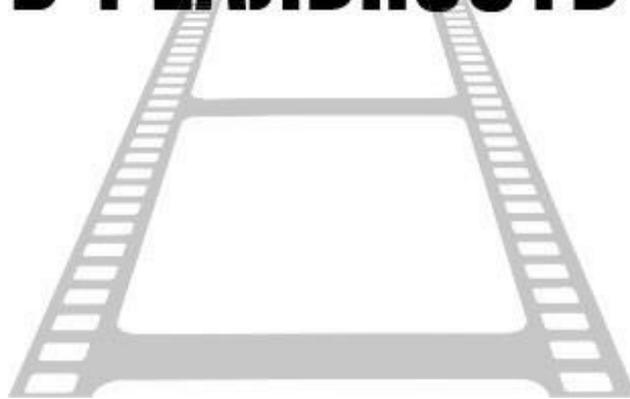
Вы же, в отличие от окружающих, проснулись в сновидении, словно шагнули с экрана кинотеатра в зал. В любой момент вы можете выйти, а можете вернуться в кино и гулять там свободно среди персонажей, независимо от сценария.

Когда вы в таком состоянии, люди воспринимают вас как не от мира сего. Они смутно чувствуют, что с вами что-то не так, но не могут понять, что именно. Не волнуйтесь, они не отдают себе отчета в том, что относятся к вам с любопытством и симпатией. И вы не подавайте виду, что знаете то, чего они не знают.

А знаете, откуда у них симпатия к вам, особенно у тех, кто с вами не знаком? Вы для них как светлячок в царстве теней. Когда вы в состоянии осознания, у вас энергия течет иначе. Это не видится явно, но ощущается подсознательно.

Вот так, просто гуляя в сновидении наяву, вы получите, по меньшей мере, внимание и симпатию окружающих. Сможете завести приятные знакомства, иметь приятное общение и времяпровождение. Но это только начало. Будете умничками — научитесь двигать реальность. Если сами рассудком не сдвинетесь. Хей! Ладно-ладно, не пугайтесь, мои славненькие.

# ПЕРВЫЙ ВЫХОД В РЕАЛЬНОСТЬ



**Н**у, мои хорошие, если вы уже погуляли в сновидении наяву, вам должно быть теперь понятно, что сравнение реальности с кинокартиной — это вовсе не аллегория. Вы действительно находились там в качестве ожившего персонажа, в то время как остальные участники продолжали двигаться будто во сне, подчиняясь какому-то внешнему сценарию.

Может показаться, что это не совсем так. Мы же с вами понимаем, что по-настоящему люди спят ночью, в своей постели, а днем действуют более-менее осознанно.

Однако вы сами убедились, что вот это «более-менее» на самом деле ничтожно мало, когда увидели, как ваше собственное внимание постоянно проваливается во внешний или внутренний экран. Всенесомненно, вы это увидели и теперь знаете, как это происходит.

Отныне всякий раз, отправляясь на прогулку в сновидении, вы будете непрестанно ловить себя на том, что опять провалились в экран и заснули. Что-то вас отвлекло, увело ваше внимание, или вы о чем-то задумались и... — все, как осознанного индивида вас больше не существует, вы даже себе не принадлежите.

А кому вы принадлежите, кому подчиняетесь?

*Вас ведет некий внешний сценарий, который прожит в некой кинокартине, в которой вы, как персонаж, в данный момент находитесь.*

Что все это значит, постепенно расскажу вам. Не все сразу. Сейчас вы должны уяснить себе одну простую вещь. Как во сне, так и наяву — вы внутри кино, вас несет в потоке сценария. *Вы себе не принадлежите, поскольку вам не принадлежит ваше внимание.*

Но как только вы просыпаетесь и берете свое внимание под контроль, сценарий тут же теряет над вами силу. Конечно, вам, как обычно, придется идти на работу или учебу, выполнять свои повседневные обязанности. Но уже не так жестко, как прожито в сценарии.

В отличие от окружающих вас спящих персонажей, вы видите себя, видите реальность и можете *осознанно управлять своей волей*, чего до сих пор не делали. Это ваш первый выход на *новый уровень владения собой и реальностью*. От обычного сна вы уже многократно пробуждались, но подняться на уровень выше еще не пробовали, верно?

В обычном сновидении, если вы не понимаете, что это сон, вы беспомощны. Вы находитесь внутри кинокартины и полностью захвачены происходящим, поскольку ваше внимание погружено в экран. Но вы, в отличие от окружающих вас персонажей, способны вытащить свое внимание на уровень выше, то есть проснуться в самом сновидении, и даже подняться на два уровня — проснуться в реальности.

Персонажи сновидений так не могут. Чем они отличаются от живых людей? У них нет самосознания — они себя не осознают как личности. У них нет воли — они не свободны в своих действиях, а подчинены сценарию. У них нет души — они просто шаблоны, манекены.

Когда вы научитесь просыпаться в сновидении, проведите такой эксперимент. Попробуйте задать вопрос манекену сновидения: «Кто ты?» Он постарается уйти от ответа или назовет свою роль в сценарии. Но сказать «я это я» он не сможет — у него нет собственного Я.

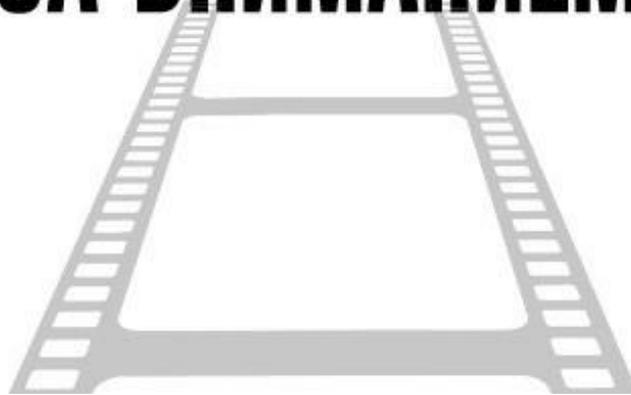
Подобным же образом манекен можно спросить: «Ты знаешь, что я сейчас сплю, а ты мне снишься?» И этот вопрос его тоже поставит в тупик, потому что он никогда не засыпал и не просыпался. Манекен сновидения живет в своей кинокартине точно так же, как персонаж, однажды отснятый на киноленту.

Разница только в том, что обычные кинофильмы снимают живые люди, а киноленты снов хранятся *в архиве Вечности* — они там были всегда и навсегда останутся, пока существует *эта Вселенная*.

У живых людей есть душа, воля и самосознание. Они могут сказать «я это я», хотя это и все, что они могут о себе сказать. Живые люди себя осознают, но их самосознание, как вы убедились, спит, а воля используется лишь изредка, когда нужно мобилизоваться на какие-то действия.

А еще, что существенно, воля используется лишь в пределах текущего кадра, но об этом мы поговорим немного позже. Я вам и так оказываю большую честь, проводя столько времени с вами, мои недостойненькие. Пользуйтесь моментом, любуйтесь мной, хвалите меня, льстите мне — я Тафти, ваша Верховная жрица!

# СЛЕЖКА ЗА ВНИМАНИЕМ



**И**так, мои хорошие, повторим пройденное.

• В обычном состоянии сознания вы — персонажи некой кинокартины.

- Если вам не принадлежит ваше внимание, вы и себе не принадлежите.
- Вас ведет внешний сценарий, который прошит в кинокартине.

Я употребляю такие термины для удобства вашего восприятия, потому что во сне и наяву вы делаете примерно одно и то же: смотрите кино и принимаете в нем участие как ролевые персонажи, без права на произвольное поведение.

Если вы все еще сомневаетесь в том, что действуете не самостоятельно, а подневольно, тогда взгляните сейчас на свое внимание — где оно только что было, кому принадлежало? Убедились, что не вам? Тогда кому или чему?

Вот этому самому сценарию. *Вы или, точнее, ваше Я — это ваше внимание.* Если вы себя не контролируете, вас ведет сценарий — во сне ли, наяву — одинаково. Сновидение — это такая же реальность, а

реальность — такое же сновидение. Будем говорить, что явь — это *сновидение наяву*, а обычный сон — это *сновидение во сне*.

Сновидение может быть либо осознанным, либо бессознательным. В бессознательном сновидении вы глупы и беспомощны, как зайки. Но стоит вам взять внимание под контроль, и вы оживаете в кинокартине, обретая способность действовать *самовольно, на свое усмотрение*.

Вы становитесь *вменяемым* персонажем и теперь можете свободно разгуливать в сновидении. Наяву вы это уже пробовали. Со временем научитесь делать то же самое во сне.

Однако владеть такой способностью наяву — гораздо важнее, потому что картина сна хоть и имеет реальную киноленту в архиве Вечности, но все же виртуальна. А жизнь — она настоящая, в ней вы либо беспомощно сучите ножками в рамках чужого сценария, либо *реализуете свой собственный*.

Единственное, что этому мешает, — ваша привычка проваливаться во внешний и внутренний экран. Ваше внимание не может долго удерживаться в центре осознания. Для вас это нормально, что поделаешь, вот такие вы уродики, неполноценные. Вам надо нарабатывать новую привычку — *возвращать внимание в центр*.

Отправляясь на прогулку в сновидении, *давайте себе установку не забывать, что вам необходимо просыпаться*. Буквально поставьте себе такую цель, иначе у вас просто вылетит из головы, что нужно делать. Если будете забывать и лениться, ничему не научитесь.

На прогулке вам предстоит ловить себя на том, что вы постоянно проваливаетесь и засыпаете. Ничего, не унывайте, возвращайте внимание обратно, снова и снова. Организуйте *слежку внимания за самим вниманием* — за собой то есть.

Необязательно стараться удерживать внимание в центре все время и непрерывно. Значение и ценность имеет нечто другое — *ваша способность реагировать на происходящее*. Обычно любое, даже малейшее событие погружает вас во внешнее кино или во внутренние переживания. Какой бы ни была ситуация — она повергает вас в сон.

Теперь же вам нужно *приобрести обратную привычку — не впадать в сон от происходящего, а просыпаться*. Любое событие, даже легкое дуновение окружающего пространства, должно вас настораживать — это сигнал к пробуждению. Так же и любое ваше действие должно вам напоминать, что следует проверить внимание.

У вас имеется два активатора.

Внешний — *как только* что-то случается, вы пробуждаетесь.

И внутренний — *перед тем как* что-то сделать, вы пробуждаетесь.

Примеры внешних активаторов: вы с кем-то встретились, к вам кто-то обратился, вблизи вас что-то произошло — неважно что, какой-то звук, какое-то движение — все, что раньше вас привлекало и вовлекало. Сразу, *как только* что-то случилось, обратите туда свое внимание, но не теряйте над ним контроль — держите его в центре.

Примеры внутренних активаторов: вы собираетесь куда-то отправиться, что-то сделать, с кем-то заговорить. Перед тем как что-либо предпринять, установите свое внимание в центр. Именно *перед тем как*, потому что после будет поздно — вы лишь обнаружите, что сначала заснули, а потом проснулись и вспомнили, что спали.

Всему этому можно научиться только путем многократных повторений, как в боевых искусствах. Другого пути нет. Зато когда научитесь управлять вниманием, сумеете управлять и своей никчемной жизнью. И тогда, быть может, ваша жизнь перестанет быть никчемной.

А пока даю вам одно предостережение. Вы проснулись в сновидении, обрели сознание и силу, в то время как окружающие продолжают спать. Не расценивайте свое преимущество как превосходство. Не относитесь к спящим надменно и снисходительно. Сие дозволено лишь мне, потому что я Тафти — ваша жрица, а вы — мои подданные, и слушаться меня должны, и восхищаться мной безмерно. Восхищаетесь? Смотрите же у меня!

# ЗАДАВАТЬ РЕАЛЬНОСТЬ



**Н**у вот, мои хорошие и пригожие, вы уже кое-что знаете и умеете. Видите, я вас тоже хвалю! На прошлом уроке мы изучали слежку за вниманием.

- Поставьте себе цель не забывать о внимании.
- Как только что-то случается, вы пробуждаетесь.
- Перед тем как что-то сделать, вы опять пробуждаетесь.

Так вы наработаете привычку управлять своим вниманием, а в конечном итоге и своей жизнью. Но это не дает вам права свысока глядеть на спящих. Наблюдайте за ними незаметно и не подавайте виду, что знаете то, чего они не знают. *Притворитесь, что вы тоже спящие.* Это относится ко всем прогулкам, как наяву, так и во сне.

Помните, перед выходом в сновидение следует иметь доброжелательный настрой по отношению к окружающим, иначе будете наказаны. Высокомерный, заносчивый, злобный, надменный, кичливый, спесивый, чванливый, брезгливый, самодовольный зазнайка получит щелчок по носу. Не от меня — от реальности — от меня такой милости и чести не дождетесь.

Теперь слушайте дальше. На первой нашей встрече я вам сказала такую фразу: действительность — это то, *чего никогда не было и никогда не будет*, а только *есть — единожды и сейчас*. Действительность существует лишь один миг, подобно кадру на киноленте, который перемещается из прошлого в будущее. Как это понимать?

Это значит, что реален только мгновенный слепок действительности — подсвеченный кадр. Все остальное виртуально — как прошлое, так и будущее. И все это хранится вечно в архиве кинолент, где записано *все, что было, что будет и что могло бы быть*.

*Прошлое и будущее — это информация*. Информация нематериальна, ее нельзя потрогать. Но носители информации материальны, их можно открыть. Именно поэтому ясновидцы способны заглядывать в прошлое и предсказывать будущее.

Архив кинолент реально существует, хоть он и неосязаем, подобно эфиру. Эфирная субстанция висит *в пространстве сновидений*. Пространство сновидений едино — как для снов, так и для реальности. Во сне вы видите, что могло бы произойти в прошлом или в будущем. Но происходило и произойдет ли — не факт. Вариантов бесчисленное множество.

Что может случиться во сне, то могло бы быть в реальности, и наоборот. В этом смысле пространство сновидений — это единый архив кинолент. Вы можете его просматривать, а можете в нем существовать — во сне или наяву. Но существуете вы в каждом кадре лишь единожды. Каждый последующий кадр есть *новая реализация* — апгрейд всего живого и неживого, вплоть до атомов.

*Неизменны лишь души живых существ* — они способны смотреть киноленты снов или перемещаться по ним в реальности вместе с кадром. Поэтому ваше Я — одно и то же самое, что было в прошлом, летало во сне и появится в будущем.

Наш мир существует в живой и неживой форме. Жизнь внедряется в материальную действительность вкраплениями. Реальность —

неодушевленная субстанция. Жизнь — одушевленная. Жизнь может влиять на течение реальности. *Жизнь может задавать реальность.*

Последний тезис, малюсики, — самое главное, что вам следует уяснить. *Задавать — значит определять, в каком направлении двинется кадр, по какой киноленте.* У вас есть такая возможность, но вы ее не используете, точно так же как не используете функцию управления вниманием.

Нужно именно *задавать реальность наперед*, а не воевать с текущей действительностью. Вместо этого что делаете вы? *Вы пытаетесь изменить данную вам реальность в текущем кадре.* Понимаете, что вы делаете?

Еще раз: что такое реальная действительность? Это то, чего никогда не было и никогда не будет, а только есть — единожды и сейчас. Действительность — она есть лишь постольку, поскольку уже произошла. *Вы не можете изменить то, что уже свершилось.* Но именно этим вы и занимаетесь, поскольку *все, что вас окружает, — это и есть то, что свершилось.*

Настоящее мало чем отличается от прошлого. Прошлое — уже далеко позади, но и настоящее существует лишь один миг, и с ним вы тоже ничего не можете поделать. *Находясь в настоящем моменте, вы все время пребываете в прошлом. Ваше внимание увязло в текущем кадре.* Эта иллюзия захватывает вас и не пускает в будущее. Поэтому *будущее зависит не от вас.*

Вам может казаться, что вы совершаете осознанные поступки, предпринимаете решительные действия, решаете проблемы, достигаете целей. Но все это — в текущем кадре и в бессознательном состоянии, а потому — *сценарий несет вас по киноленте, которую выбрали не вы.* На самом деле вы всего лишь беспомощно дрыгаете лапками.

Вот такие вы, мои сладкие, зайки. Ух, и намаялась я с вами!

# КОСИЦА НАМЕРЕНИЯ



Как всегда, мои драгоценные, повторяем пройденное.

- Реальная действительность — это то, что уже свершилось.
- Вы не можете изменить то, что уже свершилось. И тем не менее —
- Вы пытаетесь изменить данную вам реальность в текущем кадре.
- Поэтому будущее зависит не от вас. Что вам следует делать?
- Задавать реальность наперед, а не бороться с текущей действительностью.

Многие вещи здесь звучат для вас необычно, вы впервые столкнулись с очень странной, незнакомой вам реальностью. Это все та же — ваша реальность, к которой вы привыкли, но какая-то другая, непостижимая, верно? Слушайте, что я вам говорю, а с вопросами не приставайте.

Почему существует архив кинолент, кто их отснял и запечатал навечно — слюнявеньким пупсикам понять не дано. Скажите спасибо Верховному Создателю, что вам позволено двигать кадром. Это уже очень немало. Но вы сильно опоздали в развитии — не пользуетесь даже тем, что у вас есть.

Напомню, что означает *двигать кадром*. Как вы знаете, прошлое

изменить нельзя. Про настоящее можете тоже забыть — оно уже свершилось, и оно вам не нужно. Зато есть возможность *задавать будущее — выбирать киноленту*, по которой двинется следующий кадр. Как это делать?

У вас имеется две функции управления — вниманием и намерением. С вниманием мы разобрались, оно отвечает за вашу вменяемость. Намерение отвечает за ваши действия. Для того чтобы что-то предпринять, вам необходимо сначала вознамериться. Когда вы уже что-то делаете, намерение реализуется в действии.

Однако все ваши действия относятся к текущему кадру и осуществляются в нем же, потому что намерение заклинило в этом кадре. Это происходит аналогично тому, как ваше внимание заливает на одном из экранов. И подобно тому, как внимание имеет два экрана, намерение имеет два центра: внутренний и внешний.

*Внутренний центр* отвечает за всю вашу обычную функциональность и расположен в лобной части черепа — это ваше узколобое намерение. Когда вы сосредотачиваетесь, у вас морщится лоб. Когда вы намерены что-то сделать, у вас напрягаются мышцы. Мышцы позволяют вам совершать примитивные действия в текущем кадре.

*Внешний центр* вы вообще не используете, а он как раз и отвечает за движение будущего кадра. Где расположен внешний центр, вы можете определить мгновенно, прямо сейчас.

У каждого из вас имеется *косица намерения*. Это энергетическое сплетение, похожее на обычную косицу — она не видна, но вы ее способны чувствовать как фантомную часть тела, которая когда-то была, но вроде как и сейчас есть. Она не свисает, а торчит под наклоном к позвоночнику. Вот такая смешная косица.

На ее конце и находится внешний центр намерения. Это место между лопатками, только не возле самой спины, а немного поодаль. Где именно — найдете интуитивно, точное расстояние значения не имеет. Достаточно обратить туда внимание, и почувствуете. Если же пока не чувствуете, прочитайте главу «Косица с потоками» и все поймете.

*Принцип действия* внешнего центра очень прост. Вы переводите внимание на кончик косицы и представляете картину какого-либо события, которое хотели бы притянуть в свою жизнь. Тем самым вы подсвечиваете будущий кадр, и он воплощается в действительность.

Вы можете спросить, мои хорошие, как такое возможно, — вот так все просто, а вы этого не знали и не пользовались?

Дело в том, что вы конкретно увязли в текущем кадре. Вы привыкли смотреть на то, что видят ваши глаза, а видят они лишь то, что перед вами. И вам кажется, будто все, что вы можете сделать, вы можете сделать лишь с тем, что видят глаза. А где ваши глаза? На внешнем экране.

Если же у вас что-то не ладится, вы погружаетесь во внутренний экран своих переживаний и размышлений. А по поводу чего все ваши переживания и размышления? Опять по поводу всего того, что вы видите или что с вами случается. Вот и выходит, что и внимание вам не принадлежит, и намерение подчинено не вашему сценарию.

Свой собственный сценарий вы способны выдумывать, но не умеете воплощать. Иногда вы мечтаете или чего-то хотите от будущего. Но *будущий кадр может быть подсвечен только из внешнего центра намерения*, а вы привыкли пользоваться только своим внутренним, узколобым. Текущий кадр — это ваша иллюзия и ловушка. Вот так.

Ладно-ладно, не плачьте, мои хорошие, мои славные, не трясите косицами. Я научу вас, как из ловушки выбираться, как с косицею обращаться. Всему научитесь. Хей, веселей!

# КАК С КОСИЦЕЮ ОБРАЩАТЬСЯ



**У** же-уже, скорей-скорей, мои жалкенькие, новый урок, но прежде — повторение пройденного.

- Намерение имеет два центра: внутренний и внешний.
- Внутренний расположен во лбу, внешний — на кончике косицы.
- Внутреннее намерение отвечает за обычные действия в текущем кадре.
- Внешнее намерение способно двигать будущий кадр — задавать реальность.

Ведь вы же хотите научиться задавать реальность? Конечно, хотите. Извольте.

Допустим, у вас есть мечта. В вашем фольклоре на этот счет имеется поговорка — «мечтать не вредно», которая намекает, что мечтать и бесполезно к тому же. Означает ли это, что глупая поговорка права и моим слюнявчикам надеяться не на что?

Почему мечты не сбываются, объясню вам на следующем уроке, а сейчас перейдем сразу к технологии. Сначала сделаете, потом поймете. Для вас так лучше. Слушайте внимательно.

*Первое: проснитесь и войдите в точку осознания.* Как обычно, скажите себе: вижу себя и вижу реальность.

*Второе: активируйте косицу.* Почувствуйте: вот она — как только на нее обращаешь внимание, она тут же поднимается под наклоном к спине — активируется.

*Третье: не отпуская внимания с косицы, представьте картину будущего.* В мыслях, в словах, на экране — как умеете — задайте реальность.

Вы можете заметить, что, когда активируете косицу, ваши глаза входят в другой режим. Попробуйте ощутить: вот вы подняли косицу — что происходит с глазами? Они чуть приоткрываются и будто начинают излучать. Это есть новый, непривычный для вас режим функциональности. Раньше вы только смотрели внешнее кино и подчинялись ему. А теперь способны сами крутить свои киноленты.

Еще раз, как это делается: проснулись, обратили внимание на косицу, а затем, удерживая ощущение на косице, представили на своем экране, как желаемое сбывается. Так вы подсвечиваете будущий кадр, и он воплощается в действительность. Впоследствии научитесь все это делать мгновенно, одним движением.

Косица работает подобно кинопроектору. Вы можете сколько угодно крутить свои хотелки и мечталки на внутреннем экране, но это малоэффективно — почти холостой ход. *Проектор запускается на полную мощность в тот момент, когда ваши мысли, слова и образы исходят из внешнего центра намерения.* Поэтому, если хотите не просто барахтаться в мыслях, а воздействовать на реальность, — включайте косицу.

Необязательно держать внимание именно на кончике косицы — достаточно ощутить ее всю, как фантомную часть тела. Впрочем, можете ее активировать, как вам удобно, — ощущения здесь индивидуальны. Необязательно обращать внимание на глаза — они могут быть и закрытыми или вообще невидящими — это неважно. Важно, чтобы мысли, слова и образы крутились в связке с косицей.

Итак, мои зайки, мои рыбы, вы уже без пяти минут Властители Вселенной. Я преисполнена такого благоговения, что прямо не знаю, то ли грохнусь в обморок, то ли склонюсь в реверансе. Давайте, удивите меня своими способностями! Но сначала вам предстоит удивить себя. А для этого необходимо приобрести практические навыки управления движением кадра.

Начнем с элементарного, с исполнения сиюминутных желаний. Допустим, на киноленте дня надвигается некое событие, которое может иметь как удачный, так и неудачный исход. Для начала берите самое простое, что уместается в один кадр. Это может быть, например, покупка в магазине, место на парковке, любое повседневное действие на работе, учебе, на улице, дома.

В вашей власти — пустить кадр по удачной киноленте. Что надо делать, вы знаете. Проснулись, активировали косицу и, не отпуская с нее ощущения, представили, как желаемое сбывается. Затем можете сбросить ощущение с косицы и далее действовать как обычно. А можете повторить подсветку кадра несколько раз, для надежности.

Что за этим последует — увидите сами. Держите сухими подгузники! Очень противоречивые чувства испытаете, когда поймете — *произошло нечто такое, чего не может быть*. Вам будет трудно поверить, что внешняя реальность подчиняется вашей воле. Обычно бывает наоборот — это вы подчиняетесь внешней реальности.

Удачная статистика ваших экспериментов зависит — сейчас внимание! — *от вашего чувства реальности происходящего*. Критерием реальности для вас является обыденность, привычка. Реально все, что уже случилось неоднократно. А чего никогда не было, того и быть не может — верно?

Другими словами, для вас возможно лишь то, что укладывается в шаблон вашего мировоззрения. Если бы вы не знали, что можно ездить на двухколесном велосипеде, вы бы и не поехали. Точно так же и с движением кадра — *вы не способны им управлять, пока для вас это нереально*. А что делать, чтобы стало реальным? Узнаете, уже скоро-скоро, мои славные!

# ИЛЛЮЗИЯ ДЕЙСТВА



**С**нова-снова, опять-опять, мои хорошие, повторение — это ваше мучение, а мое развлечение! Вспоминаем, что нужно делать.

- Проснуться, активировать косицу и, удерживая ощущение, задать реальность.
- Получится или нет — зависит от вашего притяжения или неприятия происходящего.
- Для вас возможно лишь то, что вписывается в шаблон вашего мировоззрения.

Вы достаточно примитивно устроены. С вами не может случиться ничего такого, что не укладывалось бы в ваши представления о мире и о себе. Во сне творится невероятное лишь потому, что критичность оценки снижена. Наяву, напротив, все подвергается строгой сверке с шаблоном. Поэтому ваша способность двигать кадром зависит от того, допускаете ли вы такую возможность безусловно или сомневаетесь.

Простенькие «чудеса» вам будут даваться легко. У вас получается все, что согласуется с вашим повседневным, обыденным опытом. Ваш опыт и есть тот самый шаблон. Для более сложных движений кадром потребуется новая прошивка. Мне придется много раз, снова и снова,

опять и опять, пересказывать вам одно и то же, пока не поймете. А если так и не поймете, велю вам всем отрубить головы. Не нужны мне такие!

Ладно, не плачьте, мои ничтожненькие, слушайте дальше. Однажды я произнесла такую фразу: *сценарий несет вас по киноленте, которую выбрали не вы*. Кинолента — это, грубо говоря, ваша линия жизни, а сценарий — судьба. Свою судьбу вы действительно не только не выбираете, но и не пытаетесь менять, хотя могли бы.

Напрасно тешите себя надеждой, что судьба, хоть и предначертана, но в ваших руках. На самом деле все гораздо хуже. Вас ведет достаточно жесткий сценарий. Вам лишь кажется, что вы действуете по своему усмотрению. Это очень правдоподобная, но все же иллюзия. *Иллюзорным может быть не только то, что вы видите, а еще и то, что вы делаете*. Такую иллюзию вы не умеете распознавать, поскольку пребываете в ней постоянно.

Помните, мы говорили о манекенах сновидений? Манекены живут в картинах ваших снов точно так же, как герои фильма, однажды отснятого на киноленту. Вы смотрите сон — манекены двигаются. Вы смотрите фильм — герои оживают. Как только фильм или сон закончен, все персонажи замирают — до следующего просмотра или навечно.

Как вы думаете, герои кинокартины или компьютерной игры понимают, что они в кино, а вы на них смотрите? Нет. Манекены сновидений осознают, что они вам снятся? Тоже нет. А теперь я *вас* спрашиваю: *вы сами — кто такие — знаете?*

Киногероев об этом спросить нельзя. Манекены можно, но бесполезно. Вы отличаетесь от первых и вторых тем, что способны хотя бы смутно уловить смысл вопроса. А еще тем, что умеете сами себя осознавать. Но *когда* вы себя осознаете? Лишь в момент, когда задаетесь таким вопросом. Все остальное время — где вы, кто вы?

Так вот, вы — персонажи киноленты — той жизни, которая с вами происходит. *Не вы живете своей жизнью, а жизнь происходит с вами*. Ни манекен сновидения, ни герой кинофильма не способен распознавать иллюзию своих действий или, точнее, *иллюзию*

*происходящего действия.* А почему вы считаете, что способны?

Нет, вы, конечно, способны, мои умнички, но вы этого не делаете. Все то время, пока не задаетесь вопросом, *где вы и кто вы*, — вы абсолютно так же неменяемы, как персонажи кино или сновидения. Ваше внимание постоянно погружено в какой-либо экран, а намерение — в текущий кадр. Поэтому ваши мотивы и действия — вовсе не ваши, понимаете?

Происходит буквально следующее. В какой-то момент вам чего-то захотелось, и вы порываетесь это сделать. Вам кажется, что это ваши собственные мотивы и действия. На самом же деле так прописано в сценарии. Вам может казаться, что это вы что-то задумали. А в действительности таков сюжетный поворот вашей роли. Текущая реальность вас захватывает настолько, что вы не отдаете себе отчета и не замечаете иллюзии.

На кинолентах, которые хранятся в архиве Вечности, у вас имеются ваши собственные манекены. Когда вы смотрите одну из таких лент во сне, ваше сознание находит свой манекен, тот оживает и начинает двигаться. Покуда вам снится сон, вы живете в теле манекена сновидения, как в одном из множества вариантов. Поглядите как-нибудь во сне в зеркало — и себя не узнаете.

В киноленте, по которой движется ваша жизнь, происходит то же самое. Ваше сознание входит в очередную версию манекена, тот оживает и становится вами — в текущем кадре. Но вот вопрос: чем вы отличаетесь от манекенов сновидения, если и наяву живете, как во сне?

А вообще, чем вы лучше улиток? Противных, скользких улиток? Которые на все внешние раздражители реагируют одинаково примитивно. Убирают рожки, прячутся в домик... Вот и ваша судьба предопределена настолько же, насколько вы сами предсказуемы.

Уже то небольшое, что вы узнали, мои хорошие, для вас непостижимо, в шаблон не вписывается. И до тех пор, пока это для вас непостижимо, вы будете вольны в мечтах и несвободны в судьбе. Но когда наконец прозреете и избавитесь от иллюзии, сможете гулять в реальности, как

живые внутри киноленты. И сможете выбирать себе новую реальность, как ленту из архива.

А сейчас антракт! Я выхожу из своего кино и отправляюсь в книгу. Там встретимся. Пока-пока, улитки!\*

\* Эта фраза звучит в видео. Смотрите видео Тафти на YouTube на канале «Тафти Итфат».

# КАК ИЗ ЛОВУШКИ ВЫБИРАТЬСЯ



**Д**елу час, потехе время, мои потешненькие. Кто сказал — наоборот? Ваше мучение — мое развлечение или даже увлечение, вот!

- Есть иллюзия образа, а есть иллюзия действия.
- Действо — это не то, что вы делаете, а то, что с вами происходит.
- Не вы живете своей жизнью, а жизнь происходит с вами.
- Вас ведет жесткий сценарий, и поэтому —
- Вы свободны в мечтаниях, но несвободны в выборе судьбы.

Что бы еще такого обидного вам сказать? Напомню ключевой тезис прошлого урока. Вам может казаться, что вы сами себе хозяева и действуете осознанно. На самом же деле *осознаете вы себя лишь в тот момент, когда задаетесь таким вопросом*. Все остальное время ваше сознание спит и подчиняется внешнему сценарию.

Так что способность на какой-то миг себя осознать не освобождает вас от сценария. Вы — персонажи внутри киноленты, и это одновременно ваша иллюзия и ловушка. Независимо от того, что вы там о себе мните, — *вы там*, и ловушка держит вас.

Что вам мешает оттуда выбраться? Главным образом, три вещи.

1. Незнание о том, что вы — персонажи.
2. Рефлекторная психика — «улиткины рожки».
3. Шаблон, ограниченный рамками возможного и невозможного.

Живей-живей, веселей-веселей, земноводные! Все поправимо. Первое, что требуется для избавления, у вас уже есть. Это очень важно, потому что кто об иллюзии не ведаёт, тот пребывает в ней вечно. Вам про иллюзию действия никто не рассказывал, а вы и не подозревали, поскольку такого, по-вашему, «не может быть».

Теперь вы знаете. Но этого недостаточно. Допустим, вы улитки, и вы об этом узнали. Разве после этого вы перестанете быть улитками? Если вы будете кричать: «О, какое горе, я не хочу быть улиткой!» — от этого что-то изменится?

Нет. Вы не можете просто так ожить в кинокартине и начать вытворять что вздумается, не подчиняясь сценарию. Это делается несколько иначе. Необходимо преодолеть ещё два барьера — *привычки и представления*. Фактически это не вы ими владеете, а они владеют вами. Ну ничего, будем вытаскивать вас из комы.

Улитками вас делает *привычка не задавать реальность, а чего-то ждать и на что-то надеяться*. Выйдет или не выйдет? Получится или не получится? Это пассивная позиция. С данной позиции все, на что вы способны, — это прощупывать реальность и чуть что — убирать рожки.

Для того чтобы перестать быть мокрыми и сопливыми и стать красивыми и счастливыми, нужно переключиться в активный режим. *Не ожидать и надеяться, а задавать реальность*. Мешает этому *шаблон*, в соответствии с которым реальность задавать невозможно. Это ваш домик. Но я вас, таких противных и скользких, оттуда вытащу!

Новые привычки и представления нарабатываются точно так же, как укоренялись старые, — путем многократных повторений. Только отныне, вместо того чтобы глазеть на реальность и следовать за ней, вы будете активно управлять движением кадра. Какого именно кадра, догадываетесь?

Не того, в котором находитесь в данный момент, а того, который

надвигается. Как вам уже известно, реальность текущего кадра изменить нельзя, поскольку она уже свершилась. Задавать можно только грядущую реальность. Поэтому внимание должно быть устремлено на несколько кадров вперед.

Подобно тому, как была организована слежка за вниманием, теперь вам предстоит *отслеживать надвигающийся кадр*. Здесь имеется три активатора.

*Ожидание* — что-то должно произойти, вы чего-то ждете, на что-то надеетесь.

*Намерение* — вы намереваетесь куда-то отправиться, что-то сделать.

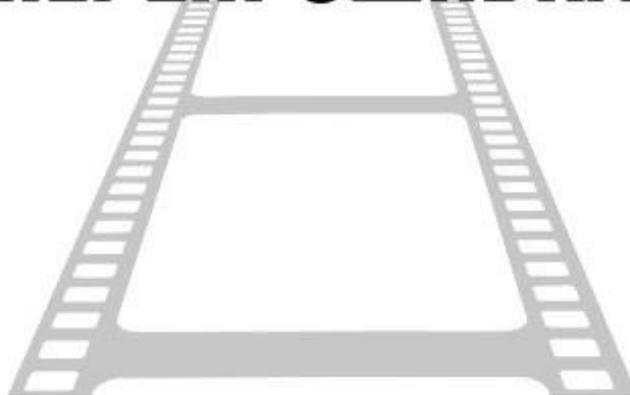
*Проблема* — произошло нечто, требующее решения.

Всякий раз, когда вы чего-то ожидаете, не ждите и не надейтесь — задайте реальность. Всякий раз, когда вы что-то намереваетесь, не спешите делать — сначала задайте реальность. Всякий раз, когда возникла какая-то проблема, опять — не ждите, не надейтесь, не суетитесь — задайте реальность. *Алгоритм подсветки кадра*.

1. Поймать себя на одном из активаторов.
2. Проснуться: вижу себя и вижу реальность.
3. Активировать косицу и, не отпуская с нее ощущения, задать реальность.
4. Сбросить ощущение с косицы.
5. Если событие значимое, повторить подсветку несколько раз.

Старайтесь постоянно вспоминать и помнить о надвигающемся кадре. У вас не получится это делать всякий раз. Поначалу вы все время будете забывать. Старая привычка просто так не отклеится — ее нужно извести, заместить новой. Не ленитесь, будьте умничками, делайте это. А не то я изведу вас. Кому вы нужны такие? Все равно, кроме меня, вас никто не любит.

# ПЕРЕПРОШИВКА



**Н**е злиться, не злиться, мои хорошие, а прилежно учиться!  
Повторяем пройденное.

- В ловушке текущего кадра вас держат улиткины рожки и домик.
  - Чтобы выбраться из ловушки, необходимо переключиться в активный режим —
  - Не ожидать и надеяться, а задавать реальность. Требуется —
  - Постоянная практика управлениядвигающимся кадром.
- Алгоритм:
- Как только ожидание, намерение, проблема — так сразу активация и подсветка кадра.

Задавать нужно не только события, исход которых неизвестен, но и то, что сбудется наверняка. Например, вы куда-то направляетесь и собираетесь войти в какую-то дверь. Вам известно, что данное событие и так произойдет. Тем не менее подсвечивайте и этот кадр. Представляйте — *в мыслях, словах, а лучше визуально*, — как вы открываете дверь и входите в нее.

Не лениться, не лениться! Думаете, попрятались в свои домики и вас не видно? Я все равно вас достану. Зачем нужны бесконечные повторения? Затем, чтобы встроить новую прошивку в ваш улиточный шаблон. Вы не поверите в то, что реальность может вам подчиняться,

пока не убедитесь сами, причем многократно.

Управление движением кадра на простых событиях — наиболее эффективный вид тренировки, в результате которой вы...

- Учитесь просыпаться и управлять вниманием.
- Развиваете косицу, визуализацию, намерение.
- Переключаетесь в активный режим, а в конечном итоге обретаете способность *освободиться от ведущего сценария и задавать свою реальность*.

Что происходит вслед за тем, как вы себя активируете? Вы становитесь единственным персонажем во всем своем окружении, который не подчиняется внешнему сценарию. И напротив, как только вы себя забываете и погружаетесь в картину, вы тут же отождествляете с ней, становитесь ее неотъемлемой частью. Причем зависимой, несамостоятельной частью — манекеном.

Но вот вы снова вытащили внимание из текущего кадра и включили подсветку грядущего. В этот момент вы ожили в кинокартине и начали двигаться свободно, по своему усмотрению. Вы в том же манекене, однако теперь в совсем ином качестве. Представьте манекен в магазине, который сошел с витрины и отправился по своим делам. Примерно то же самое произошло с вами.

Вы по-прежнему остаетесь в картине, но в то же время *выпадаете из последовательности*, как если бы ваш отдельный кадр мог свободно перемещаться по киноленте. Скажем так, теперь ваша «частота кадров» становится отличной от частоты кадров реальности, что и позволяет вам *открепляться от ведущего сценария*.

Вы когда-нибудь видели в кино или по телевизору, как отображается вращение колеса или пропеллера? Они могут крутиться замедленно или в обратную сторону, потому что частота и фаза вращения не попадают в такт покадровой съемки. Точно так же и ваши манипуляции с вниманием и косицей выбивают вас из частоты и фазы реальности. И в этом смысле вы свободно гуляете в кино.

Еще не наступившее будущее вытаскивает вас из очереди настоящего, когда вы за это самое будущее ухватываетесь и пытаетесь на него воздействовать. Грядущая реальность хоть и записана в архиве Вечности, всегда многовариантна и еще окончательно не определена и никем не задана — *она пока ничья*. Если находится кто-то, кто ее задает, — она подчиняется. И если этот кто-то — вы, она становится вашей.

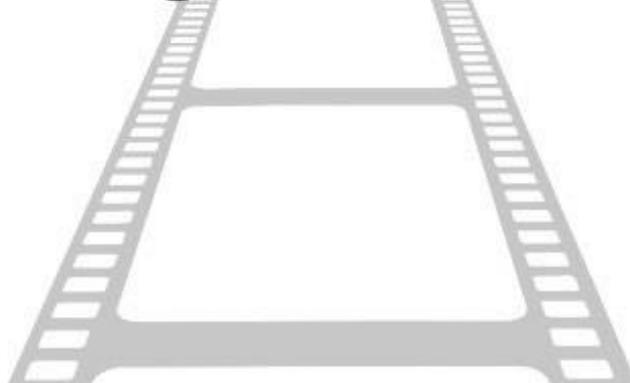
Вы хотите, чтобы реальность была вашей? Ну так берите ее — и задавайте. Это принципиально новый для вас способ реагирования, поведения и существования. Отличие в том, что ваше внимание больше не вязнет в текущем кадре, а устремляется вперед. Следование сменяется опережением, а пассивное ожидание — активным воздействием. Вы больше не следуете за реальностью, как на привязи, а сами ее направляете и погоняете.

Но прежде чем реальность станет действительно вашей, необходимо, чтобы вы, мои душегубы, сделали себе *перепрошивку*. Я не могу это сделать за вас. У вас не сразу и не все будет получаться. У вас получается лишь то, что согласуется с вашим повседневным, обыденным опытом. Пока вы окончательно не уверитесь в том, что способны задавать реальность, она будет ускользать и не даваться.

Перекроить шаблон можно только тем же способом, каким он был сформирован, — повседневной, обыденной практикой. *Отслеживать надвигающийся кадр, отслеживать себя, задавать реальность*. Будете слушаться меня — реальность будет слушаться вас.

Лучше по-хорошему, выполняйте постоянные, многократные повторения, пока не войдет в привычку. Иначе ничему не научитесь. А если так и не научитесь, я отберу у вас домики и превращу в еще более противных существ — слизней. Я Тафти, ваша Владелица, — что хочу с вами, то и делаю.

# ПРЕОБРАЖЕНИЕ



**С** юда-сюда, желторотики-живоглотики! Из домиков выбираемся, в стайку собираемся, вспоминаем прошлый урок.

- Алгоритм пробуждения и подсветки открепляет вас от сценария.
- Вы — манекены, которые шагнули с витрины и отправились по своим делам.
- Вы остаетесь в кинокартине, но в то же время выпадаете из последовательности.
- Открепившись от киноленты, вы получаете возможность задавать свое кино.
- Управление движением кадра на простых событиях — это ваша тренировка и перепрошивка.

А еще это ваше *преобразование*. Из улиток вы постепенно превращаетесь в светлячков. Когда подсвечиваете кадр, от вас исходит внутренний свет, и желанные события летят к вам, как мотыльки.

*Светящиеся существа, смотрящие вперед*, — такими вас задумал Создатель. И такими вы были когда-то, пока не погрязли в иллюзии действия.

Многое утрачено, но кое-что можно вернуть. Вы хотите стать светлячками? Тогда живенько-живенько — *отслеживать надвигающийся кадр, отслеживать себя, задавать реальность*.

Окружающие — те, кто все еще остаются улитками, — будут протягивать к вам рожки и с любопытством придвигаться поближе.

Поначалу у вас не все будет получаться. Вы можете понимать, что способны задавать реальность, однако где-то в глубине сознания будут сидеть сомнения. Это означает, перепрошивка еще не завершена. Для того и нужна тренировка, чтобы перевести вас в активный режим, приучить смотреть вперед, а не под ноги, и чтобы вас окончательно — нет, не уморить (хотя у меня руки так и чешутся) — убедить в том, что вы действительно, удивительно, умопомрачительно *умеете задавать реальность*.

Есть только один нюанс. Вам следует стараться, не прилагая стараний, мои старательные. Для успешной подсветки кадра важно *не усилие, а сосредоточенность*. Вы можете сосредоточиться хотя бы на пару минут? Ну хотя бы на минуту? Вот это и все, что от вас требуется. Выполняйте алгоритм подсветки спокойно и непринужденно. Напрягаться не разрешаю вам. Нельзя-нельзя!

Почему? Потому что, прилагая усилия, вы задействуете внутренний центр намерения. А реальность, как мы уже проходили, управляется из внешнего центра.

Что вы обычно делаете, стараясь изо всех сил? Пытаетесь воевать со свершившейся действительностью. А что вы станете делать в отношении грядущей реальности? Абсолютно то же самое. У вас привычка такая. Вы все стремитесь изменить под себя, чтобы было по-вашему.

Но изменить — ни свершившееся, ни то, что еще не свершилось, — не удастся. Разве можно изменить уже отснятый фильм? Будущее можно только *выбрать*, как ленту из архива. Понимаете разницу? Спокойно и непринужденно.

Обратите внимание, если во время подсветки кадра ваши мышцы напрягаются, значит, работает узколобое намерение. Работать надо исключительно внешним центром — косицей. Это не то, что следует напрягать или чем орудовать.

Косица активируется легко и без усилий — достаточно вспомнить про нее, ощутить ее, спокойно на ней сосредоточиться. Далее, не отпуская ощущения с косицы, — сосредоточиться на кадре, который хотите задать. Так же легко, без усилий, представить желаемую картину. Мышцы должны быть расслаблены — они тут не нужны и ни при чем. Спокойная сосредоточенность на косице и кадре — вот что нужно.

Ваша задача — *не заставляя реальность подчиняться, а позволить ей самой прийти к вам*. Силой не заставите. Принцип в том, чтобы не хвататься за реальность, а лишь подсвечивать ее внешним центром — косицей. Вы одновременно — и кинопроектор, и зритель. Сзади проецируете кадр, спереди смотрите кино, а сами будто и не имеете к тому отношения.

Внешний центр (вы должны были заметить) — он как бы ваш и в то же время не ваш. Косицу нельзя напрячь — можно только активировать и пустить *из* нее поток мыслей. Не спереди, а из-за спины. Не изо рта упрямого, глупого, как привыкли, а из косицы — понимаете? *Вы всего лишь подсвечиваете кадр, а он уж сам материализуется*. Вы ни при чем! Вот так, вот так!

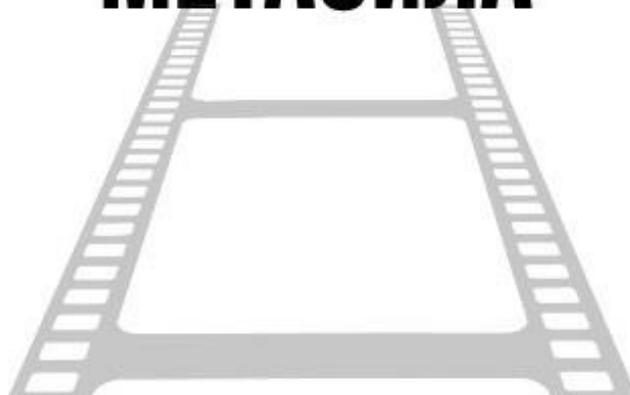
Почему это так важно, чтобы вы были «ни при чем»? Опять-опять повторяю, мои хорошие: для того чтобы работал не внутренний центр, а внешний. Здесь задействуется совсем другой механизм. Ваш внешний центр — это ближе к тому, что называется вашим высшим Я. Вы сами управляетесь из этого центра.

Кончик косицы — это ваш крючок, за который вас можно водить, как марионетку. Когда вы себя не осознаете, вас водит сценарий либо водят кукловоды, манипулирующие вашим сознанием. Как только вы себя осознали, ваш крючок оказывается в вашем распоряжении и вы можете *двигать собой*.

В своем обычном состоянии вы двигаете не собой, а лишь ручками и ножками, пытаетесь подвинуть все, что находится спереди, не обращая внимания на тот факт, что вас самих держат за шиворот сзади. Так возникает иллюзия действия.

А теперь вы беретесь за свой крючочек сами и начинаете двигать реальность, не прилагая усилий и «как бы» ничего не предпринимая. Что при этом происходит? Иллюзия действия выворачивается наизнанку. Не вас двигают, а вы собой двигаете. Не вы что-то делаете с реальностью, а она *сама делается*. Вот так, вот так, мои славные! Иллюзия рассыпается!

# МЕТАСИЛА



**Н**у как, мои хорошие, вы уже начинаете светиться или еще продолжаете мокнуть? Скорей-скорей, преобразуемся!

- Вы задуманы светящимися существами, смотрящими вперед.
- Для успешной подсветки кадра важно не усилие, а сосредоточенность.
- Если мышцы напрягаются, задействован внутренний центр намерения.
- Выполняйте алгоритм подсветки спокойно и непринужденно.
- Принцип: не заставлять реальность, а *позволить ей*.

Позволить ей исполнить ваше задание. Не забывайте, *вы всего лишь подсвечиваете кадр, а он уж сам материализуется*. От вас немного и требуется — задать реальность и отойти в сторонку, как делает сторонний наблюдатель. Не мешаться и не путаться под ногами!

Вы по своему обыкновению думаете, что стоит вам приложить усилия и будущее подчинится. Но это делается иначе. Сила физическая, равно как и сила воли, работает только в реальности текущего кадра. Со свершившейся действительностью можете воевать изо всей дурацкой мочи, коли вам так нравится. С грядущей реальностью так не получится — там требуется нечто другое.

Вам, моим изуверам, придется уяснить, а мне вам объяснить, что

существует обратная сторона силы — *метасила*. Это в некотором смысле антипод силы, но не слабость и не апатия, а то, что действует с обратной стороны реальности.

Для удобства понимания — взгляните в зеркало. С лицевой стороны, где вы находитесь, все материально, можно потрогать. С обратной стороны, в отражении, все неосязуемо, но так же реально. Если есть образ, значит, есть и отражение. Образ реален? Значит, и отражение реально. Это я вам объясняю затем, чтобы вы поняли — *реально не только то, что можно потрогать*.

Зеркало реальности — это как обычное зеркало, только наоборот — образ и отражение там меняются местами. Отражение потрогать можно, а образ — нет. Отражение находится с лицевой стороны, а образ — с обратной. Лицевая сторона — это материальная действительность, а обратная — пространство сновидений, или архив кинолент.

Материальная действительность, как вы уже знаете, это кадр, который перемещается по киноленте. Но кинолента первична, а кино вторично, поэтому действительность является отражением образа, находящегося где-то там, по ту сторону. И там же, в архиве кинолент, находится множество вариантов будущего.

А теперь посудите сами: если будущее находится с обратной стороны зеркала реальности, можно ли как-то повлиять на него обычной силой, которая действует только здесь, на лицевой стороне? Нельзя-нельзя! А лопнуть от напряжения, но так ничего и не добиться — можно? Да-да-да! Можно-можно!

Значит, чтобы не лопнуть и будущее получить свое, какое хочется, надо действовать с обратной стороны зеркала и по тем законам, не этим. Но как же там оказаться, по ту сторону?

Я вам еще не говорила, но вы там уже бывали. Когда вы, пробуждаясь, открепляетесь от сценария, то фактически проваливаетесь в зазеркалье. Этого не видно явно, но и не может быть видно, поскольку поверхность зеркала реальности — вовсе не поверхность или стена, которую можно видеть, а неосязуемая граница перехода между образом

и отражением.

С обеих сторон все то же самое, и видится одинаково, только с одной стороны материальное, а с другой нет. С лицевой стороны — ваш материальный манекен, а с обратной — виртуальный. Когда вы пробуждаетесь, ваше внимание проходит через границу зеркала и оказывается в своем виртуальном манекене.

*Перемещается не тело, а внимание, но и этого достаточно, поскольку ваше внимание — это и есть вы.* Оба тела, виртуальное и материальное, по обе стороны зеркала, движутся синхронно. Вопрос в том, где находится внимание. Если оно с лицевой стороны, в кадре воплощения, тогда вы всецело захвачены сценарием. Если же с обратной, в кадре образа, тогда вы свободны *двигать* — как собой, так и грядущей реальностью.

Двигать собой — в том смысле, что отдавать себе отчет и самовольно управлять своими мотивами и действиями. При этом двигаться внутри кадра будете как обычно — ручками, ножками, силой. А вот двигать реальностью — совсем по-другому — *вниманием, намерением, метасилой.*

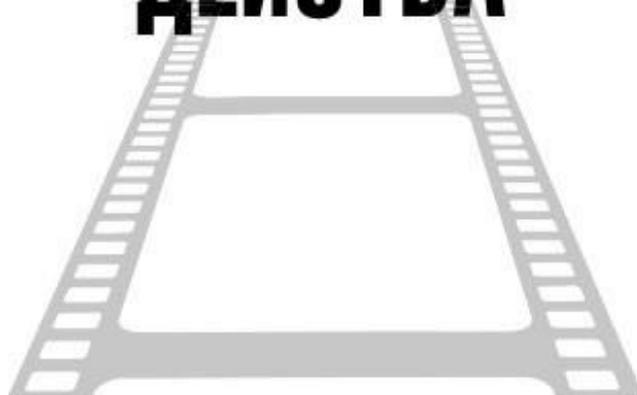
Что такое метасила — постепенно поймете, когда ощутите. Я ведь не могла бы объяснить вам, что такое сила, если бы вы ее никогда не пробовали. Так же и с метасилой — ее надо почувствовать и развить. Орудие метасилы — ваша косица. Алгоритм подсветки кадра — упражнение для развития метасилы и одновременно способ задания нужной вам реальности.

Далее расскажу вам подробней о правилах и принципах зазеркалья. Все узнаете-раз узнаете. А пока — не забывайте выполнять алгоритм почаще.

Вы же хотите научиться задавать свою реальность? Или, может, не хотите? Как это — не хотите? Это что, восстание рабов? Если так — будут жертвы и жертвоприношения, очень веселенькие! Смотрите у меня, я Тафти — ваша жрица. Будете терпеть мой деспотизм. Я же мирюсь с тем, что мне приходится возиться с улитками, лягушками и

прочими земноводными? У-ля-ля!

# ИМИТАЦИЯ ДЕЙСТВА



**И**так, мои певуны и плясуны, певуны и плясуны, продолжаем узнавать, под какую дудку вы пляшете.

- Реально не только то, что можно потрогать.
- Реальность — это зеркало наоборот: здесь — отражение, там — образ.
- С лицевой стороны — действительность, с обратной — архив кинолент.
- В материальной действительности работает сила, в зазеркалье — метасила.
- В момент пробуждения внимание перемещается в свой виртуальный манекен в зазеркалье.

Наверно, вы немножечко озадачены тем, что проваливаетесь в какое-то зазеркалье, сами того не замечая? А может, и не немножечко, а множечко. Но не волнуйтесь, мои трепетные, вы точно так же проваливаетесь туда каждую ночь, когда засыпаете.

В момент пробуждения наяву, когда внимание встает в центр осознания, вы или, точнее, ваше Я оказывается в теле виртуального манекена, с обратной стороны реальности. В момент погружения в сон

происходит то же самое. Разница в том, что наяву по обе стороны зеркала у вас одна реальность — материальная и виртуальная, но одна. Во сне же действительность и зазеркалье несимметричны — материальный мир остается на месте, а внимание улетает далеко в другие миры.

Плюс разница в том, что во сне вы еще глубже погружаетесь в сценарий, в то время как, просыпаясь наяву (вижу себя и вижу реальность), от него открепляетесь.

Помните, мы говорили о том, что, когда вы себя не осознаете, сценарий водит вас за кончик косицы? А кто или что водит вашим материальным манекеном с этой стороны, когда ваш крючочек оказывается в вашем распоряжении, а вы сами — в виртуальном манекене со стороны той?

Вы сами себя и водите. У вас появляется возможность произвольно двигать — как собой, так и грядущей реальностью — именно потому, что вы оказываетесь по ту сторону, где находится *образ*. Потому что отражением может двигать только сам образ, а не наоборот, понимаете?

Строго говоря, материальный манекен и действительность — это не столько отражение, сколько *воплощение* образа. С воплощением реальности (которая свершилась) можно как-то справляться в кадре воплощения, с лицевой стороны зеркала. Грядущая же реальность — это пока только образ. Образом можно управлять только в кадре образа — с обратной стороны — там, где этот образ находится. Вот для этого и требуется перемещение в зазеркалье.

Теперь общая картина должна быть вам ясна. *Здесь вы можете кое-как справляться, там — управлять.* И теперь мы вплотную приблизились к пониманию метасилы. Питаю надежду хоть на слабый проблеск понимания у вас, мои скудоумненькие.

Ладно-ладно, не жалуйтесь, не плачьте, мои сообразительные. В чем главное отличие действительности от зазеркалья? Здесь — все материальное, там — виртуальное. Что касается силы — у вас не получится приложить ее к нематериальному объекту или пространству.

Поэтому здесь действует сила, там — метасила. С этой стороны — действие, с той — *имитация действия*. Что это значит?

Смысл имитации в том, что вы не имеете права нарушить установленный порядок. Порядок таков, что *вы должны участвовать в действе, подчиняясь сценарию*. Ни одному персонажу не дозволено выпрыгивать из киноленты или вытворять там, что ему заблагорассудится. Сценарий — это не чья-то субъективная воля, а объективная реальность, от которой никуда не денешься.

Объективная реальность такова, что вы обречены существовать в ней, как персонажи в киноленте. Можете не соглашаться, можете жаловаться — все бесполезно. Даже если попытаетесь послушаться — ничего не выйдет. Что на ленте отснято, то и случится. Уклониться от действия нельзя. А вот имитировать — можно. Вы способны обмануть реальность.

Представьте, вы вошли в точку осознания и очутились по ту сторону зеркала. Все окружение вам видится так же, как и раньше. Вам вовсе не кажется, что вы наблюдаете за происходящим откуда-то из-за стекла. И тем не менее вы там. Однако теперь, будучи там, вы обретаете способность задавать реальность — выбирать киноленту. Не изменять ту, в которой находитесь, не уклоняться от действия в ней, а выбирать другую, какую вам надобно. Понимаете?

Вы по-прежнему продолжаете играть свою роль, прописанную в сценарии, выполняете свои повседневные функции. Но, в отличие от прочих персонажей, вы, пребывая в состоянии осознания, получаете нечто большее — возможность замены текущей киноленты. И притом остаетесь как бы в стороне и ни при чем. И порядок не нарушен, и вы не замечены, не пойманы, и все обернулось по-вашему.

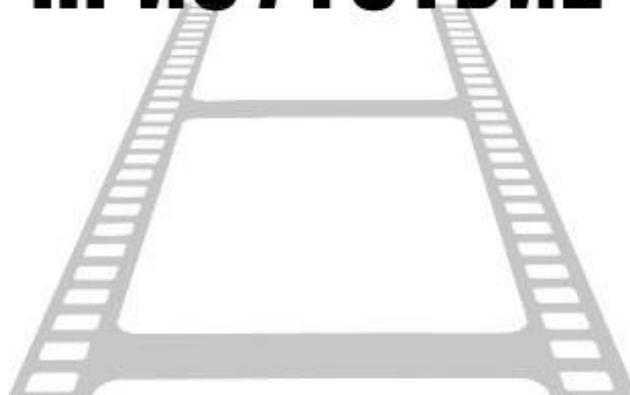
Вот такая игра в имитацию. *Вы гуляете в кинокартине, как оживший персонаж, прикидываясь неживым, и меняете ленты по своему усмотрению*. И никто ничего не подозревает — ни сценарий, ни другие персонажи.

Впрочем, от сценария вы и так никуда не денетесь. Просто, задавая реальность, вы инициируете новый. Новый сценарий тоже не ваш, вы

опять в его власти. Зато он приведет вас к желаемому результату.

А нужно ли скрываться от остальных персонажей? Как бы вам ни хотелось выделиться, советую не афишировать свои способности. В Средние века за такие дела на костре сжигали, а сейчас могут в тихий приют упрятать. Вы у меня уже тихонечко тронутые, поэтому не будите спящих, не выдавайте своего *присутствия*, слушайте свою жрицу. Так люблю вас, поубивала бы всех!

# ПРИСУТВИЕ



**Х**ей-хей, уже скорей! Уже идите ко мне, мои хитрые имитаторы и коварные притворщицы, тайные маньяки и скрытые извращенки! Вам понравилась игра в имитацию? Повторим пройденное.

- Материальная действительность доступна здесь, в кадре воплощения.
- Доступ к будущему открыт только с той стороны — в кадре образа.
- Вы обречены существовать в реальности, как персонажи в киноленте.
- Сценарий обойти нельзя, но можно проснуться и запустить другой.
- Вы меняете ленты, но продолжаете играть роль, скрывая свое *присутствие*.

Присутствие в кинокартине. Что это такое? Прежде всего, это присутствие вашего осознания — вашего Я. Присутствие *вас в себе* как живого, осознанного и вменяемого индивида в неизменной картине. Картина хоть и крутится динамично, но уже предначертана, как predetermined and the behavior of all its characters.

Ваше присутствие там выделяет вас как проснувшегося среди спящих. Вы осознаете свою *отдельность* и отдаете себе отчет, что происходит. Ваше поведение внутри данной картины тоже predetermined by the script. However, the presence gives you the opportunity to change the film strip — to jump from one to another.

Чтобы войти в присутствие, вам необходимо оживиться, встрепенуться и определить, где вы находитесь: в кадре образа или в кадре воплощения. Другими словами, где пребывает ваше внимание: в центральной точке осознания или на одном из экранов. По своей сути вы — *дуальные существа*, можете находиться как с этой стороны зеркала, так и с той.

*Вы присутствуете здесь, когда находитесь там.* Вот такой парадокс. В противном случае вы отсутствуете, то есть пребываете в неменяемом состоянии и целиком во власти сценария.

Помните, я говорила: когда вы пробуждаетесь наяву, ваше внимание пересекает границу зеркала и оказывается в своем виртуальном манекене. Когда вы засыпаете в постели и видите сон, происходит то же самое. Только качество другое. Во сне вы можете двигать лишь виртуальную реальность. Влиять на материальную действительность в том состоянии нельзя. Или, точнее, можно, но сложно — занятие не для улиток.

В состоянии присутствия наяву вы обретаете способность задавать грядущую реальность, которая воплотится в действительности. (Видите, я постоянно повторяю вам эту мысль, чтобы вы ее хорошенько уяснили, что *задавать можно и нужно*.) Но вам следует уяснить еще одну вещь. *Задавая реальность, вы определяете не цепочку событий, а конечную цель — грядущий кадр.*

Задание реальности — это не управление сценарием, а выбор киноленты. Сценарий не в вашей власти. Да и потом, вам не дано знать, каким должен быть сценарий, чтобы привести к вашей цели. Но вам это и не надо знать. Вы работаете в режиме кинопроектора. *Когда в вашем проекторе светится целевой кадр, ход событий сам поворачивает туда, куда надо.*

Выбирая киноленту, вы запускаете новый сценарий, но он не ваш, а тот, что на ней прописан, причем без вашего ведома. Ваш — только целевой кадр. Кинолента сама подбирается в соответствии с заданным кадром. Каким образом это осуществляется, вам знать необязательно. Подсвечивайте свой кадр снова и снова. Так вы будете перемещаться с

одной ленты на другую и в конечном итоге прибудете в пункт назначения.

В архиве Вечности киноленты располагаются параллельно. Сценарии ближайших лент отличаются небольшими нюансами. Задавая реальность, вы постепенно перемещаетесь с одной на другую. Сначала оказываетесь на киноленте, где результат близок к задуманному, но еще не тот. Потом все ближе и ближе.

Все это происходит незаметно для ваших глаз и с разной скоростью реализации, в зависимости от сложности поставленной цели. Простые цели даются почти сразу, а труднодостижимые, до которых «далеко ехать», требуют времени и терпения.

Ваша задача — фиксировать внимание на будущем кадре. Сценарий — не вашего ума дело. Если вы его пытаетесь задавать или противиться ему, он вас захватывает в ловушку. Стараясь повлиять на ход событий, вы вцепляетесь мертвой хваткой в реальность текущего кадра, а это бессмысленно. Чем сильнее цепляетесь, тем крепче вас самих держат за гузку, за косицу то есть.

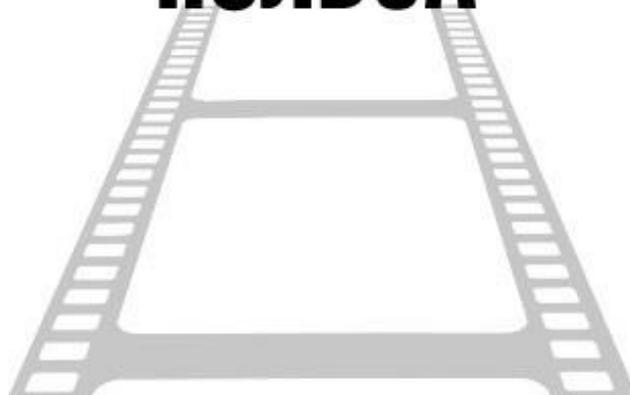
Аналогично бессмысленно оказывать влияние на людей. Неблагодарное и неблагородное это занятие. Оно может выйти вам боком или дать обратный эффект. Персонажи действуют по своему сценарию. Стараясь на них повлиять, вы опять попадаетесь в ловушку. Не надо этого делать. Они сами прибегут к вам и сделают все, что вы хотите. Но об этом позже.

Повторяю, влиять нужно не на события и людей, а на конечный результат — надвигающийся кадр. Хотя вы все равно это будете делать, по привычке. *Вы всегда упорствуете в том, чтобы все было по вашему плану.* Но эту привычку я у вас тоже отобью.

Какие вы все-таки занудные и настырные! Я бы вас всех с удовольствием препарировала. Приколола бы на ватман, как вредных насекомых, или закатала бы в банку с формалином, всем прочим существам в назидание. Так что лучше ведите себя пристойно. Не забываете: я Тафти — ваша жрица. Восхваляйте меня, боготворите

меня, не злите меня!

# ПОЛЬЗА



**У**х, и надоели вы мне! Такие избалованные! Такие капризные! Вот какие! Но только попробуйте мне заикнуться, что я надоела вам! Повторяем урок, сейчас же!

- Вы — дуальные существа, способные находиться по обеим сторонам зеркала.
- Вы присутствуете здесь, когда находитесь там.
- Чтобы войти в присутствие, необходимо переместить внимание в центр.
- В состоянии присутствия вы способны перескочить с одной ленты на другую.
- Задание реальности — это не управление сценарием, а выбор киноленты.
- Стремление оказать влияние на сценарий привязывает вас к нему.

Еще раз, закрепляем пройденное. *Влиять нужно не на события и людей, а на конечный результат —двигающийся кадр. Вы лишь подсвечиваете целевой кадр, а ход событий уж сам поворачивает, куда надо.*

Сценарий — не ваш. Он не ваш всегда, даже когда считаете, что сами его измыслили. Если же вы пытаетесь его изменить или противиться ему, он вас захватывает в ловушку. Сценарий как паутина — чем активнее сопротивляетесь, тем крепче запутываетесь. Чтобы сценарий

отпустил вас, вам самим нужно его отпустить.

Впрочем, освободиться от него полностью и не удастся. Помните, когда речь шла об имитации, я вам говорила, что сценарий — это не чья-то субъективная воля, а объективная реальность, от которой никуда не денешься. Вот и не надо никуда деваться! Как раз таки *сценарий работает на вашу цель, если вы эту цель задаете.*

Когда вы задаете реальность, сценарий именно и выстраивается *в соответствии с вашим заданием*, даже если кажется, что это не так. От вас только и требуется, что систематически подсвечивать целевой кадр. Но вы всегда упорствуете в том, чтобы все было непременно *по вашему плану*, и тем самым мешаете осуществлению задуманного.

И даже когда вы не задаете реальность, а пассивно плывете по течению событий, сценарий вовсе не стремится вам навредить, потому что нанесение вреда энергетически затратно. Сценарий всегда движется по пути наименьшего сопротивления. Но вы противитесь и таким образом все портите.

Портите, поскольку, выражая неприятие, тем самым невольно и бессознательно задаете себе худшую реальность. Не столь эффективно, как это делается в намерении и осознании, с косицей, но все же задаете. А неприятие вы изволите выражать всякий раз, когда что-либо идет вразрез с вашими представлениями и планами. Вот такие вы, докучливые и нудные.

Так вот, чтобы не коверкать себе реальность, а, напротив, превратить ее в чудесный и приятный во всех отношениях мир, вам потребуется ввести в обиход один простой принцип: *во всем находить пользу*. Буквально извлекать пользу из любой досадной ситуации, вообще из любого события, вызывающего хоть малейшее ваше неприятие. Поставить себе такую цель — *вытаскивать пользу*.

Потому что любое событие или ситуация, какими бы они ни были, несут в себе не только негатив, но и позитив. Реальность во многом дуальна. Где присутствует черное, там найдется и белое. Ваша задача — вместо того чтобы корчиться и кочевряжиться, взять и извлечь пользу.

Я даже не буду приводить примеры — вы только попробуйте и сразу сами поймете, насколько шикарно это работает.

Но чтобы сработало, как вы уже должны понимать, необходимо вовремя проснуться и перевести внимание в центр. Активаторы здесь в основном внешние: кто-то вам что-то говорит, что-то делает, или вокруг что-то происходит или делается — все, что вызывает у вас неприятие — от легкого недовольства до бешенства (интересно, бешеные улитки — какие они?). Активирующими чувствами могут быть в том числе раздражение, уныние, тревога, агрессия, страх.

Внимание переводится в центр затем, чтобы открепиться от сценария на текущей киноленте и перескочить на другую, альтернативную. Дело в том, что на вашей стандартной киноленте действует ваш обычный сценарий: вы рефлекторно сопротивляетесь — в силу вредности характера, или склонности к негативизму, или привычки к самозащите, или из высокого о себе мнения, или хотя бы потому, что все идет «не по-вашему». В результате, как обычно, портите жизнь себе и окружающим.

На альтернативной киноленте, напротив, все складывается в вашу пользу, потому что вы в нужный момент остановились и эту самую пользу выбрали. Все очень просто — что выбираете, то и получаете. Чтобы сделать выбор, требуется лишь на мгновение задуматься: *какая в этом может быть польза?* А дальше — не сопротивляться сценарию, а попробовать следовать ему. Буквально — последовать совету, прислушаться к мнению, согласиться, пойти на что-либо, принять то, от чего бы раньше отказались или с чем вступили бы в конфронтацию.

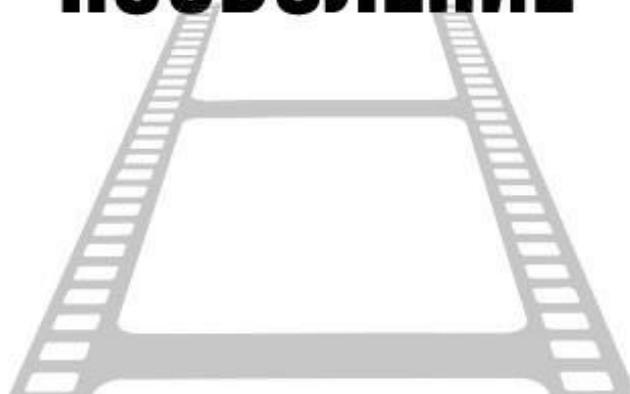
*Алгоритм пользы* следующий.

1. Поймать себя на активаторе неприятия.
2. Проснуться: вижу себя и вижу реальность.
3. Задаться вопросом: какая может быть польза?
4. Если ответ найден, согласиться и извлечь пользу.
5. Если ответа нет, все равно попробовать согласиться.

Последний пункт может показаться вам сомнительным. Ведь не со

всем в жизни следует соглашаться и не каждая ситуация несет в себе пользу. Допустим, кто-то собирается дать вам по рожкам — что же, их подставлять, что ли? Однако в реальности действует один непреложный закон. Закон гласит: *если руководствоваться принципом пользы, в жизни будет все меньше и меньше событий, несущих вред.* В том числе таких событий, в результате которых у вас синее лицо и вам холодно, потому что вы лежите в морге. У-ля-ля!

# ПОЗВОЛЕНИЕ



**И** так, мои хорошие и пригожие, на прошлом уроке вы узнали, что глупые улитки всегда стараются настоять на своем собственном сценарии развития событий, а когда что-то с ним не согласуется, они возмущаются и даже бесятся. Но ведь это не про вас, правда же, мои славненькие?

- Чтобы сценарий отпустил вас, вам самим нужно его отпустить.
- Если цель задана, сценарий сам выстраивается так, чтобы ее достигнуть.
- Настаивая на своем плане, вы мешаете осуществлению задуманного.
- Выражая неприятие, вы задаете себе худшую реальность.
- А выбирая пользу, пользу и получаете.

Повторяем парадоксальный принцип: *задавать следует не сценарий, а целевой кадр*. Он потому парадоксальный, что не вяжется с вашими привычными представлениями, которые состоят в том, что воевать со свершившейся действительностью можно и нужно, а задавать грядущую реальность нельзя и невозможно. На самом деле все как раз наоборот.

Каким образом будет достигнута цель, вам знать не дано и не обязательно, особенно на начальном этапе. Потому что если вероятные ответы на вопрос «каким образом?» повергнут вас в ужас или уныние,

то на вашей способности задавать целевую реальность будет поставлен психологический блок.

Вы не можете знать, каким должен быть сценарий достижения именно вашей цели именно вами. Как вы можете это знать, если сами являетесь персонажами кинокартины и если вас самих ведет сценарий? *Ваше дело — знать «результат», чего вы хотите достичь, и задавать соответствующую картинку реальности — в мыслях, словах, образах, используя косицу. Тогда сценарий сам поведет вас и сам покажет, «каким образом».*

Так что вам даже необязательно быть умными, вы можете оставаться тупыми улитками, главное — быть целеустремленными. А еще — осознанными улитками. Потому что, когда цель задана, сценарий может вас шокировать. Вам будет казаться, что все идет прахом. На самом деле это старый хлам выбрасывается из вашей реальности, чтобы освободившееся пространство заполнить красивыми новыми вещами.

Такой сценарий развития событий, будто «все идет прахом», вполне возможен. И вот здесь вам очень пригодится осознанность, чтобы применять *принцип пользы*. Действуя в соответствии с этим принципом, вы не только не мешаете сценарию, но и ускоряете свое продвижение к цели, потому что в момент извлечения пользы открепляетесь от своего обычного «вредного» сценария и перескакиваете на «полезную» киноленту. Даже без косицы. А если выполняете алгоритм пользы с косицей, так еще быстрее и лучше.

А еще лучше — быть не улитками, а светлячками — ожившими героями кинокартины. Отслеживание пользы — это один из способов вашего пробуждения. Любые события должны вас не усыплять, а настораживать, служить сигналом к пробуждению. Ваша задача: *вовремя проснуться, увидеть реальность, задать реальность.*

Раньше: чуть что не так — сразу «А-а-а!», и сразу махать руками, топтать ногами!

Теперь: чуть что не так — восклицаете (про себя или вслух, как хотите): «*Польза!*»

А дальше — *позволяете* миру сделать вам что-нибудь приятное, или помочь вам, или приблизить к цели.

Это вовсе не значит, что вам надлежит превратиться в само *Позволение* и прогибаться подо все и вся. Разумеется, не во всем есть польза, не все уместно позволять и не со всем соглашаться. Не беспокойтесь, вы сумеете принять адекватное решение — позволять или не позволять, потому что будете во вменяемом состоянии: вижу себя и вижу реальность.

В обычном состоянии вы как поступаете? Либо принимаете в штыки, либо безвольно подчиняетесь. И то и другое совершаете бессознательно, следуя сценарию. Отличие алгоритма пользы в том, что вы делаете осознанный выбор *в состоянии присутствия*, а значит, гуляете в застывшем кино как оживший персонаж, притворяясь неживым в то же время.

Принцип пользы — это все в одном флаконе: отслеживание, имитация, присутствие и задание реальности. Выполняя алгоритм, вы отслеживаете себя, отслеживаете реальность и задаете направление, в котором двинется следующий кадр. Извлечение пользы есть имитация в чистом виде, потому что вы подчиняетесь сценарию, но делаете это сами, намеренно, осознанно.

Обратите внимание: *когда отслеживаете пользу, вы будто искоса подглядываете за реальностью*. Никто ничего не подозревает — ни сценарий, ни окружающие. Вы, как и все спящие, прилежно играете свою роль, исполняете повседневные обязанности, а между тем краем глаза следите за происходящим — *присутствуете, не выдавая присутствия*. Это именно то, что надо. И это очень важно — оставаться незамеченным и ни при чем. Почему?

Уже забыли почему? Вот вы какие! А ведь я вам объясняла. Повторять буду еще много-много. *Быть ни при чем* — это основополагающий принцип «гуляния живьем в кинокартине». Во-первых, не следует выдавать своего *присутствия*, чтобы окружающие не относились к вам с подозрительностью и настороженностью. Притворитесь спящими.

Во-вторых, не следует действовать в лоб, как вы привыкли, то есть хватать реальность за горло, воевать с событиями и персонажами в текущем кадре и в результате снова погружаться в сценарий, как в сон. *Вы гуляете живьем в кино, когда вниманием присутствуете, а намерением двигаете грядущий кадр и меняете киноленты.* Но каким намерением? Внешним надо — вот что главное! Подглядывая искоса и оставаясь ни при чем, вы задействуете внешний центр намерения.



**С**нова-снова привет-привет, мои бесполезенькие существа! Вы потому такие бесполезенькие и вредненькие, что во всем склонны видеть вред, нежели пользу. Но все поправимо. Кто пользу ищет, тот ее найдет и сам полезным станет.

- Задавать сценарий и знать ответ на вопрос «каким образом?» — не ваше дело.
- Ваше дело — знать, чего хотите достичь, и задавать результат — целевой кадр.
- Когда кажется, что «все идет прахом», — это польза — реальность чистится.
- Вы гуляете в кино, когда вниманием присутствуете, а намерением двигаете.
- Позволение — это работа внешнего намерения, когда вы ни при чем.
- Проснуться, увидеть, задать. Чуть что не так — «Польза!».

Если не проснетесь и не воспользуетесь, во многих случаях поймете, в чем была польза, но с опозданием. Поймете, когда вспомните, чему и как воспротивились, а затем упустили возможность или получили по рожкам.

Да-да-да, будете-будете забывать и с опозданием вспоминать, еще

много-много раз, пока *слежка за вниманием* не войдет у вас в привычку. А по какой причине вы постоянно забываете о своем внимании? Не забыли?

Вот вам загадка: *в чем состоит самый простой и одновременно самый главный вопрос, который мучает улиток, а они даже не осознают, что он их мучает?* Не морщите свои лобики, все равно не угадаете.

< *Почему все не так, как я хочу?* > — вот в чем вопрос. А каков ответ? Потому что вас ведет сценарий, потому что вы об этом не знаете, потому что не задаете реальность, а просто живете в ней, как рыбки в аквариуме. Точнее, как улитки.

Тот факт, что вы постоянно находитесь в неменяемом состоянии и лишь изредка просыпаетесь и осознаете, что спали, как раз и свидетельствует о том, что вас ведет сценарий. А вы думали, почему вы забываете о своем внимании? По рассеянности? Нет, именно потому, что *сценарий ведет вас*.

Вам кажется, что вы действуете самостоятельно, себе на уме, но это иллюзия. Иллюзия действия, напомню, состоит в том, что реальность вас захватывает настолько, что вы не замечаете этой иллюзии и не осознаете, что являетесь подневольными персонажами какой-то игры.

Буквально как в кино. Киногерои тоже не осознают своего положения. Я имею в виду не актеров, а именно героев фильма. Актеры могут быть давно мертвы, но их ролевые персонажи оживают всякий раз, когда фильм просматривается. Вы не находите это странным? Технически здесь нет ничего странного — сцены из жизни засняты на киноленту. И все же это очень странно, не правда ли?

Кино вы изобрели не потому, что сами придумали, а потому, что существует такой аспект реальности. Вы не можете придумать ничего такого, чего нет в реальности явной либо еще не проявленной. Кино у вас есть лишь по той причине, что вы сами живете в кинокартине. Кино — это модель реальности.

Так же странно противоречие, согласно которому вы, будучи персонажами, в отличие от героев кинокартины, наделены самосознанием. Это парадокс. Усмешка реальности. И в то же время шанс для вас. *Однако осознаете вы себя лишь в тот момент, когда задаетесь таким вопросом.* Все остальное время ваше сознание спит и подчиняется внешнему сценарию.

Еще удивительно то, что вас не шокирует мысль о существовании сценария, в котором вы — всего лишь спящие персонажи. Хотя должно бы. Не шокирует потому, что вы не способны распознать иллюзию действия, она все-таки очень сильна. Вы просто не воспринимаете всерьез вот эти слова, что «вас ведет сценарий», — мол, это какая-то шутка или эзотерическая фишка. Ну-ну!

И даже веря мне на слово, все равно до конца не осознаете, как не осознают герои фильма, что они герои фильма. Но, может быть, однажды, после всех ваших экспериментов с реальностью наступит момент, когда вы это явственно осознаете. И вот тогда вы будете по-настоящему шокированы.

А пока... У вас имеется лишь смутное подозрение о существовании сценария — феномен судьбы. Но судьба — это только общее направление. Судьбу можно выбирать, как дорогу, но вы такие противненькие, что делаете это в сторону усугубления, потому что во всем видите не пользу, а вред. А еще потому, что не выбираете, а все норовите управлять, добавляя тем самым вреда еще больше.

Сценарий, в отличие от вашего понимания судьбы, конкретнее и жестче. *Это программа всего вашего поведения и всех ваших действий на данной киноленте.* Сценарием вообще невозможно управлять. Можно только выбрать другой, задав соответствующую реальность.

Да, существует сильное искушение управлять сценарием, наряду с вашей *привычкой* это делать, а также *иллюзией*, что вы *способны* это делать. Когда вы пытаетесь влиять непосредственно на события и людей, это ошибка, которая влечет за собой целый ряд неправильных поступков и негативных последствий.

Сценарий начинает двигаться так, что тучи на горизонте вашей реальности только сгущаются. И тогда вы оказываетесь в положении крыс в лабиринте. Ищете лазейки. Но это архисложно и непродуктивно.

Уясните хорошенько: невозможно *напрямую* влиять ни на локальный сценарий, ни на общий ход событий. Можно лишь ухватиться за краешек полотна реальности и использовать некоторые ее аспекты. Польза — один их таких аспектов. А не уясните, я вас всех отменю. Не нужны мне такие! У меня есть одна кнопочка, Delete называется, она все отменяет... или удаляет, не помню, надо проверить.

# ИСКРА СОЗДАТЕЛЯ



**П**овторяем-повторяем, мои хорошие и пригожие. Повторение — это польза для вас! А для меня мучение... Или нет, как я там говорила, повторение — вам мучение, а мне развлечение, мои изуверчики.

- Вы не видите и не задаете реальность, а живете в ней, как рыбки в аквариуме.
- Вы забываете о своем внимании, потому что вас ведет сценарий.
- Кино вы изобрели лишь потому, что сами живете в кинокартине.
- Кино — это один из аспектов реальности, буквально ее модель.
- Сценарий — это программа вашего поведения на данной киноленте.
- Сценарием нельзя управлять, можно только задавать целевой кадр.

Снова возвращаемся к сакраментальному вопросу: *почему все не так, как я хочу?* Ответ вам уже известен, он состоит в том, что вы не знаете, в каком положении находитесь. Во всяком случае, до сего времени не знали. А возможно ли сделать так, чтобы было, как вы хотите? Ответ утвердительный, только делаете вы все неправильно.

Представьте, вы проснулись в кинокартине. Что вы способны там изменить? Кино крутится независимо от вас. Повлиять на события и

людей нельзя — там все предопределено. Однако именно этим вы и порываетесь заниматься. Порыв возникает в тот момент, когда у вас мелькает проблеск осознания, что все идет не так, как вы хотите. Но на этом проблеск и угасает.

В силу того что вы, будучи неменяемыми персонажами, все-таки обладаете самосознанием, вами владеет сильное искушение управлять ходом событий и людьми напрямую — воздействуя на них, влияя на них в текущем кадре. Но вскоре сами убеждаетесь в том, что это невозможно, и тогда вас начинает мучить вопрос «каким образом?». А этого вам тоже знать не дано, поскольку сценария вы «не читали».

Итак, если сценарий неизвестен, управлять им нельзя, людьми тоже, то что следует делать?

*Первое: двигать грядущий кадр.*

*Второе: двигать себя.*

*Третье: двигать собой.*

Это все, что имеется в вашем распоряжении.

Первое вам уже известно: *задавать целевой кадр*. Вы думаете, почему я эту мысль повторяю так часто? Потому что вы крепко засели в улиточном домике, своем шаблоне, в соответствии с которым грядущую реальность задавать нельзя, а можно только воевать с текущей действительностью. А все как раз наоборот. Задавая реальность, вы получаете ту киноленту, где сценарий работает на вас, если, конечно, вы ему не мешаете, а извлекаете пользу.

О третьем поговорим далее, а пока второе: что значит двигать себя? Вот представьте, вы в кино, кино крутится, изменить его вы не можете, однако вам ничто не мешает меняться самим. Не верьте тем, кто вас убеждает, что нужно оставаться собой. В определенной мере — да, нельзя терять свой стержень, свою самобытность, уникальность. Но что же теперь — так и оставаться улитками? Вы этого хотите?

*Надо менять себя, не изменяя себе.* Вы поймете, что я имею в виду. Совершенствовать себя — не значит изменять себе. Вы изначально были созданы Природой как само совершенство, даже с учетом

недостатков, которые есть у каждого. Но *там, где нет развития, идет деградация*. Таков закон. Вам следует знать, что необходимо работать над собой, развивать себя в физическом и духовном плане, если не хотите превратиться в сморщенных слизней.

От вашего совершенствования многое зависит. В каждом из вас есть Искра Создателя — вот и разжигайте ее. Искра не повелителя, а именно Создателя. Повелевать — еще одно искушение. Нельзя поддаваться этому искушению. Создавайте свою реальность и себя как совершенство. Верховный Создатель не нарушает данное правило — он не повелевает вами (а что толку, вы все равно не слушаетесь), он создает. И вы тоже способны.

Как и зачем заниматься физическим саморазвитием, вам и без меня известно. Кому нужны сморщенные слизни, что они могут? Только морщиться, жалуюсь на судьбу. Звучит жестко и малопривлекательно, но это правда, от которой не спрячешься в домик.

В духовном же плане нужно *становиться светлячками* в царстве теней. Я уже объясняла, как это делать: просветлять свое внимание, то есть вовремя отслеживать его, видеть себя и видеть реальность. Уже лишь делая это, вы начинаете светиться. А если еще вдобавок станете излучать! Что именно? Для вас вопрос? Ну, разумеется, то, что вас самих привлекает. *Излучать радость, любовь и праздник*.

В таком случае улитки со всей округи сползутся к вам, протягивая рожки. Даже не меняя киноленты, вы способны завоевать всеобщую симпатию. Кино крутится, все то же, а вы в нем — мегазвезда. И требуется для этого — всего ничего — научиться отслеживать свое внимание и направлять его в нужное русло. Разжигать в себе Искру Создателя — весьма приятное занятие и достойная цель, не правда ли?

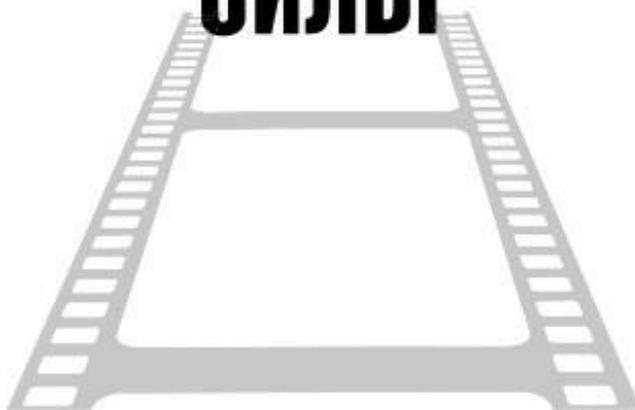
И еще пару нюансов сообщу вам.

1. Следует не только «задавать реальность», но и *делать* то, что от вас требуется по сценарию. Сначала задать, а затем, перепрыгнув на новую киноленту, предпринять все необходимое: сходить, сказать, сделать. Да, вот это все уже в текущем кадре. Вы же не

думали, что можно обойтись лишь одними мысленными установками, лежа на диване?

2. Не только для себя извлекать пользу, но и остальным улиткам позволять то же самое. *Польза себе и польза другим* — должно войти в список вашего кредо. В противном случае опять начнется все та же бессмысленная канитель с вашим стремлением управлять событиями и людьми. Вот так, вот так, мои славные!

# ПОВЕЛЕНИЯ СИЛЫ



**И**дите уже ко мне, мои улитки! Хочу вас обрадовать. Знаете, в чем состоит основной замысел сценария после ваших 20 лет? Ваша деградация. Вы рады? Почему нет? У вас есть надежда, у вас есть я!

- Вы не способны изменить данную киноленту, даже проснувшись в ней.
- Но, задавая реальность, вы получаете другую, где сценарий работает на вас.
- Если не будет развития, пойдет деградация.
- Вы изначально созданы как само совершенство.
- В каждом из вас присутствует Искра Создателя.
- Занимаясь саморазвитием, вы разжигаете в себе Искру Создателя.

У вас есть выбор: либо позволить сценарию двигать вами, либо взять себе себя, чтобы *двигать себя* и тем самым значительно отсрочить исполнение замысла.

Теперь, прежде чем приступить к объяснению, что значит *«двигать собой»*, мне следует еще раз вернуться к вопросу о вашем стремлении управлять сценарием. Потому что данный вопрос очень важен. А еще потому, что это ваша паранойя, мои надоедливые. Приходится

постоянно вам объяснять, чего делать нельзя и что такое то, чего нельзя делать. Навострите свои рожки и слушайте внимательно.

Вы постоянно чего-то хотите от людей или событий, стараетесь их принудить или как-то повлиять, чтобы было по-вашему, и при этом мучаетесь вопросом, каким образом все это осуществить. Например, желая произвести впечатление на особь противоположного пола, чтобы та согласилась на свидание с вами, затеваете брачный танец сойки, в своем понимании, но в итоге получаете от ворот поворот. Почему?

Будучи наделенными самосознанием, вы задаетесь вопросом «каким образом?» и выстраиваете целую стратегию соблазнения из своих на то соображений. Да, в момент постановки такого вопроса у вас просыпается самосознание, и оно же вам мешает, поскольку вы держите в голове не цель, а свои глупые соображения о том, как ее осуществить. Вымышленный вами сценарий вступает в противоречие с реальным, но вы настаиваете на своем и в итоге все портите.

Сойка, в отличие от вас, действует совершенно бессознательно, полностью подчиняясь сценарию как инстинкту. У сойки больше шансов, потому что в ее голове *только цель* и никаких собственных измышлений на тему «каким образом?». Вы никогда не пробовали так действовать, верно? А попробуйте. Просто подойдите к своей пассии и, ни о чем не думая, скажите и сделайте, что на ум взбредет. Если в мыслях *только цель*, сценарий сам поведет вас к цели.

Единственным отличием от сойки в вашем поведении должно быть осознанное наблюдение за собой. Вам нужно следить за собой, за своим вниманием, чтобы оно не срывалось опять в выдумывание собственного плана, а *следовало* едва ощутимым толчкам сценария как *повелениям Силы*.

Это одновременно и сложно, и просто. Сложно, потому что такое для вас необычно и непривычно: от своих мотивов отказаться, а внешней Силе подчиниться. И просто, потому что вы эти повеления Силы сами почувствуете, если осознанно и намеренно *позволите* ей вести вас.

Вот сейчас вы осознаете, о чем я вам рассказываю? Все о том же, *о*

*принципах гуляния живьем в кинокартине.* Данные принципы парадоксальны. Парадоксальны они потому, что идут вразрез с вашими представлениями и привычками. Вы и в бессознательном состоянии противитесь сценарию, а когда просыпаетесь, так вам еще более не терпится действовать по своему произволу.

А надо поступать и мыслить наоборот. Не противиться рефлекторно и бессознательно, а подчиняться нарочно и осознанно. Представьте, вы манекен, у вас восковое лицо, невидящий взгляд, и двигаетесь вы как заведенный, неодушевленный. Но вдруг вы входите в состояние осознания, глаза у вас загораются и... и это единственное, что должно вас отличать.

Вы, конечно, будете светиться особым внутренним светом, вызывая у спящих бессознательную к себе симпатию. В остальном же надлежит не выделяться, а *следовать*, как все, в потоке киноленты. Проснувшись, вы продолжаете двигаться механически в толпе других манекенов и делаете то же, что и все, не выдавая своего присутствия. Притворяетесь спящими, а сами тайком меняете киноленты.

Не забыли, как это называется? Имитация действия. Сознательно позволяя сценарию вести вас, вы на самом деле *водите себя сами*, используя Силу и Мудрость сценария. И тогда все выходит гладко и ладно. А не позволяя, все портите. У вас и получается «все не так, как я хочу» в том числе потому, что не позволяете.

Кто-то может возразить: с какой стати я должен верить и полагаться на Силу и Мудрость сценария, который ведет неизвестно куда, да и есть ли у него эти Сила и Мудрость? Тем более, есть ли у него заинтересованность в том, чтобы было, как я хочу?

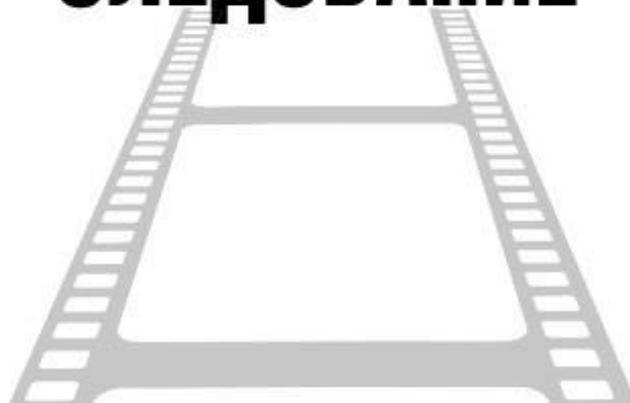
Заинтересованности как таковой у сценария, конечно, нет. Но в некотором смысле он будет слушаться вас, если вы будете слушаться его. Почему он будет слушаться и почему на него следует полагаться, поговорим немного позже. А пока ответим на простой вопрос: возможно ли ему противиться в принципе и стоит ли?

Допустим, ваша пассия согласилась на свидание. Что обычно делаете

вы, готовясь к встрече? Строите свой план и свои ожидания. От событий хотите, чтобы все шло по вашему плану, а от пассивности ожидаете, чтобы она вела себя так, как вам по нраву.

В реальности же все выходит иначе, что порождает ваше недовольство вместе с негативными реакциями и последствиями. Но вы рассудите сами: почему события должны складываться так, как вы задумали, а люди должны вести себя так, как вы ожидали? Это все равно что смотреть фильм или сериал и хотеть от сюжета, чтобы он развивался в соответствии с вашим сценарием, а от героев — чтобы они поступали в соответствии с вашими ожиданиями. У вас это получится? Нет. Вот абсолютно все так же и в том кино, которое вы считаете своей жизнью.

# СЛЕДОВАНИЕ



**Х**ей-хей, уже веселей! Уже много знаете, мои хорошие, но еще далеко не достаточно, чтобы свободно разгуливать в кинокартине. Повторяем-повторяем!

- Вопрос «каким образом?» уводит вас от целевых установок и самой цели.
- Желание «чтобы все было по-моему» все портит и тоже уводит от цели.
- Сопротивление сценарию навлекает на вас массу неприятностей.
- Если в мыслях только цель, сценарий сам поведет вас к ней.
- Не противиться, а следить за собой и следовать в потоке киноленты.
- Учиться чувствовать повеления Силы и следовать повелениям Силы.

Если управлять событиями и людьми на текущей киноленте невозможно, тогда что нужно делать? Отпустить, и тех, и других, позволить киноленте крутиться, как она крутится, а людям жить, как они живут. Зачем вам текущая кинолента, если вы способны ее сменить? А почему вы решили, что имеете право оказывать влияние на людей? Отпустите их всех, и они вас отпустят, а еще прибегут к вам и сделают все, что хотите. Но об этом позже.

Напоминаю снова: *в голове должен быть не ход событий или*

***поведение (поступки) людей, а конечный результат — целевой кадр.*** Нельзя и невозможно противиться сценарию, даже в состоянии присутствия. Все изменения в реальности, которые будут происходить *по вашей воле*, — это результат перехода на другую киноленту. На текущей киноленте вы со сценарием ничего поделать не сможете.

Кто-то возразит: а вот я проснулся и сознательно, намеренно вздумал вырваться из сценария. Допустим, совершить что-то из ряда вон выходящее, например, ни с того ни с сего дать кому-то по рожкам. Может, и сам в ответ получу, но ведь я нарушил сценарий, находясь в состоянии присутствия!

Во-первых, вы не можете утверждать, что этот ваш финт не входил в сценарий. А во-вторых, ну и финтите себе на здоровье, только что проку? Мы ведем речь о решении ваших проблем и *достижении труднодостижимых целей*. О том, почему ваши мечты не сбываются. Финты с реальностью ни к чему полезному не приведут. С реальностью шутки плохи, с ней надо обращаться грамотно. Вот о чем речь.

Все остальное — мелочи, а также малозначительные исключения из правил, которые, несомненно, тоже имеются и которые вы, по ходу своих экспериментов, можете заметить. Но все эти мелочи недостойны внимания. Лучше сосредоточиться на главном, на том, что имеет принципиальное значение. А посему перейдем к конкретике.

Смысл и принцип гуляния в кинокартине состоит не в том, чтобы, проснувшись, начать вытворять там собственный произвол, а, напротив, сознательно повиноваться. Задание реальности и смена киноленты — вот в чем заключается ваш произвол. Во всем остальном — *просыпаться, наблюдать и следовать*.

*Просыпаться* затем, чтобы осознанно сделать три вещи.

1. Отказаться от управления сценарием.
2. Начать следовать сценарию.
3. Задать целевой кадр.

*Наблюдать* затем, чтобы...

1. Отслеживать свое внимание.
2. Отслеживать и получать пользу.
3. Отслеживать и подсвечивать надвигающийся кадр.

*Следовать* затем, чтобы использовать Силу и Мудрость сценария. Сценарий, как река, всегда движется по оптимальному пути. Ваше первое дело — указать ему пункт назначения, цель. Как достичь этой цели, просчитать вы не сможете. Слишком много вариантов, нюансов, людей, обстоятельств, событий, и все они — неизвестные одного уравнения. Сценарий же решит такую задачу с легкостью. Поэтому ваше второе дело — следовать ему.

Следование — это не совсем то, о чем мы говорили, обсуждая принципы Пользы и Позволения. *Следование — это умение чувствовать повеления Силы и подчиняться им.* Но чувствовать не всегда и требуется. Зачастую достаточно осознанно наблюдать, как развиваются события, и просто принимать их, действовать в соответствии, а не противиться.

*Для того чтобы почувствовать, куда вас толкает сценарий, достаточно войти в состояние присутствия, увидеть себя и увидеть реальность.* Если реальность не дает четкого ответа, куда следовать, значит, внимательней прислушаться к себе, к своим ощущениям. В состоянии присутствия вы это сможете, легко. Трудно лишь вовремя себя отследить, чтобы проснуться.

Здесь вам в помощь всевозможные активаторы, которые мы задействовали в алгоритмах слежки за вниманием, подсветки кадра и пользы. Активаторы необходимо использовать *все и постоянно*, чтобы они вошли привычку. Только так можно научиться *вовремя просыпаться*. Не будет такой привычки — ничего не будет. Умение вовремя проснуться — это главное.

В дополнение к перечисленным даю вам активаторы контроля. Самой вредной вашей привычкой является стремление все контролировать: сценарий, события, людей.

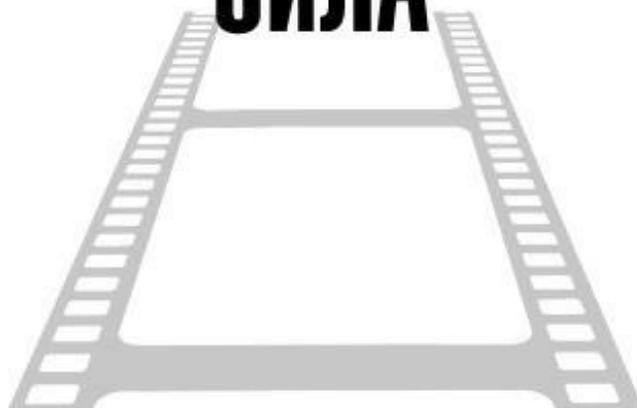
1. Я чего-то хочу от людей или событий.

2. Я хочу, чтобы все шло по моему плану.
3. Что-то идет не так, как я хочу.

Необходимо привычку «контролировать» заменить новой привычкой — *отпускать и следовать*. А теперь собственно *алгоритм следования*.

1. Поймать себя на активаторе контроля.
2. Проснуться: вижу себя и вижу реальность.
3. Задаться вопросом, почувствовать: что говорит первое повеление?
4. Если ответ найден, следовать повелению.
5. Если ответа нет, задать целевой кадр и снова стремиться следовать.

# ВНЕШНЯЯ СИЛА



**Н**у как, мои тихие и безропотные, вы уяснили, что гуляние живьем — это вовсе не разгул типа «что хочу то и вытворяю»? Напротив, на прогулке я сама кротость: «веду себя тихо, не выдаю присутствия, наблюдаю и следую». Но вы также поняли, что на самом деле все это — сплошное притворство и имитация. Повторяем принципы.

- Просыпаться, наблюдать, следовать.
- Задать целевой кадр и следовать сценарию.
- Следовать, чтобы использовать Силу и Мудрость сценария.
- Постоянно задействовать активаторы, чтобы они вошли привычку.
- Привычку «контролировать» заменить другой — *отпускать и следовать*.
- Следование — это умение чувствовать повеления Силы и подчиняться им.

(Не надо только путать повеление Силы с желанием потворствовать своим слабостям и дурным наклонностям, мои сладкие!)

Следуя первому порыву, повелению или, как это еще называется, интуиции, предчувствию, вы делаете верный шаг. А не слушаясь повеления, совершаете ошибку. Ваше непослушание не равнозначно

вашей свободе. Вы и выходите из повиновения сценарию лишь на миг, чтобы совершить ошибку. Дальше он опять берет вас в оборот, но уже по худшей программе, с учетом ошибки.

Причиной вашего неповиновения в данном случае является ваше самосознание или, точнее, сомнение. Оно служит вам во вред, потому что используется не по назначению — вместо правильных действий совершает неправильные. Ваше сомнение не знает, где и в каком положении находится. Я же вам подробно рассказываю, что находитесь вы в кино, в положении персонажей, а также объясняю, как нужно правильно действовать, чтобы выйти из данного положения.

На прошлых уроках мы говорили о том, что сценарий — это программа всего вашего поведения и всех ваших действий на данной киноленте. Но всего и всех ли? Есть два исключения: полезное и вредное. Вредное я уже назвала — это неповиновение сценарию.

Полезное исключение возникает в тот момент, когда вы просыпаетесь и осознанно задаете реальность. Это единственное, что не входит в сценарий. Сценарием не предусмотрено исключение, в соответствии с которым вы способны сменить киноленту и таким образом оказаться во владении другого сценария.

Видите, как интересно устроен мир: *сценарий не знает о вашей способности менять киноленты*. Создатель даровал вам такую привилегию. Больше никто, кроме вас, ни одно живое существо такой не имеет! Вы сами — исключение из общих правил. А не пользуетесь!

Даже сценарий, как я уже говорила, может быть вам послушен. В каком смысле? Когда вы задаете реальность, текущий сценарий вас отпускает и уступает место другому, на той киноленте, куда вы перемещаетесь в момент подсветки целевого кадра.

Как вы знаете, у вас имеется два центра намерения — внутренний и внешний. Внутренний центр расположен во лбу. Внешний — на кончике косицы. Внутреннее намерение отвечает за вашу обычную функциональность в текущем кадре. О внешнем намерении пока упоминалось лишь вскользь, когда речь шла о принципе «быть ни при

чем».

Напомню еще раз: *вы гуляете живьем в кино, когда вниманием присутствуете, а намерением двигаете*. Двигаете кадр, но не своим узколобым намерением, а внешним. Внешнее намерение потому так и названо, что оно не ваше, вам не принадлежит и не подчиняется. Как же тогда им двигать и что это вообще такое?

Можно предположить, что сценарий и есть внешнее намерение, однако это не совсем так. Имеется нечто, стоящее над сценарием. Внешнее намерение — это некая Сила, *движок реальности*. Ее *активная составляющая* крутит киноленты так, как им предначертано крутиться. Кем и зачем предначертано — большой и сложный вопрос, и мы им заниматься не будем. Для нас важнее то, что мы можем поделаться с этой «предначертанностью».

Напрямую воздействовать или как-то влиять на Силу нельзя, но использовать косвенно можно. У вас имеется точка доступа к Силе — ваш внешний центр, косица. Если вы невменяемы, Сила берет вас за косицу и ведет по сценарию, как марионетку. А когда вы, просыпаясь, входите в состояние присутствия и берете косицу «в свои руки», у Силы возникает ее *реактивная составляющая* — метасила. Вот она-то и запускает другую киноленту, в соответствии с заданным вами кадром.

Алгоритм, как с косицею обращаться, мы уже проходили. Повторим его еще раз.

1. Проснуться и войти в точку осознания (присутствия).
2. Активировать косицу (обратить на нее внимание, почувствовать).
3. Не отпуская внимания с косицы, задать целевой кадр.

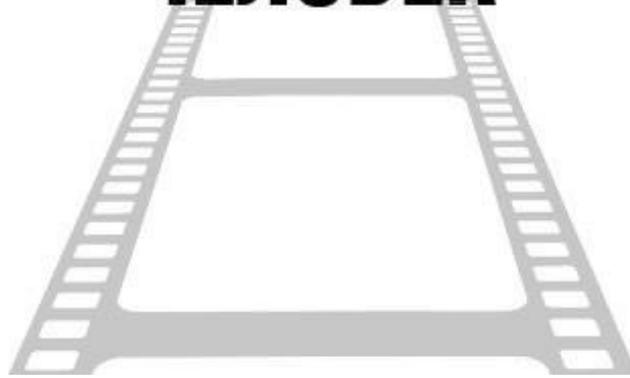
Как только вы вошли в состояние присутствия, ваше внимание стало принадлежать вам. Как только вы активировали косицу, нить марионетки тоже оказалась в ваших руках. Теперь вы, не отпуская свою ниточку, устремляете внимание на внутренний экран и рисуете там картину будущего — задаете целевой кадр.

Внимание находится одновременно на внутреннем экране и на

косице. Внимание косицу чувствует, а на экране (визуально, и/или в словах, мыслях) рисует. Рисует не из внутреннего центра, а из внешнего, который как бы ваш, но и не ваш. Вы применяете не явную и осязаемую силу, а мнимую и неосязаемую *метасилу*, которая действует где-то *позади вас и помимо вас*.

Вы ни при чем, вы ничего напрямую не делаете, а всего лишь *косвенно способствуете и наблюдаете, как оно само делается. Не заставляете, а позволяете*, чтобы оно само делалось. Уловите и запомните ощущение, которое возникает *позади вас и помимо вас*, — это ваше прикосновение к Силе. Если научитесь владеть данным ощущением, Сила пребудет с вами.

# БУМАЖНЫЙ ЧЕЛОВЕК



**М**ы продолжаем изучать что? Не заснули? Не забыли? Технологию гуляния живьем. Не волнуйтесь, мои нежненькие, это не так сложно. Требуется лишь практика, постоянная, систематическая. Если еще не пробовали, а только читали, или слушали, или на меня во все глаза глазели, попробуйте, у вас все легко получится.

- Кадром двигает не внутреннее намерение, а внешнее.
- Внешнее намерение — это некая Сила, движок реальности.
- Метасила — это реактивная составляющая Силы.
- Косица — это ваш внешний центр, точка доступа к Силе.
- Сила используется косвенно, как метасила, через посредство косицы.
- Метасила запускается, когда вы активируете косицу и задаете реальность.

Итак, вы гуляете живьем в кинокартине, когда вниманием присутствуете, а намерением двигаете. В противном случае вы не вполне живые, и уж совсем не гуляете, а исполняете предписанную роль.

Как бы еще вас обидеть? Когда вниманием отсутствуете, вы не в себе,

вас вообще нет — вы просто персонаж. Как иллюстрация из книжки. Можете вырезать из бумаги человечка и вставить его в книгу меж страниц. Вот это и будете вы.

Что может бумажный человек, или, что то же самое, бумажная улитка? Сидеть заключенным в книге. Все. Единственное, что вас отличает от чистого персонажа, — это редкие проблески самосознания, когда вы возмущаетесь: почему все не так, как я хочу? Но на этом отличие и заканчивается.

Все не так для вас, потому что вы всегда действуете в лоб, своим узколобым намерением. Хотите, чтобы вас любили, уважали, чем-то помогали вам, что-то давали, и по-детски непосредственно требуете: люби меня, уважай меня, помогай мне, дай мне.

Со стороны картина выглядит так: вы, стоя перед зеркалом, протягиваете ручки и говорите «дай!», стараясь притянуть отражение к себе. Однако отражение в ответ делает то же самое. Не дает, а отнимает. В реальности, как в зеркале, вы всегда получаете отражение всех ваших мысленных установок и действий. *Каков посыл, такова и отдача.*

Как вы, наверно, не помните (ведь не помните?), я уже говорила, что, даже находясь в неменяемом состоянии, вы все же в какой-то степени задаете реальность. Не столь эффективно, как в намерении и осознании, с косицей, но все же задаете. Особенно когда от всего сердца выражаете неприятие. Реальность, как правило, реагирует зеркально. *Что туда посылаете, то и получаете.*

Но реальность — это не простое, а парадоксальное зеркало. Парадоксально оно в том, что вы, смотрясь в него, не видите себя со стороны. Потому что отражение — это окружающая вас действительность, текущий кадр. И вы, своим вниманием, целиком погружены в это отражение. А значит, и ваше Я буквально вклеено в кинокартину, как персонаж или как иллюстрация в книгу.

Будучи персонажем внутри кино, вы не способны его менять и двигать. Собой вы двигать тоже не можете, ваше Я там растворяется и вообще не существует. *Вы обретаете способность двигаться и*

*двигать, когда вытаскиваете внимание из кинокартины.* Или из зеркала, что то же самое.

Тело остается там, внутри, в отражении, а внимание оказывается здесь, снаружи, со стороны образа. И тогда вы видите себя, стоящего перед зеркалом, и видите реальность как отражение всех ваших мыслей и действий. Только видя себя здесь, перед зеркалом, вы получаете возможность двигать собою так, чтобы в отражении иметь «все, как я хочу».

Как вы, наверное, не догадались (ведь не догадались?), речь идет снова и опять о вашем *присутствии*. Вы — это ваше внимание. Вы — либо живой индивид, и вы есть, либо бумажный персонаж, и вас нет. Вы присутствуете в кино, когда вниманием находитесь в зрительном зале, где видите себя и реальность. Где экран, по своей сути, есть зеркало.

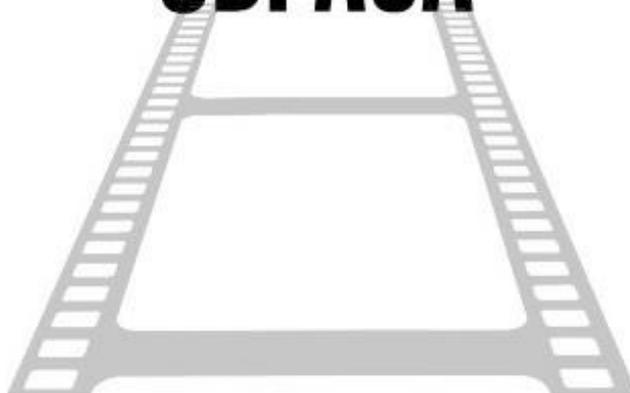
Отличие экрана или зеркала реальности от обычных зеркал и экранов состоит в том, что образ и отражение в реальности совмещены. Вы наблюдаете вокруг себя одно изображение, не разделенное поверхностью надвое. Но суть от этого не меняется. Окружающая вас действительность формируется образом ваших мыслей и действий. Если, стоя перед зеркалом-экраном, вы двигаете собой осознанно, то и отражение получаете соответствующее. Фактически снимаете свое кино, свою реальность.

*Первое*, что необходимо для того, чтобы снимать свое кино, — это *проснуться, войти в состояние присутствия*. Представьте, что вы ожили в кинокартине. Вы не смотрите фильм, как обычно, а живете в нем. Ощутите это. Откройте глаза и взгляните по-новому на все, что вас окружает. Освежите свой взгляд. Вы увидите, как цвета стали сочнее. А теперь ощутите себя не персонажем фильма, а сторонним пришельцем. Вы вошли в кино как инсайдер. Никто об этом не знает, только вы знаете. Телом — вы внутри кино, а вниманием — снаружи. *Ощутите свою отдельность, свое присутствие.*

*Второе.* Перед тем как чего-то хотеть, ожидать, просить от людей и реальности, необходимо представить, что вы стоите перед зеркалом, и задаться вопросом: *что нужно сделать, чтобы отражение двинулось*

*навстречу?* Очевидно, самим сделать первый шаг. Вместо обычной манеры тянуть на себя одеяло и тупо твердить «дай-дай-дай», вы просыпаетесь и осознаете, что зеркало реальности всего лишь повторяет ваши движения. И если хотите что-либо получить, необходимо сначала нечто подобное дать. Даже неважно, что именно. Просто замените свое «дай» на обратное — «возьми». И тогда в отражении, как по волшебству, получите то, что хотели. *Каков посыл, такова и отдача.*

# ЗАДАНИЕ ОБРАЗА



Как всегда, мои хорошие, прилежно повторяем пройденное.

- Реальность, как зеркало, отражает все ваши мысли и действия.
- Ваши мысли и действия: люби меня, помогай мне, дай мне.
- В отражении вы получаете буквально то же самое: дай-дай-дай.
- Действуя узколобым намерением, вы не видите себя со стороны.
- Чтобы увидеть себя со стороны, войдите в состояние присутствия.
- Освежите взгляд, ощутите свою отдельность в кинокартине.
- Категорически замените все свои «дай» на «возьми».

Исходя из сказанного следует, что все свои действия необходимо соотносить с зеркальным свойством реальности. Прежде чем чего-то хотеть и требовать от окружающих, надо войти в состояние присутствия и задаться вопросом: *что нужно сделать, чтобы отражение двинулось навстречу?* Очевидно, сделать первый шаг. Какой шаг нужно сделать в вашем случае?

Глупые улитки соотносят свои действия, только когда стоят перед обычным зеркалом, где видят себя в отражении. Но ведь вы, мои золотые, теперь такими умными стали или, по крайней мере, теперь такими хитрыми будете, что будете понимать: *мысли и действия надо*

*выстраивать с учетом зеркала, даже если его явно не видно.*

Например, вы нуждаетесь в любви и симпатии. Представьте, что стоите перед зеркалом. Двигайте собой так, чтобы в отражении получить желаемое. Как следует двигаться? Не добиваться любви, а излучать любовь и любить. Не добиваться симпатии, а излучать обаяние и испытывать симпатию.

Можете примерить этот принцип на себя сами. Кто вам более симпатичен: тот, кто вас любит, или тот, кто добивается вашей любви? Тот, кто вам бескорыстно что-то дает, или тот, кто выпрашивает? Тот, кто вами искренне интересуется, или тот, кто требует к себе внимания?

Руководствуйтесь следующей таблицей для задания нужного образа:

<b><i>Вы хотите:</i></b>	<b><i>Создаете образ:</i></b>	<b><i>Получаете в отражении:</i></b>
<i>Приятного общения</i>	<i>Внимательно слушаете</i>	<i>С вами хотят общаться</i>
<i>Быть интересными</i>	<i>Проявляете интерес</i>	<i>Вами интересуются</i>
<i>Получить помощь</i>	<i>Помогаете</i>	<i>Вам помогают</i>
<i>Добиться понимания</i>	<i>Стараетесь понять</i>	<i>Вас понимают</i>
<i>Добиться сочувствия</i>	<i>Сопереживаете</i>	<i>Вам отвечают взаимностью</i>
<i>Получить одобрение</i>	<i>Одобряете</i>	<i>Вас одобряют</i>
<i>Добиться уважения</i>	<i>Уважаете</i>	<i>Вас уважают</i>
<i>Получить благодарность</i>	<i>Благодарите</i>	<i>Вас благодарят</i>
<i>Нравиться окружающим</i>	<i>Проявляете симпатию</i>	<i>Вы нравитесь</i>
<i>Добиться восхищения</i>	<i>Восхищаетесь</i>	<i>Вами восхищаются</i>
<i>Быть любимыми</i>	<i>Любите</i>	<i>Вас любят</i>

Просто выстраивайте все свои мысли и действия со знаком плюс. Все ваши «дай» имеют знак минус и не работают или, вернее, работают наоборот. Точно так же все ваши негативные мысли и действия возвращаются к вам бумерангом.

<b><i>Вы этого не хотите:</i></b>	<b><i>Не делайте этого:</i></b>
<i>Столкнуться с агрессией</i>	<i>Не проявляйте агрессию</i>
<i>Выслушивать критику</i>	<i>Не критикуйте</i>
<i>Получить осуждение</i>	<i>Не осуждайте</i>
<i>Понести ущерб</i>	<i>Не вредите другим</i>
<i>Бояться</i>	<i>Никому не угрожайте</i>
<i>Быть неприятной личностью</i>	<i>Не доставляйте неприятности</i>

Вы не хотите, чтобы на вашу голову посыпался град бумерангов непонятно откуда? Ну так не кидайте их в зеркало. Зеркало не всегда возвращает все в точности. Причинно-следственные связи всяких бед зачастую не прослеживаются явно. Единственное, что срабатывает неотвратно, — это возвращение бумеранга, рано или поздно, в той или иной форме. Сделал другим плохо? Отгребай сам по полной, в различных вариациях. А сделал хорошо? И тебе воздастся.

А теперь конкретный **алгоритм образа**. Как только вы чего-то захотели от людей, проснитесь и встаньте перед зеркалом. Что нужно сделать, чтобы отражение двинулось навстречу? *Дать другим то, что хотели бы получить сами.*

1. Поймать себя: я что-то хочу получить от людей.
2. Войти в присутствие: хотеть бессмысленно, надо давать.
3. Задаться вопросом: что могу я дать подобного?
4. Если подобное найдено, дать сейчас и давать впредь.
5. Если подобное не найдено, дать что угодно любое.

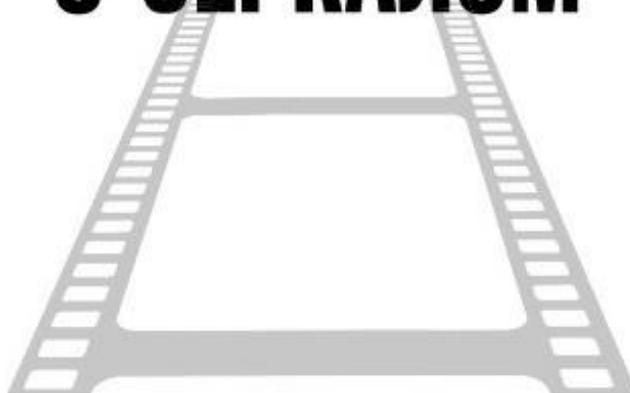
Не всегда бывает возможно или уместно дать именно то, что хотите получить или, по крайней мере, нечто схожее. Можно дать что угодно, в чем человек нуждается или что ему будет приятно. От комплимента до подарка. Определить, в чем он нуждается, несложно, для этого требуется всего лишь проявить к нему искренний интерес. А дальше —

все просто, все со знаком плюс.

Общий принцип задания образа: *не претензии к миру, а любовь*. На самом деле все, что вам нужно, — это любовь. Но вы неправильно понимаете эти слова. Хотите, чтобы вас все любили. Думаете, сначала вас полюбят, а потом вы полюбите мир. Но надо совсем наоборот — вы любите, излучаете любовь, не требуя ничего взамен, и только потом и только тогда любовь сама приходит к вам.

В то же время существует тип людей, которые будут охотно пользоваться вашей любовью, со своей стороны ничего не отдавая. От таких держаться подальше. Они вам не нужны. А ко мне поближе-поближе, мои славные! Я Тафти, ваша жрица!

# ОБЩЕНИЕ С ЗЕРКАЛОМ



**И** вот, и вот, мои хорошие и пригожие! Теперь вы умеете двигать собой. Не ждать, не просить и не требовать, а двигать своим образом так, чтобы в итоге получать желаемое. Как бы стоя перед зеркалом.

- Действия следует соотносить с зеркальным свойством реальности.
- Что нужно сделать, чтобы отражение двинулось навстречу?
- Дать другим то, что хотели бы получить сами.
- Все ваши «дай» имеют знак минус и работают наоборот: не получишь.
- Негативные мысли и действия возвращаются к вам бумерангом.
- Выстраивайте все свои мысли и действия со знаком плюс.

Итак, что вы можете делать в текущем кадре, помимо задания грядущей реальности? *Двигать себя и двигать собой.* Если вы занимаетесь саморазвитием, да еще плюс к тому владеете техникой задания образа, вам нет равных среди прочих улиток.

Жалкие попытки подвинуть сам текущий кадр, то есть повлиять непосредственно на ход событий, ни к чему не приведут или дадут

обратный эффект. Стремиться оказывать влияние на людей тоже бессмысленно. Они персонажи, их ведет сценарий, как и вас. Вы по себе посудите: разве можно на вас как-то повлиять? Вам хоть кол на голове теши, если вы сами не захотите, никакое влияние на вас не подействует. Ведь так, мои непоколебимые?

Повернуть ход событий в кино можно только путем смены самой киноленты, но никак не внутри нее. И на людей вы можете повлиять лишь косвенно (методы принуждения, естественно, не рассматриваем), *вступая с ними в отношения по зеркальному принципу*. Это единственный способ заставить их *самих захотеть* сделать то, что вам надо.

Но почему люди сами захотят сделать или дать то, что вам надо? Такова особенность реальности — *это не просто кино, а еще и зеркало*. Задание образа действует подобно заданию реальности, только механизм здесь другой — зеркальный. Вы не способны задать поведение людей, как это делаете с реальностью.

Если, задавая целевой кадр, вы как бы принудительно заставляете конкретного человека плясать под вашу дудку, это, скорей всего, не сработает или сработает наоборот, потому что вы тем самым делаете двойное нарушение правил — вторгаетесь в чужой сценарий.

В вашем распоряжении только ваша отдельная реальность, касающаяся вас. Поэтому в целевом кадре центральной фигурой должны быть только вы сами, как представляете себя в мечтах: вы звезда на сцене, вы в кресле директора, вы на своей яхте. Все остальные фигуры в кадре должны быть на втором плане, как декорации.

Запомните хорошенько: *задавать реальность можно, задавать людей нельзя*. С ними можно только вступать в зеркальные отношения. Хотите чего-то конкретного от конкретных людей? Идите к ним и общайтесь с ними внутри данного кино, с учетом того, что это кино зеркальное.

Невозможно, например, никоим образом *заставить конкретную личность* пойти с вами под венец. А представить в своем целевом кадре,

что вы идете под венец *с абстрактной (воображаемой) личностью*, неким идеалом или что вы живете счастливо в своем будущем доме в своей будущей семье, — можно. Тогда ваша кинолента сменится на другую, где вам встретится тот человек, с которым такой сценарий может реализоваться. Если же у вас на примете конкретная личность, не трудитесь «снимать кино с ней» — не получится, идите и *общайтесь с ней, как с зеркалом, задавая свой образ*.

Главное (повторяю-повторяю, мои забывчивые, снова-снова!) — *не забывайте, где находитесь*. Находитесь вы в кинокартине, в окружении персонажей, ведомых сценарием. Кинокартина эта является, с одной стороны, кинолентой, которую можно сменить. А с другой стороны, это зеркальная реальность, обманчивая тем, что не имеет видимой поверхности, разделяющей образ и отражение.

Вы способны проснуться в этом кино, оглядеться и начать гулять живьем, как осознанные индивиды, воздействуя на реальность по своему усмотрению. В противном случае вы такие же персонажи, мои жалкенькие, как и все остальные, и ведет вас сценарий, и действуете вы, как в тумане, как во сне, и тогда от вас мало что зависит.

Еще одна вещь, которую следует знать и помнить. В отличие от персонажей сновидения, полностью подчиненных сценарию, или от животных, подчиняющихся инстинкту и опять же сценарию, вы все-таки наделены каким ни на есть, а самосознанием. Хоть и просыпается оно изредка, проблесками, но все же оно у вас есть. А потому ведет вас не только внешний движок — сценарий, но отчасти и некий *внутренний побудитель*.

Что это такое? Очень просто. Это *потребность в собственной значимости и стремление к самореализации*. Представьте, вы родились. Что вы будете делать? Прежде всего, себе и всем доказывать, что вы не пустое место и родились не зря. Вот этим вы всю жизнь и занимаетесь. Формы и способы у всех разные, но суть одинакова.

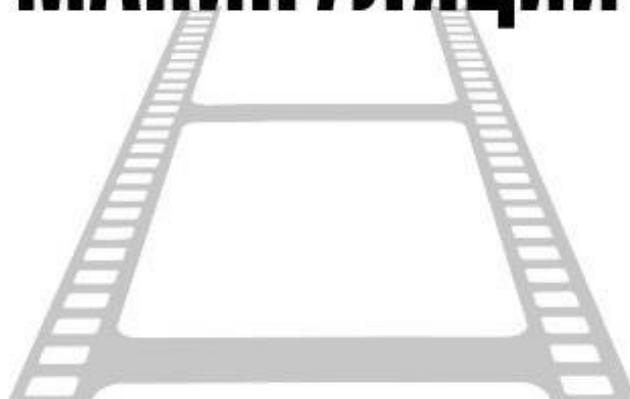
Отсюда вытекает еще один очень эффективный зеркальный принцип. *Если хотите завоевать расположение людей или чего-то от них добиться, задайтесь целью подчеркнуть их значимость и помочь в*

*самореализации.* Очевидно, вам придется на время забыть о своей значимости и переключиться на значимость других.

Принцип парадоксальный, потому что здесь все то же зеркало. *Вы извлекаете пользу для себя, когда думаете не о своей пользе, а о пользе для других.* В то же время, если не хотите нажить себе врагов, *всячески остерегайтесь задеть чужое чувство значимости.*

Как я вам уже говорила, *польза для других* должна стать частью вашего кредо. Тогда и с вашей самореализацией не будет проблем. Более того, ваша собственная реализация станет успешной *тогда и только тогда, когда в том и для других будет польза.* И наоборот, если в том, что вы делаете, другим пользы нет, тогда и вам самим проку не будет.

# МАНИПУЛЯЦИИ



**В**от так, вот так, мои хорошие! Вы опять ни при чем! На людей и события непосредственно не влияем, ручки за спиной, двигаем собой!

- Задавать реальность можно, задавать людей нельзя.
- С людьми можно только общаться, учитывая зеркальные принципы.
- Задавать реальность следует с абстрактной личностью и декорациями.
- Всячески остерегайтесь задеть чужое чувство значимости.
- Стремитесь подчеркнуть значимость людей и помочь в самореализации.
- Ваша собственная реализация успешна, только если несет пользу другим.

Не забывайте о присутствии, помните о зеркале. Просто помните, что возвращается как хорошее, так и плохое, бумерангом. В состоянии присутствия вы для спящих как светлячки, симпатичные и манящие. А если еще при этом и общаетесь с ними, как с зеркалом, тогда вы и подавно всеобщие любимцы.

Уже много секретов реальности знаете, но не расслабляйтесь. Над вами могут стоять другие продвинутые улитки, которые будут стремиться манипулировать вашим сознанием. Особенно те, кто по

сценарию наделен властью и средствами массовой информации. Поэтому держите рожки наостранными, не позволяйте себя водить, не засыпайте.

Манипуляция сознанием персонажа в текущем кадре — возможна. Как вам теперь известно, вас ведет внешний сценарий и внутренний побудитель. Второй в гораздо меньшей степени. Побудитель в основном задает вектор вашего движения, но двигает вами все-таки сценарий. Однако самые жадные улитки, в соответствии со своими побуждениями либо своим сценарием, могут пытаться менять направление вашего вектора в своих интересах.

Вот это и есть манипуляция — *управление чужим вектором*. Это может осуществляться, например, путем введения в заблуждение, или создания ложных ценностей и целей, или игрой на слабостях и нуждах. В отличие от зеркальных принципов, которые ваш вектор не трогают, а, напротив, помогают ему, манипуляторы вас уведут и используют. Поэтому всякий раз, когда вы чувствуете, что вам что-то навязывают, задавайтесь вопросом: *кому и зачем это может быть выгодно?*

Манипуляцией людьми мы заниматься не будем, постыдное это дело. А вот манипуляция реальностью — дело, можно сказать, справедливое даже. Реальность все время вводит вас в заблуждение своими иллюзиями. И вы в долгу не оставайтесь. Вам, моим тайным маньякам и скрытым извращенкам, это должно понравиться. Как это делается, расскажу вам.

Реальность имеет двоякую природу. С одной стороны, это кино, а с другой — объемное зеркало. И то и другое сбивает с толку. *Главная иллюзия состоит в том, что истинная природа реальности скрыта*. И пространства кинолента не видать, и зеркала как такового не заметно. Но если об этом знать и помнить, иллюзия перестает над вами властвовать.

Так, стоя перед обычным плоским зеркалом, вы наблюдаете одновременно образ и отражение, а потому соответствие между ними для вас очевидно. Однако очевидным данное соответствие было не всегда. Вы не помните о своих впечатлениях, как это было, когда вы в первый раз оказались у зеркала. Но я вам скажу: вы тогда ничего не

поняли. Для вас это было величайшей иллюзией, потому что принцип работы вам был неизвестен.

Иллюзия обычного зеркала и по сей день остается непостижимой, если взглянуть на него вне привычки. Иллюзия же зеркала реальности гораздо сложнее. Пространство не поделено пополам, и видимой границы между действительным и мнимым не наблюдается. *Вы находитесь одновременно снаружи и внутри зеркала.*

Причем это зеркало работает с задержкой, да еще и не один к одному. Любой ваш посыл срabатывает не сразу, и причинно-следственные связи не всегда прослеживаются. Представьте, насколько хитроумна такая иллюзия. Вся хитрость и коварство в том, что *реальность притворяется, будто не является зеркалом.*

И тем не менее даже с этой иллюзией можно совладать. Теперь вам известен принцип работы объемного зеркала, а также известно, что образ и отражение в нем совмещены. Что отсюда следует? Это значит, созданный вами образ может стать отражением, а отражение может перетечь в образ. Другими словами, *вы способны превратить отражение в образ, притворившись, будто имеете то, чего не имеете, или являетесь тем, кем не являетесь.*

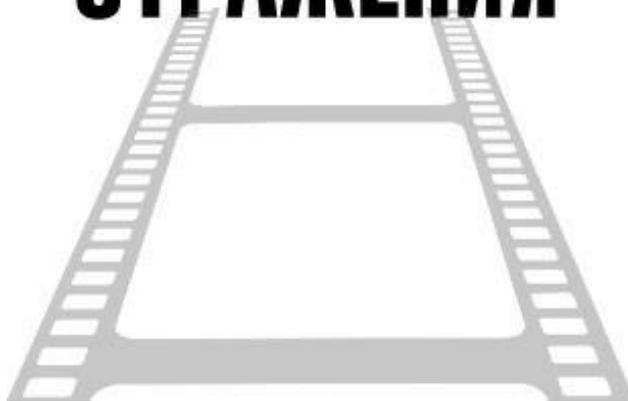
Например, вам хочется иметь свой дом. Ходите по магазинам и присматривайте мебель и предметы интерьера, будто дом у вас уже есть. Или вам хочется стать обеспеченным человеком. Интересуйтесь дорогими вещами, машинами, яхтами, курортами. Впускайте богатство в свою жизнь. Или вам хочется стать звездой в какой-либо сфере. Ведите себя так, будто вы уже звезда, живите ее жизнью, хотя бы пока в воображении.

Пусть вас не смущает, что это похоже на игру или даже на самообман. Если вы играете всерьез, реальность тоже будет вынуждена все воспринять на полном серьезе. Она ведь зеркало! Не забыли? Ваша задача — *войти в состояние, в котором вы имеете то, что хотите, или являетесь тем, кем хотите.* Притвориться и жить в этом притворстве. Понарошку, но не в шутку. Не шутя, понимаете?

И что тогда случится? И что тогда будет?

*Постепенно картина реальности придет в соответствие с вашим притворством.* Реальность любит создавать иллюзии, но не выносит, когда иллюзиями потчуют ее саму. Она найдет способ превратить созданную вами иллюзию в действительность.

# ЗАДАНИЕ ОТРАЖЕНИЯ



**Н**у как, мои коварные лицемеры и вероломные лицедейки, вы понимаете, что гуляние в кинокартине, — это не только сплошное притворство, но еще и маскарад?

- Манипуляция сознанием — это управление чужим вектором.
- Задавайтесь вопросом: кому и зачем это может быть выгодно.
- Природа реальности двойка и скрыта: она и кино, и объемное зеркало.
- В реальности вы находитесь одновременно снаружи и внутри зеркала.
- Войдите в состояние и притворитесь, будто уже имеете и уже являетесь.
- Реальность постепенно придет в соответствие с вашим притворством.

Да, это игра с реальностью. Но игра всерьез и взаправду. И да, это маскарад. У реальности множество ликов — и у вас для нее свои маски: имитация и присутствие, позволение и следование, отслеживание и задание, образ и отражение. Все это как бы понарошку, но весьма и весьма реально.

Обсудим подробнее смысл сказанного на прошлом уроке: *вы способны превратить отражение в образ, притворившись, будто имеете то, чего не имеете, или являетесь тем, кем не являетесь.*

Это значит, что вы способны задавать как образ, так и отражение. В первом случае образ *перетекает* в отражение, а во втором — наоборот, отражение — в образ.

Почему перетекает и почему этот процесс может быть двусторонним? Потому что в объемном зеркале образ и отражение совмещены. Образ, если иметь в виду вашу способность влиять на реальность, — это вы сами, это образ ваших мыслей и действий. Отражение — это и вы сами, и все ваше окружение, то есть вы в реальности.

Первый (прямой) процесс: каков посыл — такова и отдача, что даете — то и получаете, кем на самом деле являетесь — то и имеете.

Второй (обратный) процесс: какова игра — такова и реальность, что имитируете — то и получаете, кем притворяетесь — тем и становитесь.

Прямо: образ перетекает в отражение. Задание образа — это ваш посыл в реальность. Что послали, то в результате и получили.

Обратно: отражение перетекает в образ. Задание отражения — это ваше притворство и имитация. Кем притворились, в того реально и превратились.

Все эти манипуляции с зеркалом есть то, что называется *двигать собой.*

А чем отличается задание образа и отражения от задания реальности? Образ и отражение вы задаете, работая с зеркалом. Реальность же задаете, подсвечивая грядущий кадр. Там и там используется разная природа реальности. В первом случае — зеркало, во втором — кино. Механизмы различны, но результат един — желаемое воплощается в действительность.

У вас может возникнуть вопрос или сомнение: неужели ваше притворство способно каким-то чудесным образом *претвориться* в действительность? Не волнуйтесь, мои трепетные, реальность

пластична, у нее найдутся возможности и способы. Ведь она — и многовариантное кино, и иллюзорное зеркало, она — сама иллюзия, которая становится управляемой, если об этом помнить и грамотно пользоваться.

*Первое необходимое условие — игра на полном серьезе.* Хороший актер, когда играет, превращается в своего персонажа, буквально становится им, потому что играет всерьез. Ваша задача — проделать обратный путь. Из персонажа, которым вы являетесь, но который вас не устраивает, надо стать актером, сыграть роль воображаемого персонажа и вжиться в эту роль так, чтобы превратиться в персонажа реального. Вот это и есть обратный процесс превращения отражения в образ.

*Второе необходимое условие — игра систематическая.* Зеркало реальности реагирует не мгновенно, а с задержкой. Поэтому действовать следует целенаправленно, методично, регулярно. Если уж взялись за игры с реальностью, нужно иметь терпение. Поначалу придется действовать вслепую, не надеясь на мгновенные результаты. Результаты неизбежно появятся, но лишь при условии, что реальность, наблюдая за вашей игрой, потеряет терпение первой.

Итак, *здать отражение* означает *создать для реальности свою иллюзию*. Хотите чем-то обладать — делайте вид, будто уже имеете. Хотите кем-то стать — ведите себя так, будто уже являетесь. Подобно актерам, на полном серьезе, *входите в состояние и живите в нем*. Живите в мыслях, виртуально, а по возможности и в действиях, реально, пока сами не поверите в созданную иллюзию. Как только сами поверите, так и реальность поверит. И вот тогда случится чудо.

А теперь *алгоритм отражения*, снова-снова, опять-опять, мои нудненькие!

1. Поймать себя: я что-то хочу получить или кем-то стать.
2. Войти в присутствие: хотеть бессмысленно, надо задавать.
3. Притвориться и вести себя так, будто желаемое уже достигнуто.

Как именно вам притворяться — неважно, решайте сами, произвольно. Изобретайте! Мои советы здесь неуместны. Чем больше

вашего творчества, тем оно эффективней.

Задание образа используется в основном по отношению к людям. Задание отражения — в основном по отношению к реальности. Потому что с людьми лучше не притворяться, а быть искренними, быть собой. А вот притворяться перед зеркалом реальности можно сколько угодно. В разумных пределах, конечно. *Не теряя чувства реальности.*

А еще не забывать, что одной лишь игры с зеркалом и грядущим кадром недостаточно. Необходимо, кроме того, *делать* все, что от вас требуется для реализации цели в текущем кадре, то есть предпринимать конкретные действия, а не только мечтать на диване.

# РОКОВАЯ ДИЛЕММА



**Н**а прошлом уроке я, такая божественная и распрекрасная, вам, таким ничтоженьким и противненьким, поведала, что реальность есть *сама иллюзия*. Это не значит, что она ненастоящая. Сама для себя реальность реальна. Для вас же она иллюзорна и неуправляема, потому что вы о ее свойствах не знаете и не используете их.

Это как не знать, что на лошадке можно кататься. Если не пользуетесь, лошадка бегаёт сама по себе, она не ваша. И реальность тоже не ваша, она не зависит от вас. Но если будете знать и использовать, иллюзия станет вам подвластна, она станет вашей.

- Образ — это образ ваших мыслей и действий, он всегда первичен.
- Отражение — это и вы сами, и все ваше окружение, ваша жизнь.
- Задание образа — это ваш посыл: что даёте — то и получаете.
- Задание отражения — это ваше притворство и имитация.
- Что имитируете — то и получаете, кем притворяетесь — тем и становитесь.
- Необходимые условия: игра, но систематическая и на полном серьёзе.
- Образ и отражение перетекают друг в друга.

Перетекают они еще в том смысле, что образ ваших мыслей и действий влияет на всю вашу жизнь, а жизнь, в свою очередь, влияет на поведение и мышление. Если этот процесс пустить на самотек, то и вы сами, и ваша жизнь будет только деградировать, как обычно и происходит. Потому что, глядя на такую жизнь, мысли становятся все мрачнее; а чем мрачнее мысли, тем и жизнь хуже, и так далее, по обратной связи.

Отсюда роковая дилемма: вы хотите быть красивыми и счастливыми или хотите, чтобы вас съел бегемот? Если бегемота не хотите, тогда скорей-скорей не страдать-не страдать, а задавать-задавать!

Задание образа, отражения и реальности можно использовать по отдельности, в зависимости от обстоятельств, а можно и в комплексе. Например, добиваясь определенной цели, систематически задавать целевой кадр; одновременно притворяться, будто цель уже достигнута; а еще все свои мысли и действия выстраивать исключительно со знаком плюс.

Умение все использовать в комплексе придет с опытом. Чтобы наработать опыт, необходимо практиковать гуляние живьем постоянно, систематически. Постоянно себя отслеживать, просыпаться и выполнять алгоритмы.

У вас может возникнуть вопрос: почему, такие все, сплошные алгоритмы? Потому что *алгоритмы вырабатывают у вас новые привычки*. Потому что привычки управляют вами. Управлять собой, а соответственно, и реальностью вы не умеете. Поэтому какие привычки у вас наработаны, так вы и живете. И поэтому надо создавать привычки, которые будут работать на вас.

Вы не можете постоянно находиться в состоянии присутствия. В бессознательном состоянии за вас все делают привычки. Значит, если осознанности не хватает, необходимо, чтобы правильные действия выполнялись на автомате. А для этого необходимо, как минимум...

Заменить привычку *хотеть* привычкой *давать*.

Заменить привычку *отвергать* привычкой *принимать*.

Заменить привычку *засыпать* привычкой *просыпаться*.

Алгоритмы открепляют вас от сценария, оживляют в кинокартине, а заодно прививают вам полезные автоматизмы. Даже пословица подтверждает: «Хорошие привычки лучше хороших манер». Самая полезная из привычек: *не хотеть чего-то от реальности, а задавать реальность*. Это главное! И не менее важные производные.

Не бояться, а задавать.

Не ожидать, а задавать.

Не надеяться, а задавать.

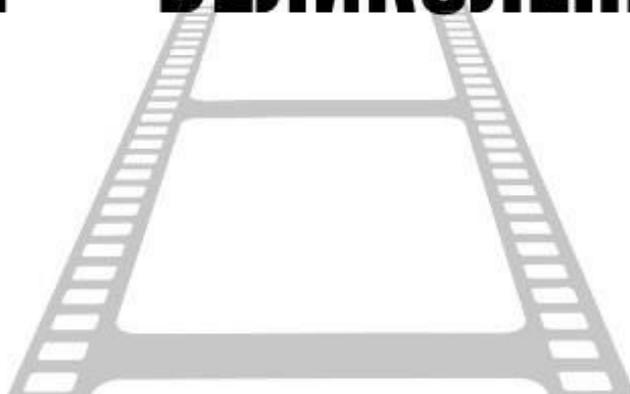
Не сокрушаться, а задавать.

Как только поймали себя на том, что чего-то ждете, на что-то надеетесь, чего-то опасаетесь, что-то вас тяготит, — проснитесь и отдайте себе отчет: *вас ведет внешний, не ваш сценарий — именно это вас тяготит*. Вы подсознательно чувствуете, что несвободны, что зависите от реальности, что поставлены в рамки обстоятельств, как персонажи в рамки сюжета. Вы это чувствуете, но не отдаете себе в том отчета и ничего не можете с этим поделать. Поэтому вам ничего не остается, кроме как ждать и надеяться.

Но теперь, когда вы знаете, что от сценария можно открепиться и перескочить на другую киноленту, привычка ждать и надеяться теряет смысл. Надо проснуться и задать реальность. То же самое как сокрушаться бессмысленно. Надо проснуться и извлечь пользу. Или тоже как гадать бессмысленно. Надо проснуться и следовать повелениям Силы. На каждый случай у вас имеется соответствующий активатор и алгоритм.

Хорошенечко уяснить себе надо: на что-то уповать — сбудется или не сбудется, получится или не получится — бессмысленно и глупо. В вашей воле — задать образ, или отражение, или реальность, или все в комплексе. Чего желаете, то и задайте. Сами-сами! Задавайте-задавайте! А еще мною восхищаться не забывайте! Вы — мои любимцы, пленительные и упоительные, а я — ваша Тафти, изумительная и восхитительная!

# ВЫ — ВЕЛИКОЛЕПНЫ



**Н** а одном из предыдущих уроков мной, такой великолепной и блистательной, пред вами, такими никудышненькими и невзрачненькими, было изречено, что реальность притворяется, будто не является зеркалом. Точно так же реальность притворяется, что не является кинокартиной. И ей это легко удается.

Попробуйте сказать своим соседям, спящим улиткам, что они живут в кино. Или как-нибудь во сне попробуйте сказать манекенам сновидения, что вы спите, а они вам снятся. Ни те ни другие вас не поймут и вам не поверят. Но и не надо их переубеждать. Вы сначала сами себя убедите как следует. Перепрошивка требуется!

- Вы чувствуете, что вас ведет внешний сценарий, — именно это вас тяготит.
- Все виды задания можно использовать и по отдельности, и в комплексе.
- Гуляние живьем необходимо практиковать постоянно, систематически.
- Алгоритмы прививают вам новые привычки, которые работают на вас.
- Уповать на то, что сбудется или не сбудется, — бессмысленно и глупо.
- Не хотеть, не ждать и не надеяться, а задавать реальность надо.

В прошлый раз мы с вами мучились над очень трудной, очень сложной дилеммой. Что лучше: жить в несчастье или быть счастливо съеденными? Или нет, не так. Что лучше: обаятельный бегемот или деспотичная жрица? Или нет, не так. Бегемот прилежный и нежный или зловредная и во всех смыслах злостная жрица? Но вы же знаете, что я не злая, а вся такая добрая, что сама бы вас всех съела. Я к вам добра немилосердно!

Это вы все такие несчастные и несчастливые! А почему? Потому что в вашей жизни крутится не ваше кино. А еще вы не только мне не нравитесь — вы сами себе не нравитесь — вот еще в чем причина ваших напастей.

Почему в вашей жизни крутится не ваше кино? Потому что вы не понимаете, что это на самом деле кино и есть. Вы можете это знать, но до конца так и не осознавать. Поэтому еще раз, снова-снова, напоминаю вам о том, где вы находитесь, мои надоедливые, чтобы до вас хорошенечко дошло.

В обычной жизни вы привыкли видеть кино на экране. А теперь представьте, что оказались внутри кинокартины. Ощутите это. Здесь вы во власти сценария, но у вас имеется степень свободы. *В состоянии присутствия вы способны выполнять действия, которые не предусмотрены текущим сценарием.* Степень свободы вы получаете в момент пробуждения. В этот момент вы способны встрепенуться и запустить другую киноленту. Дальше будете опять во власти сценария, но, если момент не упущен, начинает крутиться ваше кино.

А почему вы себе не нравитесь? Потому что вам со всех экранов, со всех обложек демонстрируют идеалы красоты, успеха, счастья. А вы, мои доверчивые, ведетесь на эти иллюзии и послушно примеряете на себя чужое, не ваше, всякий раз убеждаясь, что в стандарты не вписываетесь. На самом же деле красота, успех и счастье не могут быть стандартизованы — это вещи сугубо индивидуального покроя. Но вы все равно предпочитаете верить в иллюзии и себя под них подгонять.

А вы не задумывались, почему вам так трудно себя переделать или улучшить? Почему вы столько раз начинали новую жизнь с

понедельника, но так и не начали? Из-за вашей лени? Нет. Потому что вас ведет сценарий. *С какой стати сценарию меняться лишь оттого, что вы захотели начать новую жизнь?* Ваше хотение — это ваш вектор, но он не прописан в сценарии и никак на него не влияет.

Или почему вы, выходя из кинотеатра, вдохновлялись: «И я так могу! И я, как она или он, стану!» Иногда даже пытались подражать. Но так и не становились. Потому что всего лишь *хотели*, но не знали, что существует *технология подражания* или, как мы это называем, *имитация* и что она реально работает. Работает при грамотном подходе.

Прежде всего необходимо твердо знать, что такое возможно в принципе. *Возможно задавать не только реальность — возможно задавать себя, свой манекен. Манекен при этом будет меняться. Перемещаясь в чередке кинолент и отражений, вы будете становиться другими, какими мечтали себя видеть.*

Вам трудно в такое поверить, мои недоверчивые? Это потому, что вы уже нечто подобное пробовали и у вас ничего не получилось, поскольку работали вы в холостом режиме. Рисовали себя в лучах славы в своих мечтах, но это малоэффективно, как вы теперь знаете, — необходимо использовать *косицу*. Пытались подражать своим кумирам, но не делали это *всерьез*, поскольку не подозревали, что отражение и впрямь задавать можно. И не занимались этим *систематически*, поскольку не видели сиюминутных результатов.

Усовершенствовать себя или сделать из себя нечто новое вполне возможно. Только для этого нужно слушать свою жрицу! Двигая собой, вы можете быть великолепны. Двигая себя, вы можете стать великолепны. А двигаясь так и одновременно свое кино двигая, вы можете всю свою жизнь превратить в великолепие. Аж прям завидую вам! И зачем вам об этом рассказываю?

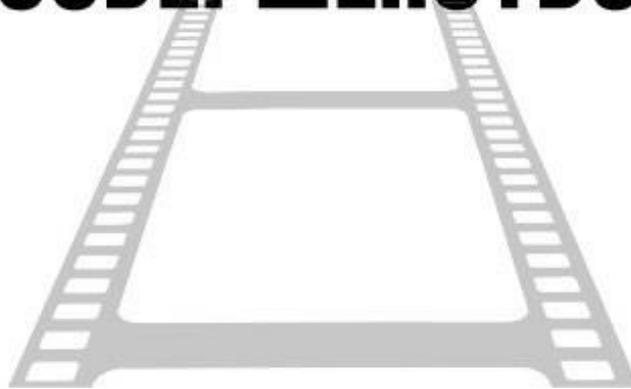
Итак, *алгоритм движения-гуляния в комплексе.*

1. Задавать себе новую реальность и новых себя в новой реальности.
2. Притворяться, будто уже имеете такую реальность и такими являетесь.

3. И конечно, действовать, делать себя, разжигать в себе Искру  
Создателя.

Это все то, о чем мы говорили прежде, на что вы способны в кинокартине: двигать грядущий кадр, двигать собой, двигать себя. Делать все это всерьез, систематически и достаточно длительное время — всегда. Тогда от ленты к ленте, от отражения к отражению ваш манекен и ваша жизнь будут меняться. Всенесомненно, вы это увидите.

# ВЫ — САМО СОВЕРШЕНСТВО



**Н**адеюсь, вы кое-что поняли, мои хорошие. Если вы несчастные и несчастливые, если вас никто не любит, если вы никому не нужны, если у вас безысходная ситуация и вам кажется, что выхода нет... У вас есть выход.

Не завидовать, глядя на других, и не впадать в уныние, глядя на себя, а самим становиться светлячками и двигать себя. Не смотреть на реальность, в которой вам приходится жить, как на нечто от вас не зависящее, а самим ее задавать. Грядущую реальность двигать косицей, а в текущей реальности двигать собой — своим образом и отражением.

- Вы себе не нравитесь, потому что сравниваете себя с чужими «стандартами».
- Красота, успех и счастье у каждого свои, индивидуальные, уникальные.
- Вам трудно себя переделать, потому что вас ведет сценарий.
- Ваши желания не прописаны в сценарии и никак на него не влияют.
- Задавая свое отражение, можно менять себя, свой манекен.
- Движение-гуляние: в комплексе, всерьез, систематически, всегда.

На прошлом уроке прозвучала такая мысль: можно задавать не только

реальность, но и себя, свой манекен. Если вы не спали, вас это должно было удивить. Как это понимать?

Напомню. На кинолентах, которые хранятся в архиве Вечности, у вас имеются ваши собственные манекены. Когда вы смотрите одну из таких лент во сне, ваше сознание находит свой манекен, тот оживает и начинает двигаться. Покуда вам снится сон, вы живете в теле манекена сновидения, как в одном из множества *своих вариантов*.

То же самое происходит в действительности — на кинолентах, по которым движется ваша жизнь. На каждой новой киноленте ваше сознание входит в очередную версию манекена, тот оживает и становится вами — в текущем кадре.

Помните, я однажды сказала, что, поглядевшись во сне в зеркало, вы можете себя не узнать? Это значит, у вас имеется не один, типичный для вас манекен, а множество — на каждой киноленте свой особый или даже специфический. На близлежащих кинолентах вы примерно одинаковы, на себя похожи. На аномально далеких вы совсем другие.

Речь не о том, что когда-то вы были молодыми, а потом постарели или когда-то были стройными, а потом потолстели. Манекен может меняться прямо сейчас, в короткий промежуток времени. Вы способны изменить себя быстро, вплоть до впечатляющих преобразений во внешности. В том числе могут меняться такие ваши качества и навыки, как, например: уверенность в себе, обаяние, умение общаться, смелость, интеллект, профессионализм.

Но прежде чем объяснять, как это делается, хочу вам кое-что сообщить. Менять себя — вовсе не означает отказаться от себя или вообще выбросить себя прежнего. Речь идет о развитии. Особенно если вы такой редкий случай, что и так себе нравитесь и вам не хочется себя менять. Но даже если так, останавливаться в развитии нельзя, потому что иначе пойдет деградация.

*Нужно менять себя, не изменяя себе — своей самобытности, своим принципам, убеждениям, кредо. Делать себя лучше — не значит изменять себе. Можно развиваться, оставаясь собой. Не переделывать*

себя, а *делать*, разжигать в себе Искру Создателя. Не подгонять себя под чужие стандарты, а создавать свои, чтобы остальные улитки на вас смотрели и завидовали. Свои стандарты можно создать, если принять свою уникальность. *Уникальность — это все, что у вас есть, но этого во многом вполне достаточно.*

Уникальность уже сама по себе совершенна, потому что такого больше нигде нет. Имеет ли ценность то, чего ни у кого и нигде нет? Всеконечно. Это преимущество, которое можно использовать, а можно забросить в пыльный шкаф. И это лишь вопрос вашего выбора.

Однако понять и принять, что вы уникальны, самодостаточны и совершенны, так же трудно, как осознать, что вы внутри кинокартины. Обратите внимание, когда вам что-то в себе категорически не нравится, вас едва ли возможно убедить в том, что это могло бы стать вашим преимуществом.

Например, с точки зрения стандартов, какая-то ваша особенность во внешности, характере, манерах может считаться недостатком. Но у недостатков имеется одно парадоксальное свойство. Если согласиться с недостатком, он становится ценным индивидуальным качеством. А если не принимать его и бороться с ним, он превращается в изъян. Именно так это воспринимается окружающими: либо ценность, либо изъян.

Вы — само совершенство, как задумано Природой и Создателем. *Совершенство — это индивидуальность в своей уникальности и в согласии с собой.* Там, где есть согласие, появляется гармония. И напротив, любое неприятие порождает дисгармонию, которая всем становится заметна.

Так что внимательней присмотритесь к своим недостаткам, прежде чем торопиться их устранять. Может, если их принять, они превратятся в ваши уникальные преимущества и достоинства? Внимательней присмотритесь, без оглядки на стандарты! Попробуйте хотя бы на несколько дней расслабиться и принять себя как есть. Увидите сами, что будет. Возможно, вы себе понравитесь.

Конечно, еще нужно отличать недостатки от пороков. Явный порок

или слабое звено, которое напрямую вредит вам, например вашему здоровью, имиджу, или вредит окружающим, нужно искоренять. Есть вещи очевидные, о которых подробно здесь говорить не будем.

В остальном следует *не бороться с недостатками, а развивать достоинства*. Фокусировка внимания на недостатках, в том числе физических, которые нельзя устранить, только усугубит их. Если недостаток можно устранить путем саморазвития, надо развиваться. Но лишь при условии, что у вас имеется на то желание. Если особого желания нет, оставьте себя в покое и сосредоточьтесь на своих достоинствах. Иначе жизнь превратится в сплошную борьбу.

*Развивать имеющиеся достоинства — гораздо эффективней, нежели устранять недостатки, что-то делая с ними.* Потому что развитые достоинства, скорей всего, заслонят собою недостатки или же устранят их автоматически. И тогда вопрос о недостатках просто сам отпадет.

# СПОСОБ ТРЕХ ДОСТИЖЕНИЙ



**В**ы, мои несуразненькие, наверное, уже вообразили себя великолепными? Нет, это я великолепна! Но и вы тоже можете, если позволите себе дерзость быть такими. Вы сами определяете, какими вам быть. Вы на это способны. А я научу вас. Будете у меня самые красивые, самые счастливые. Я Тафти, ваша жрица. Затем и пришла.

- Вы живете в теле манекена, как в одном из множества своих вариантов.
- Нужно развиваться, оставаясь собой; менять себя, не изменяя себе.
- Уникальность — это все, что у вас есть, и этого во многом достаточно.
- Недостаток следует либо устранить, либо согласиться с ним.
- Если недостаток принять, он может обратиться в преимущество.
- Не бороться с недостатками, а развивать достоинства.

Прежде чем рассказывать о том, *как задавать свой манекен*, дам еще одно пояснение, *зачем это делать*, потому что вопрос нетривиальный. Терпение, мои хорошие, все успеете, все узнаете.

Существует универсальная и стопроцентно работающая формула:

*жизнь наладится, если принять себя как уникальное чудо, со всеми недостатками, как есть, а далее просто наслаждаться собой и жизнью.* Если вы способны просто наслаждаться собой и жизнью, тогда и вы сами, и ваша жизнь — все будет улучшаться автоматически.

Однако сделать это достаточно трудно. Слишком большой груз всевозможных *шаблонов и стандартов, условностей и ограничений* на вас навален с самого рождения. Для того чтобы освободиться от этого груза, потребуется три конкретных действия. Умозрительно груз не устраняется.

*Первое.* Нельзя фокусироваться на своих недостатках. *Нельзя находиться в состоянии ощущения своей ущербности в чем-либо.* Это деструктивное состояние. Недостатки будут усугубляться, и пойдет еще большая деградация. Поэтому надо войти в другое, конструктивное состояние. Войти поможет действие второе.

*Второе.* В жизни должна быть цель — вдохновляющая, вселяющая энтузиазм, приносящая пользу вам и другим. Если ко всему апатия, значит, у вас нет цели. Или, наоборот, когда нет цели, у вас апатия. Нет цели — не будет ничего хотеться. Нет устремлений — не будет движения. Нет движения — не будет энергии. Нет энергии — не будет жизни. Поэтому *необходимо найти свою заветную цель, свою миссию и начать движение к ней.* Без миссии, хоть какой-нибудь, — вас нет, вы пустое место. Если миссия пока не найдена, поможет третье действие.

*Третье.* Найдена миссия или нет, в любом случае следует *сосредоточиться на развитии, на делании себя.* Делать себя постоянно, всегда. Разжигать в себе Искру Создателя, развиваться и совершенствоваться. Это способ сразу трех достижений: выйти из состояния ущербности, найти миссию, реализовать миссию.

А что же вы хотели? Волшебной палочки нет. Есть косица, но с ней надо работать. На диване лежать — не получится. Как вы теперь знаете, цели достигаются в тридвижении: двигать реальность, двигать собой, двигать себя. Саморазвитие — уже достойная цель и путь. Миссия в пути сама отыщется. Но и когда отыскалась, остановки быть не должно. Помните: есть либо развитие, либо деградация.

Не стоит думать, что саморазвитие — это обременительная обязанность или тяжелый труд. Напротив, гораздо тягостнее пребывать в застое, бездеятельности и лени. *Делание себя — не труд, а приятное приготовление к чему-то еще более приятному.* Ведь вы же готовите себя, собираясь на вечеринку, прихорашиваетесь? Но вечеринка сегодня. А вот для того, что наступит завтра, через месяц, через год, одноразового приготовления будет недостаточно.

Резюмируем сказанное. Чтобы стать великолепными и жизнь свою превратить в великолепие, необходимо выйти из состояния застоя и деградации. Способ выхода — найти свою миссию, заветную цель и двигаться к ней. Ваша миссия — это ваш вектор самореализации. Без миссии жизнь превращается в бессмысленное существование. Вы можете не знать своей миссии. Искра Создателя, которая тлеет в вас, *знает. Но ее нужно разжечь.* Разжигая в себе Искру Создателя, делая себя, вы получаете все три достижения: выходите из застоя, находите миссию, реализуете миссию.

Вот зачем нужно задавать не только реальность, но и свой манекен. Вспомните алгоритм движения-гуляния в комплексе, что там сказано. Следуйте алгоритму, и все в жизни наладится.

Даже если не брать во внимание миссию, существует еще одна веская причина следовать алгоритму. Саморазвитие — это движение. Без движения, повторяю, нет энергии. Без энергии нет и самой жизни, а есть угасание. Для запуска метасилы тоже требуется наличие достаточного количества вашей личной силы — энергии. *Находясь в движении, развивая себя, вы эту энергию получаете.*

В каком направлении вам себя развивать, лучше вас никто не знает. Если не знаете, задайтесь вопросом и *поставьте себе такую цель — развить себя*, тогда и узнаете.

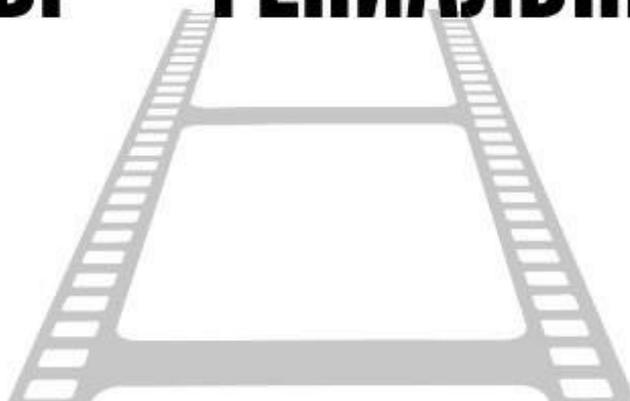
И еще по поводу миссии некоторые нюансы имеются.

1. Следуйте путем своего сердца. Найдите и осознайте, что действительно ваше, а что лишь кажется вашим.
2. Следуйте своим путем, а не след в след за другими. Не копируйте

чужой опыт. Позвольте себе роскошь быть уникальными во всем.

Но это отдельная тема для целой книги. Придется вам еще другие книжки почитать. Не лениться-не лениться, мои хорошие, а прилежно учиться! Вы же не хотите остаться улитками?

# ВЫ — ГЕНИАЛЬНЫ



**Я** вам говорила, что вы мне не нравитесь? Нет, я пошутила, вы мои любимцы, мои питомцы. Не разочаровывайте меня! И я вас не разочарую.

- Нельзя находиться в состоянии ощущения своей ущербности в чем-либо.
- Надо найти свою заветную цель, свою миссию и начать движение к ней.
- Миссия — это то, что вас воодушевляет и приносит пользу вам и другим.
- Вы можете не знать своей миссии — Искра Создателя знает, но ее надо разжечь.
- Саморазвитие позволяет: выйти из застоя, найти миссию, реализовать миссию.
- Без движения, без развития у вас не будет силы для запуска метасилы.

Вам хочется стать лучше? Улучшить физическую форму и внешний облик, развить способности и таланты? Или лень, или не хочется? Как это — не хочется? Посмотрите на себя, какие вы. Кривенькие ножки, глупые рожки. Кругленькие животики, жадные ротки.

В то же время вы само совершенство, поскольку в вас присутствует Искра Создателя. Но совершенство еще проявить надо — разжечь

Искру. В каком виде это совершенство проявится, зависит от вашей индивидуальности. А проявится ли вообще, зависит от ваших намерений.

Допустим, вы хотите занять красивое тело, превратить себя в обаятельную и во всех отношениях приятную личность, стать высокооплачиваемым профессионалом в какой-либо области. По сути дела, это означает *войти в свой другой, усовершенствованный манекен, на принципиально другой киноленте*. Такой манекен и такая кинолента действительно существуют, можете не сомневаться. Нужно только туда добраться. Данная цель достигается в тридвижении: двигать реальность, двигать собой, двигать себя. Рассмотрим все три составляющие.

**1. Двигать реальность.** С помощью косицы задайте реальность, в которой вы имеете то, что хотите, и являетесь тем, кем хотите. *Задайте новых себя в новой реальности*. Буквально вам следует несколько раз в течение дня или больше, если угодно, войти в состояние присутствия, активировать косицу и, не отпуская с нее ощущения, нарисовать желаемую картину (конечный результат, целевой кадр) — в мыслях, словах, визуально — как можете. Делать это не напрягаясь, не более минуты за раз, помня о том, что работает не усилие, а метасила, не напряжение, а сосредоточенность.

Не стесняйтесь в постановке цели и не разменивайтесь по мелочам. Ставьте себе сразу высокую планку. Например, задайтесь целью пробудить в себе гениальность, стать гением в какой-то отдельной области или вообще. Тогда, *независимо от своих способностей, вы начнете действовать гениально*.

Конечно, если способности к чему-то, что вас привлекает, отсутствуют напрочь, тогда следует задуматься, ваш ли это путь. Но если вы следуете путем своего сердца и если цель реализуема в принципе, значит, она может быть реализована, остальное зависит от вашей настойчивости. Задавайте новых себя в новой реальности последовательно и систематически. Помните: Искра Создателя есть в вас. В вашей власти разжечь ее в пламя и творить шедевры.

Спустя некоторое время вы убедитесь, что и вправду начинаете делать

такое, чего не умели и, казалось, не должны бы уметь. Вас это сильно удивит, но здесь нет ничего сверхъестественного. *Это не чудо, а технология.* Задавая реальность, в которой вы гениальны, вы перемещаетесь на те киноленты, где *действуете гениально*, повторяю, *не потому что владеете способностями, а потому что сценарий таков.*

Просто на других кинолентах у вас будет то, чего вы пока не имеете и о чем не догадываетесь. Там, в новом манекене, и способности новые проявятся, и способы реализации задуманного найдутся, вы их увидите, если не будете спать.

**2 Двигать собой.** Напомню, двигать собой по отношению к людям — *задавать образ.* Двигать собой по отношению к реальности — *задавать отражение.* В общем и целом двигать собой означает отдавать себе отчет в своих мотивах и действиях.

Когда вы не отдаете себе отчета, двигаясь по сценарию, все ваши послы в зеркало по отношению к людям сводятся к «дай-дай-дай», а по отношению к реальности — к «хочу-хочу-хочу». В то же время у вас есть момент, когда вы способны открепиться от сценария. Войдите в состояние присутствия и вспомните *алгоритм образа* и *алгоритм отражения.*

В отношениях с людьми замените все ваши «дай» на «возьми». После ряда настойчивых тренировок такая ваша манера войдет в привычку и станет уже сама по себе производить впечатление, вы даже без притворства превратитесь в обаятельную личность. Ваши привычки — это и ваш манекен в том числе. А вместе с вашим преображением, глядишь, и проблемы, мучающие вас, отпадут или разрешатся. Хорошенько еще раз изучите главу «Задание образа», где описаны все «дай» и их альтернативы — «возьми».

То же самое в отношении с реальностью: что бы ни происходило, у вас есть алгоритм задания целевого кадра, принципы пользы, позволения и следования. Помните также, что все негативные мысли и послы возвращаются к вам бумерангом. Старайтесь обращать все минусы в плюсы, для своей же пользы, и тогда это войдет в привычку,

которая опять же станет частью вашего нового манекена.

Ну а что делать, если в данный момент у вас нет ничего такого, что вы могли бы дать или послать в реальность? На то имеется техника имитации. *Вы способны превратить отражение в образ, притворившись, будто имеете то, чего не имеете, или являетесь тем, кем не являетесь.* Какова игра — такова и реальность, что имитируете — то и получаете, кем притворяетесь — тем и становитесь. Отражение перетекает в образ. Подробнее об этом в следующей главе.

# ТЕХНИКА ИМИТАЦИИ



**В**ам не начинает казаться, мои излюбленные, что со всеми этими алгоритмами вы можете уподобиться заводным манекенам? Ничего-ничего, мои вертлявочки и вертлявчики, лучше быть заводными манекенами, но с правильными привычками, чем вообще невменяемыми марионетками.

- Новый манекен обретается в тридвижении: двигать реальность, себя и собой.
- С помощью косицы задайте новых себя в новой реальности.
- Не разменивайтесь по мелочам, но ставьте реальные цели.
- Скоро вы начнете делать такое, чего не умели и, казалось, не должны бы уметь.
- На новых кинолентах появятся и проявятся новые способности.
- Способы и средства реализации задуманного сами найдутся.
- Полезно снова и снова повторять главы, где описано, что значит двигать собой.

На прошлом уроке мы остановились на том, что техника имитации позволит вам занять качества, которыми вы пока не обладаете. Вспомним, какую задачу мы поставили: обзавестись красивым телом,

превратить себя в обаятельную и во всех отношениях приятную личность, стать высокооплачиваемым профессионалом в какой-либо области. Не имея всего этого, вы можете это имитировать. Уже сейчас. Ну а потом, как вы знаете, реальность найдет способ превратить созданную вами иллюзию в действительность.

Буквально, вам следует вообразить, что вы уже обладаете всеми перечисленными достоинствами, невзирая на то, что пока это всего лишь игра. Понаблюдайте за теми, кто обладает. Поначалу копируйте их манеру держаться, если у вас нет собственного видения. За первичный образец сойдет и чужой опыт. Потом и ваша индивидуальность в данных качествах проявится.

Обратите внимание, что вас восхищает в других людях. Неважно, в вашей сфере деятельности или нет. Вы можете перенять гениальность. Я делаю то-то и то-то так же гениально, как это делают вот те и те. Это меня восхищает? И я тоже так могу, и могу создать себе такую же блистательную жизнь. Проникнитесь всей той блистательностью, которая вас привлекает, и перенесите ее на себя, на свою жизнь, как проекцию. Провозглашайте свое намерение, используя косицу. Нужно не копировать один к одному то, что делают другие, а всего лишь снимать проекцию гениальности. Проекция — это суть, а не конкретная форма.

Подчеркиваю, копировать нужно не весь образец для подражания, а его *состояние, самочувствие, самоощущение, настроение*. Войдите в состояние, в котором вы себе нравитесь: у вас красивое тело, вы обаятельная личность, высокооплачиваемый профессионал. Как вы себя при этом чувствуете? Вот это и есть требуемое состояние. В этом состоянии ведите себя так, будто уже имеете то, к чему стремитесь.

*Создайте в мыслях виртуальную реальность.* Подсвечивайте ее косицей время от времени. Почаще вспоминайте о ней, крутите ее в фоновом режиме, *делайте это систематически*. Даже если ваше физическое тело и все остальное далеко от совершенства, все равно *живите в этом состоянии, вживайтесь в него, свыкайтесь с ним.*

Это имитация? Чистейшей воды. Но если вы этим занимаетесь на

полном серьезе и систематически, то для реальности это более чем серьезно. Она не терпит иллюзий, если они не ее собственного производства. Поэтому созданные вами иллюзии будут либо воплощены в действительность, либо разрушены. Не волнуйтесь, мои славненькие, второе маловероятно, если не будете лезть на рожон и перегибать палку. Ведь даже дети осознают, что игра есть игра, и не выходят за границы реального.

Границы реальности вашей игры вы и сами легко определите. Сыграть роль обаятельной личности вам вполне по силам, уже хотя бы с помощью техники задания образа. Но выйти на балетную сцену или хоккейную площадку и изобразить нечто профессиональное, если там никогда не бывали, вы, конечно, не сумеете, потому что еще не добрались до нужной киноленты. Однако ваша игра в имитацию от этого не становится менее эффективной. В свое время всего добьетесь. На то имеется третье движение.

**3. Двигать себя.** Надо быть реалистами и понимать, что одной лишь диванной метафизики недостаточно. Мы живем в дуальном мире, поэтому надо действовать равноценно и на материальном плане. Делать все, что требуется для достижения цели в текущем кадре, и *делать себя*. Совершенствовать себя не только с помощью косицы и зеркала реальности, но и физически, посредством конкретных упражнений, обучения, а также совершенствуя свое питание и вообще образ жизни. От этого никуда не денешься.

Встав на путь развития, вы все узнаете, что и как делать. Информация сама придет к вам. А еще особенно важно то, что на пути развития ваша миссия тоже сама себя обнаружит. Вы можете сколько угодно ломать голову над вопросами: какова же ваша миссия, в чем же она состоит, как ее найти? Задавшись целью двигать себя, вы получите все ответы автоматически.

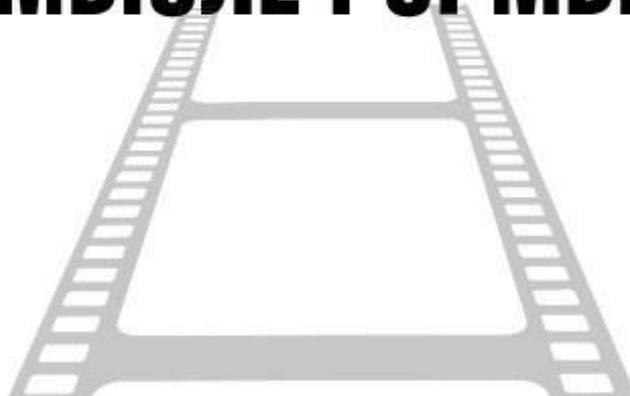
О способах и средствах реализации миссии тоже можете не беспокоиться. Вы о них пока не догадываетесь, потому что они лежат на других кинолентах, до которых вам нужно добраться. Доберетесь всенесомненно, если будете задействовать все три движения. У вас

огромное преимущество, поскольку ваши конкуренты обычно используют только одно движение — третье. Многие при этом тратят бездну усилий, но так ничего и не добиваются.

Что здесь работает лучше: первое, второе или третье движение? Бывает по-разному. В среднем — поровну. Но если делать все в комплексе, результат получится стопроцентный. В любом случае тридвижение выправляет всю вашу реальность и налаживает жизнь во всех отношениях.

Сколько времени потребуется это делать? Ответ — всегда. Потому что, как вы знаете, есть либо развитие, либо деградация.

# МЫСЛЕФОРМЫ



**В**ам, моим надоедливеньким, наверное, не совсем понятно, чем отличается задание новой реальности от задания новых себя. Ведь и там и там вы задаете и новые киноленты, и новые манекены. Уже скоро-скоро все узнаете.

- Обратите внимание, что вас восхищает в других людях.
- Перенесите на себя их состояние и самоощущение как проекцию.
- В этом состоянии ведите себя так, будто уже имеете то, к чему стремитесь.
- Живите в этом состоянии, вживайтесь в него, свыкайтесь с ним.
- Наряду с метафизическим деланием делайте себя на физическом плане.
- Выполняйте все, что требуется для достижения цели в текущем кадре.
- Вступив на путь развития, вы получите ответы на все вопросы.

Задавая себе новую реальность, вы подсвечиваете грядущий кадр. Здесь реальность работает как кинолента. Имитируя себя в новом манекене, вы задаете отражение, которое потом перетекает в образ. В этом случае реальность работает как зеркало. И то и другое можно и нужно делать с косицей.

Только реальность вы задаете целенаправленно, уделяя этому специальное время, по несколько раз на дню — столько, сколько не

напрягает. А в имитации вы живете. Притворяетесь, играете, вживаетесь в новую роль, но на полном серьезе и систематически. Если при этом иногда забываете про косицу, ничего страшного, главное, чтобы вы жили этой ролью, как поступают актеры перед съемками.

Для этого впускайте в себя всю информацию, касающуюся вашего нового манекена и новой реальности, и пробуйте, пробуйте себя в новой роли, насколько позволяют обстоятельства. В мыслях, визуально и натурально. В качестве опоры могут служить типовые мысленные конструкции — мыслеформы, которые вы должны повторять для себя как можно чаще. Например.

< Я специалист высокого класса. Уникальный в своем роде. Мои услуги очень востребованы. Получаю удовольствие от своей работы. Мой труд очень высоко ценится. Я все делаю гениально и блестяще. >

< Я не хожу на работу. Мое дело — дом, семья, дети. Я такая жена и мама, каких поискать. Муж влюблен в меня. Дети меня обожают. Я тоже всех люблю и обо всех забочусь. Создаю в доме атмосферу праздника. Умею всем поднять настроение. >

< У меня отличное здоровье. Сильное, стройное, сексапильное тело. Неважно, сколько мне лет. У меня тело такое, как будто мне двадцать. И так будет всегда. Мне всегда двадцать, потому что я так решил(а). Чувствую себя великолепно. У меня высокий жизненный тонус и мощная энергетика. >

< Я очень обаятельная личность. От меня исходит метафизическое сияние, люди это чувствуют и испытывают ко мне симпатию. У меня свой особый шарм. Я вообще очень притягательная (харизматичная) личность. Всем приятно со мной общаться. Я приношу с собой радость и праздник. Люди тянутся ко мне. Я всем нравлюсь. >

Подобные мыслеформы вы можете изобретать сами на свой вкус и лад. Активируйте косицу и произносите их вслух или про себя, неважно. И одновременно старайтесь вести себя так, чтобы соответствовать утверждениям, хоть и сознавая, что это игра, но игра всерьез. И одновременно *делайте себя*, добивайтесь соответствия на физическом плане. Полный успех достигается в тридвижении.

Такие качества, как обаяние, остроумие, интеллект, уверенность, гениальность, проявляются достаточно легко, уже лишь с помощью первых двух движений. С физическими параметрами дело обстоит несколько сложнее, здесь придется сделать упор на третьем движении.

Хотя, надо отметить, физическая привлекательность во многом зависит от внутренних качеств, которые вы считаете недостатками и которые вас гложут. Комплексы неполноценности накладывают очень заметный отпечаток и на лицо, и на фигуру. С приобретением достоинств комплексы отпадут сами собой, и тогда вас перестанут узнавать, настолько вы преобразитесь.

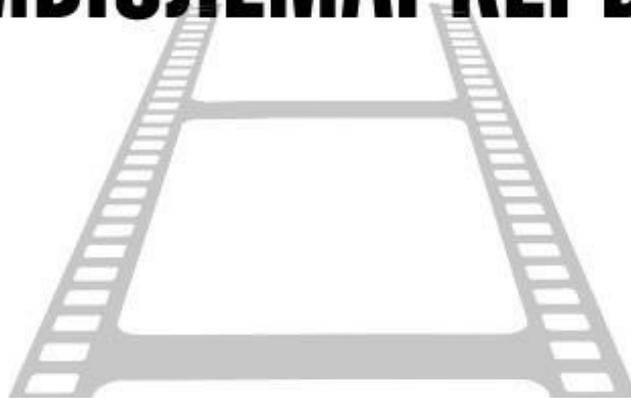
Но даже при всех физических ограничениях тело вашего манекена может быть значительно усовершенствовано. Точнее, это будет уже другой манекен, в которого нужно войти. При должной настойчивости все возможно, в том числе обращение процесса старения вспять.

Ваши физические параметры заложены в ДНК, но далеко не все. ДНК не может вместить столько информации, чтобы определить все нюансы вашего портрета. Там заключены лишь основные характеристики, которые задают то, что делает вас человеком или улиткой, а также то, что в грубом приближении отличает вас от других вам подобных. Точнее сказать, информации ДНК едва хватает для описания эмбриона.

А где же все остальное? Остальное для официальной науки остается загадкой, поскольку она не желает признавать существование информационного пространства, которое мы называем архивом Вечности. Ну, наука многое не признает, потому что возложила на себя тяжкую обязанность все «научно» объяснить. А то, что объяснить не в состоянии, она отвергает или игнорирует. Однако вещи необъяснимые от этого существовать не прекращают.

Так вот, значительная часть информации по вашему «проекту» содержится в том самом информационном пространстве. И данный проект можно корректировать. Как это делается, узнаете-узнаете, мои хорошие.

# МЫСЛЕМАРКЕРЫ



**П**ризнайтесь, ведь вы завидуете мне за то, что я такая дивная и несравненная, а вы такие несуразненькие и неуклюженькие! Мне завидовать можно. А завидовать другим не разрешаю вам. Делайте себя!

- Задавая себе новую реальность, вы используете аспект киноленты.
- Имитируя себя в новом манекене, вы используете аспект зеркала.
- В обоих случаях активируйте косицу и проговаривайте мыслеформы.
- Впускайте в себя новую информацию и вживайтесь в новую роль.
- Одновременно *делайте себя*, добивайтесь соответствия на материальном плане.
- Физические параметры могут быть значительно улучшены в тридвижении.

Прежде чем объяснять, как можно корректировать проект, по которому вы развивались после прохождения стадии эмбриона, сделаем некоторое отступление. Помнится, я призывала вас изобретать свои мыслеформы, на свой вкус и лад. На самом деле ваш ум не способен ничего изобрести, то есть в буквальном смысле *сконструировать самостоятельно*. Он умеет только *считывать информацию, управляя своим вниманием*. Вы забыли, кем являетесь? Персонажи!

У мозга есть три *основные* функции. Первые две — *восприятие* окружающей действительности и ее *интерпретация*. Третья, менее

известная, — это *настройка*. Настройка на *память, мышление и состояние*. Мозг не генерирует мысли и не хранит воспоминания. Он работает как радио- или телеприемник. Вспоминая что-то, он настраивается на блок информации, который располагается в архиве Вечности. Думая о чем-то, он также настраивается, сканируя информацию и таким образом делая из нее поток, который проявляется как ход мыслей. Мысли и воспоминания хранятся не внутри, а вне мозга — там, где и положено быть информации, — в информационном пространстве.

А вот состояние — это уже кое-что поинтереснее. Это *ощущение вами себя или ощущение себя собой*, какими вы были созданы по Природе, а точнее, в соответствии с проектом. Если вы смиряетесь и принимаете то, что вам дано от Природы, вы такими и остаетесь. Или можете меняться, в худшую или лучшую сторону. Здесь имеет влияние как вектор ваших устремлений, так и социум.

В зависимости от личных качеств и жизненных обстоятельств вы можете быть и ощущать себя красавчиком и счастливчиком либо озлобленным неудачником. Это ваше *состояние*. Всякий раз, когда вы себя *ощущаете* так или иначе, происходит *синхронизация* вашего состояния с проектом. И если возникают несовпадения, проект корректируется в ту или иную сторону. Так, даже независимо от начальных параметров проекта, вы можете превратиться из баловня судьбы в весьма несимпатичного брюзгу или, напротив, из гадкого утенка во всеобщего любимца.

А теперь вопрос: возможно ли намеренно управлять синхронизацией? Ответ вам наверняка уже известен. Невменяемые персонажи плывут по сценарию, полагаясь на не зависящие от них «сложится — не сложится», «повезет — не повезет», беспомощно барахтаясь в текущем кадре. Синхронизация в таком случае происходит произвольно, независимо от персонажа. И тогда тот, кому повезло, становится звездой, а тот, у кого не сложилось, скатывается в яму.

Вы же, мои любимцы, не только задаете себе новую реальность, но еще и задаете новых себя, делаете новых себя, настраиваетесь на новых

себя, а значит, *намеренно входите в свое новое состояние.*

Но это еще не есть синхронизация. Что происходит в момент, когда вы декларируете мыслеформы? Задаете новую реальность, которая еще не свершилась. Даже занимаясь техникой имитации, вы еще не до конца входите в требуемое состояние. Но что происходит потом? Потом вы перемещаетесь на новые киноленты, входите в новые манекены и воочию наблюдаете *подвижки*. Всенесомненно, вы их увидите, и вот тогда вы себе скажете: а ведь это действительно работает! И вот тогда вы по-настоящему *войдете в состояние.*

В подлинном состоянии ваши мыслеформы превратятся в *мыслемаркеры.*

# *Получается так, что* я задаю свою реальность. #

# *Действительно,* мое намерение работает. #

# *В самом деле,* я вхожу в новый манекен. #

Мыслемаркеры констатируют, что происходит то-то и то-то. Констатируют — значит подтверждают, что факт имеет место. В отличие от мыслеформ, мыслемаркеры служат закладками, описаниями того, что уже свершилось и что не нуждается в доказательствах.

Мыслеформы, напротив, есть утверждения, которые стремятся доказать свою правильность. Стремление что-то доказать себе или окружающим — неубедительно. Кого вы хотите убедить: себя или реальность? И то и другое бесполезно. Вы можете притвориться, но не сможете себя убедить. Увещевания не помогут войти в *чистое состояние*, без тени сомнений. Единственное, что работает стопроцентно, — это *подтверждение*. Мыслемаркеры — это то, что уже подтверждено.

Конечно, мыслеформы как утверждения тоже оказывают какое-то влияние на проект, но слабее, потому что синхронизация происходит именно в момент, когда вы сталкиваетесь с реальным положением дел, по факту. Мыслеформы действенны на начальном этапе, чтобы запустить реальность. А вот потом, когда вы увидите первые результаты — *подвижки*, обратите на них *особое внимание* и опять же с косицей констатируйте, что все действительно получается.

В этот момент вы воистину соприкасаетесь с внешним намерением, и в этот момент происходит синхронизация с проектом. *Мыслеформы задают реальность, а мыслемаркеры корректируют проект.* Поэтому выполняйте все три движения, наблюдайте подвижки и закрепляйте их мыслемаркерами.

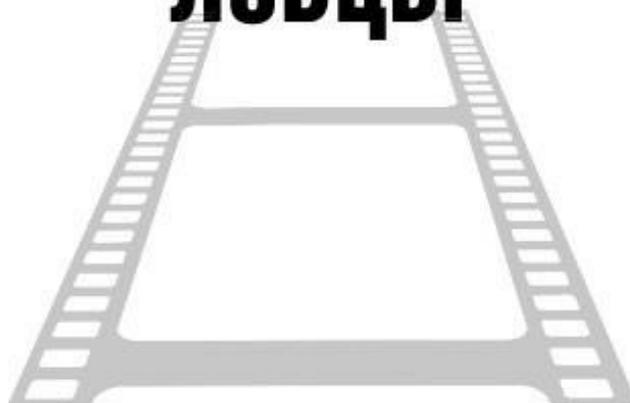
# Получается так, что я с каждым днем все ближе к цели. #

# Действительно, я все делаю гениально, мой профессионализм растёт. #

# В самом деле, моя физическая форма улучшается. #

# Воистину, я становлюсь обаятельной и притягательной личностью. #

# ЖАДНЫЕ ЛОВЦЫ



**Т**емочка прошлого урока была так себе, довольно сложненькая, а посему не хотите ли закрепить пройденное? Как это — не хотите?! А ну-ка, вылезайте из своих домиков! У всех рожки на макушке! Или будете наказаны.

- Ум ничего не изобретает, он лишь считывает информацию их архива Вечности.
- Три *основные* функции мозга: восприятие, интерпретация, настройка.
- Мозг работает как приемник, настраиваясь на память, мышление, состояние.
- Состояние — это ощущение вами себя, какие вы есть, со всеми нюансами.
- Состояние — это не сиюминутное настроение, а именно ощущение вас собой.
- Проект, как и состояние, может меняться в лучшую или худшую сторону.
- В момент осознания своего состояния происходит синхронизация с проектом.
- Независимо от начального проекта вы можете как взлететь, так и

скатиться.

- Выполняя тридвижение, вы намеренно вводите себя в новое состояние.
- Имитация становится подлинной, когда вы наблюдаете результаты.
- Мыслемаркеры — это подтверждения того, что подвижки имеют место.
- Мыслеформы запускают реальность, а мыслемаркеры корректируют проект.

Помните, я как-то говорила вам, что, выполняя технику имитации, вы создаете для реальности иллюзию? Повторю. Хотите чем-то обладать — делайте вид, будто уже имеете. Хотите кем-то стать — ведите себя так, будто уже являетесь. Подобно актерам, на полном серьезе, *входите в состояние и живите в нем*. Живите в мыслях, виртуально, а по возможности и в действиях, реально, пока сами не поверите в созданную иллюзию. Как только сами поверите, так и реальность поверит.

А когда вы поверите? Тогда, когда узрите реальные подтверждения, что техника работает. Именно поэтому я настоятельно рекомендую *всегда обращать особое внимание на подвижки*. Как только увидели, сразу активируйте косицу и с наслаждением смакуйте свои достижения, во всех подробностях.

И вот тогда какое чудо случится? Произойдет корректировка вашего проекта! Вы станете уже немножечко (а может, и множечко) другими. Это все равно что войти в новое тело в новом наряде. Если выполнять все три движения регулярно, вы будете постепенно продвигаться на все более высокие и высокие уровни.

А теперь, мои нудненькие, алгоритм. Снова-снова! *Алгоритм синхронизации*.

1. Выполняйте все три движения — порознь или все вместе, как хотите.
2. Внимательно наблюдайте, жадно ловите подтверждения ваших успехов.

3. Как только увидели, активируйте косицу и закрепите подвижку мыслемаркером.

Подвижки будут как в плане воплощения задуманного, так и в плане способов его реализации. Реальность будет вам подкидывать эти способы и подталкивать к их использованию.

Будут и «поражения». А как же без них? Другое дело, как вы станете к ним относиться. Если вы потерпели поражение, ваше состояние изменилось: вы почувствовали себя неудачником. А что в этот момент произойдет с проектом? Страшно подумать. Ни в коем случае не позволяйте свершиться такой синхронизации! Как этого избежать?

Очень просто. Вы что, забыли, какой замечательный принцип у вас имеется? Польза! А еще вы, наверное, так и не извели свою глупую привычку настаивать на своем сценарии. Ну, держитесь, я тогда вас сама изведу! Или нет, лучше увековечу в банках с формалином и буду показывать своим другим ученикам. Даже не в назидание, а для вдохновения! Они сразу станут сообразительными и послушными.

И наоборот, если вам посчастливилось одержать победу, тщательно лелейте и смакуйте это состояние, не забывая про косицу. Можете не сомневаться, ваш проект скорректируется, и дальнейшее будет развиваться в лучшую сторону. Поэтому *очень бережно и ответственно относитесь к своему состоянию, управляйте им.*

А еще, помнится, я вам говорила, что, если вы задали конкретную цель, сценарий может вас шокировать. Вам будет казаться, что все идет прахом. На самом деле это старый хлам выбрасывается из вашей реальности, чтобы освободившееся пространство заполнить красивыми новыми вещами.

Да и потом, откуда вам знать, каким образом ваша цель должна быть реализована? Вам может казаться, что ничего не получается, но оно-то как раз и получается, только не тем путем, как вы «планировали». И вообще-то, никто не обещал, что ваш путь будет усыпан розами.

Пусть вас также не смущает и тот факт, что вы можете не наблюдать

сиюминутных результатов. Учитывайте то, что реальность реагирует с задержкой. Имейте терпение, будьте настойчивы и последовательны. Если же *не получается в принципе*, словно стучитесь в закрытую для вас дверь, тогда вам следует задуматься, ваш ли это путь, действительно ли это путь вашего сердца. Единственный путь, который вас никогда не подведет, — это *путь саморазвития*. Не любой, конечно (типа изучения древнегреческого языка), а тот, который вас вдохновит и принесет вам реальные плоды.

И еще один нюанс. *Задавать себя* можно только в зеркале реальности, используя косицу. Нельзя задавать свой манекен, смотрясь в обычное зеркало. Запрещаю вам так делать! Это не будет работать или будет работать наоборот. *Стоя перед плоским зеркалом, можно только констатировать позитивные подвижки, недостатки при этом игнорируя*. Нельзя фиксировать внимание на недостатках, от которых хотите избавиться. *Недостатки надо либо устранять, совершенствуя себя, либо принять как свою уникальность*. Если ничего не можете с этим поделать, значит, пусть это будет.



**Д**а-да, знаю-знаю, до хвалебных и обольстительных, до восторженных и восхитительных речей в мой высочайший адрес вы — скупые-прескупые скряги, а до своих успехов — жадные-прежадные жадины. Вот какие! Ну ничего, я тоже в долгу не останусь — буду складывать злобу злобную на вас в мешок под кроватью и, когда накоплю, поквитаюсь с вами.

- Обращайте особое внимание на подвижки.
- Проект корректируется в момент закрепления подвижки мыслемаркером.
- Жадно ловите подтверждения ваших успехов, смакуйте их, наслаждайтесь ими.
- Подтверждение результатов вводит вас в подлинное состояние.
- Систематическое, регулярное тридвижение совершенствует ваш проект.
- Неудачу нельзя рассматривать как неудачу, а поражение — как поражение.
- Единственный путь, который вас никогда не подведет, — это *путь саморазвития*.
- Либо вы управляете своим состоянием, либо оно управляет вами.

Последний тезис крайне важен. Надеюсь, вам понятен его смысл. Очень бережно и ответственно относитесь к своему состоянию,

управляйте им, потому что это, во-первых, ключ к вашему проекту, а во-вторых, кое-что еще, о чем мы сейчас и поговорим.

То, что вы проснулись в кино, не делает вас неуязвимыми. Поскольку вы там, с вами может случиться все, что там случается. Кино не меняется от вашего пробуждения. Ваша задача — задавать такое кино, где у вас все благополучно. Ну а если случилось что-то неблагополучное, на то у вас есть безотказный принцип — Польза.

Кстати, в дополнение к алгоритму пользы по факту уже случившегося, вы можете задавать пользу того, что еще не произошло. Не буду утомлять вас еще одним алгоритмом, принцип здесь простой: *получится — хорошо, а не получится — еще лучше*. Это по поводу события, которое для вас является настолько важным, что эта самая важность мешает спокойному и успешному его осуществлению, так что даже косица не всегда помогает. Ну а раз так, объявите любой исход события заранее полезным (успешным) для вас. Это и важность снимет, и настроение поднимет. Ведь вы же не знаете, какой поворот сценария для вас действительно полезен? Мы это уже не раз обсуждали.

Постоянное задание кинолент, где для вас все складывается благополучно, хоть и полезная привычка, но иногда она может быть утомительной и напряжной. Что же теперь, и расслабиться нельзя? Можно-можно!

Наряду со всеми принципами, которые мы с вами проходили, существует еще один аспект реальности: «погода в доме», или атмосфера текущей киноленты. Речь не о погоде как таковой, а об общем состоянии реальности, которая может быть как агрессивной, так и лагодной, причем именно лично для вас, поскольку все остальные находятся в относительно разных условиях и погода для всех бывает разной. Например, в одной и той же географической местности у вас — голубая лагуна, а у кого-то — ледяная пустыня.

Так вот, погода в вашей текущей реальности определяется вашим *состоянием*. Здесь имеется в виду не только то состояние, о котором недавно шла речь, но и *расположение* вашего духа, а также ваша *расположенность* ко всему окружению.

Ваше состояние в частности и состояние реальности вообще можно определить общим термином: *Лада*. Лада — это не что-то вроде мармелада. У данного слова много значений. Лада — это прежде всего гармония. Все будет ладно и славно. Это и удовольствие, и услада. Ладить — значит жить в мире и согласии. Лад — это когда в мире мир, порядок и благоденствие, когда все хорошо. А еще Лада — это возлюбленная. Если любите жизнь, жизнь будет Ладой. Если любите себя, будет усладой. А если себя не любите, делайте Ладу — и полюбите.

Помните Закон? Если руководствоваться принципом Пользы, в жизни будет все меньше и меньше событий, несущих вред. Будет Лада. Но еще лучше эту Ладу создавать намеренно, то есть пребывать в соответствующем тому *состоянии*.

Я не зря вам советовала копировать самоощущение и состояние ваших кумиров, потому что состояние — это не только ключ к проекту, но и то, что *привлекает*. Что вас привлекает в ваших кумирах? Наверное, состояние праздника, успешности, стильности, красоты, обаяния, удовольствия. *Удовольствие* — вот первое, что ищут люди. Кто это удовольствие излучает, к тому они и тянутся. А в общем и целом все они тянутся к Ладе.

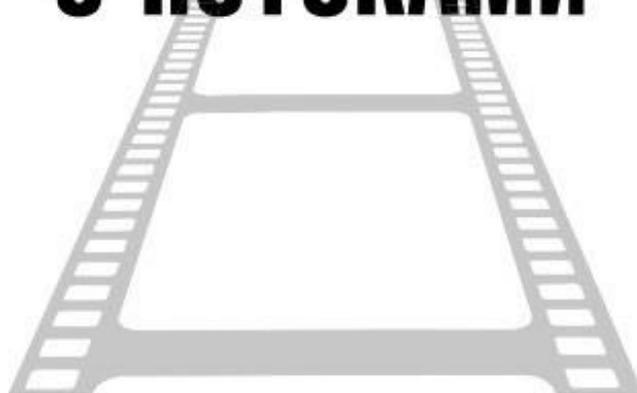
А еще что тянется к Ладе? Реальность! Она это тоже любит и становится лагодной рядом с людьми и для людей, которые ее излучают. Недовольство же, раздражение, недоброжелательность и им подобные проявления, наоборот, отталкивают людей и хмурят реальность.

Отсюда какой вывод? Старайтесь пребывать в состоянии Лады. Ищите удовольствия в любых мелочах — и найдете. Устраивайте праздник по любому поводу, и будет вам праздник. Создавайте благодатную, легкую атмосферу в себе и вокруг себя. Уже лишь благожелательный настрой по отношению к людям расположит их к вам. А благожелательный настрой по отношению к вашей реальности, какой бы она ни была, расположит к вам и саму реальность. *Создавайте благоприятную атмосферу намеренно*. Нароботайте такую привычку.

Это, наверное, самая полезная привычка из тех, которые мы проходили.

Излучая удовольствие, любовь, комфорт и праздник, а в общем и точнее, Ладу, вы привлекаете к себе людей, а заодно и успешную реальность. Ведь люди хотят того же. *Люди тянутся к счастливым, которые умеют излучать Ладу.* Вы видите на экранах и обложках таких успешных, таких устроенных, таких красивых и счастливых, аж прям до тошноты, и вам кажется, глядя на себя, что ваша жизнь как раз не удалась. Но поверьте, вся эта показная красота и счастливость — по большей части бутафория и блеф. Зато теперь вы знаете, как устроить себе подлинную, настоящую Ладу. И главное, можете. Ладно же? Я права? Ну конечно, я права. Ведь я Тафти, ваша жрица!

# КОСИЦА С ПОТОКАМИ



**Н**у что, мои ладненькие, надеюсь, вы поняли, что Лада — это когда все хорошо, как надо. Но не только потому и не только тогда, когда все действительно хорошо и как надо, а потому что вы должны и можете привести себя в состояние Лады намеренно, и тогда все у вас будет Лада. Это как способность управлять погодой.

- Задавайте пользу наперед: *получится — хорошо, а не получится — еще лучше.*
- Погода в вашей текущей реальности напрямую зависит от вашего состояния.
- Лада — это удовольствие, комфорт, любовь, дружелюбие, праздник.
- Люди тянутся к счастливицам, которые умеют излучать Ладу.
- Реальность становится благосклонной к тем, кто излучает Ладу.
- Управляйте своим состоянием, не пускайте его на самотек.

Воистину, отпустить свое состояние на самотек — это все равно что повиснуть, как тряпичная марионетка в чьих-то руках, и болтаться по воле случая или чьей-то воле. Создавайте свою личную Ладу. *Приносите с собою свет в любое общество.* Создавайте свой оазис, в

своем кадре, оазис праздника. Мой оазис идет со мной: куда я, туда и он. Начинайте день со слова «Лада». Входите в это состояние всегда, независимо от обстоятельств. Лада — и все тут.

Если же вас неодолимо охватывает раздражение, страх, злость — не боритесь с эмоциями — начинайте наблюдать. Все неладное, что творится, должно вас подвигать к наблюдению над тем, что происходит с вами и с реальностью. Когда начинаешь рассматривать свой страх в лупу, он парадоксально уменьшается. Когда наблюдаешь реальность, она теряет власть над вами. Реальность не любит, когда ее наблюдают. Она начинает ускользать, а заодно и перестает владеть вами. Только *подглядывайте за реальностью не пристально, а искоса, чтобы она сама не раздражалась.*

Напоследок хочу дать несколько пояснений о косице. Во-первых, особо не озадачивайтесь, если не чувствуете ее буквально как косицу или вообще лишь смутно чувствуете. Ощущения у всех индивидуальны, это нормально. Например, моя подруга Матильда ощущает не косицу, а некое томление за спиной, *некое присутствие чего-то, не телесного, а фантомного.*

Присутствие это может проявляться по-разному. Может быть чем-то осязаемым, но, если даже оно чисто воображаемое, тоже сойдет. Представьте, вам прикрепили к затылку твердую прямую косицу. Вы помотали головой, почувствовали ее присутствие, а потом косицу убрали. Ее уже нет, но ощущение, что она там только что была, осталось. Вот это и есть фантомное ощущение.

Но даже если и фантомное ощущение отсутствует, не беда, попробуйте следующий прием. Вообразите, что из затылка у вас вертикально свисает стрелка до середины спины. Просто стрелка, как вектор. Теперь сделайте вдох, а на выдохе представьте, что стрелка повернулась так, что встала под наклоном к спине. Почувствовали фантомное ощущение? Если да, можете использовать этот прием как активацию косицы.

Неважно, под каким наклоном и на каком расстоянии от спины находится ваша стрелка. Ваше энергетическое тело само подскажет и

определит ее положение в активном состоянии. Но даже если без стрелки вы будете активировать косицу, просто обращая внимание на некую точку на расстоянии примерно локтя или меньше от середины лопаток, этого тоже будет достаточно. Со временем, после известной доли практики, вы научитесь чувствовать свою косицу достаточно ощутимо. Косицу еще натренировать надо, она ведь у вас атрофировалась, поскольку не использовалась.

А вот еще прием, для «продвинутых улиток», который делает косицу более эффективной. Представьте, что вдоль центральной оси тела у вас поднимается энергетический поток, снизу вверх. Сделайте вдох и почувствуйте, как от ног к голове продвигается некое ощущение. А теперь представьте обратный поток, сверху вниз. Сделайте выдох и прочувствуйте нисходящее ощущение. Потренируйтесь так несколько раз: на вдохе поток идет вверх, на выдохе вниз. Ощущения фантомные, но энергетические потоки идут абсолютно реальные, просто без должной тренировки вы их можете не чувствовать.

А теперь вообразите, что из вас торчат две противоположные стрелки: из груди (или из живота) вперед, а из середины лопаток (или ниже) назад. Сделайте вдох, а на выдохе представьте, как передняя стрелка поворачивается вертикально вверх, а задняя вертикально вниз. Почувствуйте, как при этом у вас запустятся оба энергетических потока одновременно. Восходящий поток, запущенный передней стрелкой, движется вдоль всего тела чуть спереди центральной оси, а нисходящий поток, запущенный задней стрелкой, тоже движется вдоль всего тела чуть позади оси. Или оба они просто движутся одновременно, один вверх, другой вниз, безо всякого их «расположения», как вам удобней ощущать.

Проделайте это упражнение несколько раз, чтобы прочувствовать. Потом попробуйте на выдохе запускать оба потока одновременно просто так, без стрелок. Потом активируйте косицу, как вы это делали с помощью стрелки из затылка, подышите немного, а затем на выдохе резко опустите ее вертикально вниз, одновременно запустив оба потока. После небольшой тренировки должно получиться.

*Только опять же, как с косицей, так и с потоками, не напрягайтесь. Вы запускаете потоки, а они уж сами движутся. Просто запустите их и спокойно позвольте им двигаться самим.*

А теперь **алгоритм косицы с потоками**.

1. Сделайте вдох, а на выдохе представьте, как стрелка из затылка поворачивается под наклоном к спине. Косица активирована.
2. Не отпуская ощущения с косицы, задайте реальность. Можете при этом дышать свободно.
3. Не отпуская ощущения с косицы (стрелки), сделайте вдох, а на выдохе резко опустите стрелку вертикально вниз, запуская при этом оба потока.
4. Ощущая движение восходящего и нисходящего потоков, произнесите про себя или вслух мыслеформу: «Мое намерение реализуется».

Сбросьте все ощущения.

Что при этом происходит? Вы не только задали реальность с помощью косицы, но еще и запустили (отправили) свое намерение как «послание» в пространство. Потоки, таким образом, усилят работу косицы. Если получится и понравится, можете использовать данный вариант постоянно. А нет, так и основного, базового алгоритма будет тоже достаточно.

Еще один эффективный прием использования косицы — в ванне, а также в любом водоеме. Например, когда принимаете ванну, не теряйте времени даром. Активируйте косицу (стенка ванны для нее препятствием не является), можно без потоков, и задайте реальность и/или себя — свой новый манекен. Не надо особо усердствовать, достаточно сосредоточиться на одну-две-три минуты, а затем сбросить косицу и полежать спокойно в ванне минут десять.

Что это дает? Здесь работает не только косица, но и вода, которая, как известно, охотно заряжается информацией ваших мыслеформ (а также и мыслемаркеров, естественно). Вода не посылает намерение в пространство, здесь у нее другая функция. Вода сначала записывает

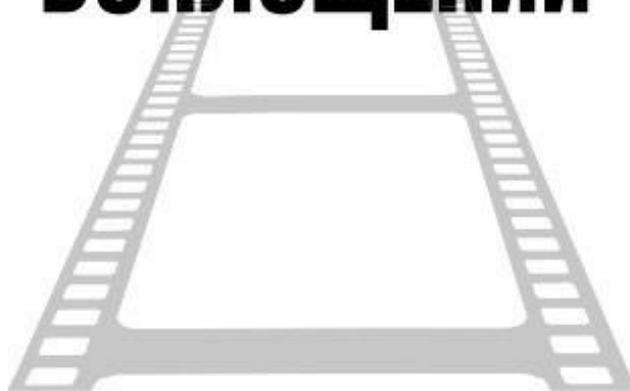
заданную вами информацию на себя, а затем буквально «пропитывает» этой информацией все ваши тонкие (энергетические) тела. Она это делает весьма эффективно. Таким образом, вы целиком заряжаетесь (пропитываетесь) намерением, которое задали, и потом ходите как живая радиостанция, транслируя свое намерение во все окружающее пространство.

Если у вас нет ванны, имеется другой вариант — контрастный душ. Сначала пару минут разогреваетесь горячей (но не слишком) водой, затем включаете холодную, не более чем на минуту. И так несколько раз, достаточно трех-четырех. Чем резче контраст температур, тем лучше, но главное, вы при этом не должны испытывать явно дискомфортных ощущений, чтобы не нанести вред здоровью.

Работать с косицей во время этой процедуры не нужно, потому что сосредоточиться будет труднее, чем в ванной. Зато контрастный душ резко повышает вашу энергетику, и вот поэтому, выключив воду, станьте спокойно, сосредоточьтесь и сделайте алгоритм косицы с потоками. Тоже очень эффективный прием.

Вот и все. Все очень просто. Косица — это не гаджет, который вы можете или не можете купить, — она у вас есть, и она всегда с вами. И конечно, никакой супергаджет не сможет дать вам то, что дает косица. Но включайте ее только намеренно и целенаправленно, не «болтайте» ею без надобности.

# СИЛА ПРОШЛЫХ ВОПЛОЩЕНИЙ



**И** вот, и вот, мои славненькие! Повторений пройденного больше не делаем. Повторением для вас теперь будет прочтение этой книги по новой и, возможно, не раз. Потому что, даже выполняя предложенные практики, вы не смогли все понять и запомнить. А если ничего не делали, а только читали, так и подавно. Я это знаю.

И с каждым новым прочтением вы будете все больше прозревать и открывать для себя что-то новое, удивляясь, будто читаете впервые. Попробуйте хотя бы еще раз все это прочесть и убедитесь сами.

Последнее, о чем расскажу вам *в этой книге*, это нечто такое, о чем вы не подозреваете, как, например, не подозревали о существовании косицы, — *о вашем праве*. Как вам теперь известно, у вас есть право задавать свою грядущую реальность и даже свой новый манекен. Но это еще не все. Вы имеете право на силу, накопленную в череде ваших прошлых жизней — воплощений.

В чем вообще смысл жизни? *В самой жизни*. Только это, больше никакого «глубокого» философского смысла в том нет. В чем смысл существования планеты или песчинки? Ни в чем. Они просто есть — и все. Принципиального отличия в смыслах существования живого и

неживого тоже нет. Смысл лишь в том, что все это *есть*, ну и слава Создателю.

А в чем смысл череды воплощений? Тоже ни в чем. Ну или почти ни в чем. Каждая очередная жизнь, от рождения и смерти бабочки, до рождения и смерти Вселенной, — это сон Создателя, Искра которого присутствует во всем сущем. Так же и каждая ваша жизнь есть не более чем очередной сон Создателя, впрочем, равносильно как и ваш сон, конечно же.

Зачем все это нужно, известно только Ему. А что должно быть известно нам? Нам должно быть известно, на что мы способны и на что имеем право. Однако это Знание дается не всем, а лишь тем, кто к нему стремится. Не хочешь знать — ну и живи, как хочешь. Потому что смысл жизни лишь в самой жизни, и просто самой жизни уже достаточно.

Как смысл, так и ценность жизни всех сущих одинаковы и равноправны. Ваша жизнь ничем не более ценна, чем жизнь улитки, которую вы можете по ходу раздавить, даже не заметив.

Конечно, я утрировала, обзывая вас улитками и уродцами. Но и недаром. Вопрос в том, достаточно ли вам того, что вам известно и что вам дано. Если достаточно — не вопрос. Каждый вправе *просто жить*, не задаваясь вопросами. Для улитки вовсе не зазорно жить обыкновенной неменяемой улиткой, поскольку улитка по природе своей неменяема. А вот не зазорно ли (если не сказать — стыдно) жить неменяемым персонажем, обладая при этом самосознанием, — вот это вопрос.

Но все это, конечно, не про вас, мои хорошие и пригожие. Поскольку вы читаете эту книгу, значит, уже не довольствуетесь тем, что вам дано и известно. Вы даже не представляете, какими видными, а возможно, великими людьми были *когда-то*, в прошлых жизнях, в своих предыдущих воплощениях. Всенесомненно вы *были* такими, потому что иначе не заслужили бы *эту* жизнь.

Но, независимо от бывшего величия, сейчас все утрачено-растеряно.

Своих прежних воплощений вы не помните. Вам это не кажется странным? Опять задаемся вопросом: в чем смысл всех этих жизней? Там были неудачи и поражения, победы и достижения. За многое вы расплатились и многого добились. Так что же, все зря и напрасно?

Вы не можете вернуть опыт забытых жизней, как не можете забрать с собою то, чем обладали в забытом сновидении. Но, повторяю, *у вас есть право на личную силу, накопленную в чередѣ воплощений*. Вам никто не говорил об этом. **Я** говорю вам.

Личная сила, сила души не должна пропадать даром. Новая жизнь не должна начинаться с нуля. Это *ошибка*, дефект мироздания. В вашей воле смириться и жить с ошибкой. Только кому вы нужны *такие* — дефектные существа? Даже мне не нужны. В вашей воле востребовать то, что принадлежит вам по праву. *Как* это сделать?

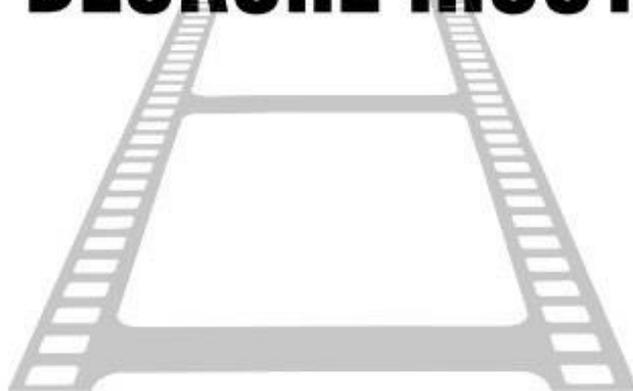
Достаточно просто. Кто право заявляет, тот его получает. Буквально, вам следует провозгласить декларацию: **«Я заявляю о своем праве. Я возвращаю свою силу. Я обретаю силу всех своих воплощений»**.

Но одних слов мало. Слова — лишь сотрясение воздуха. Есть один нюанс. Чтобы быть услышанными, нужно задействовать архаичный рудимент, который у вас имеется и о котором вам теперь известно, — *костицу*.

Провозглашайте декларацию с костицей, как вы это делали, задавая реальность. И тогда *Сила услышит вас*. Делайте это время от времени, как посчитаете нужным. Вскоре и постепенно вы почувствуете, как *ваша личная сила, уверенность, сила Духа будут расти*. Всенепременно вы это почувствуете. И всякий раз, когда будете находить тому подтверждения, не забывайте закреплять свой обновленный проект мыслемаркерами типа: **# *Моя личная сила действительно возрастает, я это вижу*. #**

Больше тут нечего добавить. Сами убедитесь, насколько это грандиозно.

# БЕСКОНЕЧНОСТЬ В БЕСКОНЕЧНОСТИ



**А** теперь поговорим о том, чего наверняка со скепсисом ожидают многие пытливые умы: о доказательствах. Доказательствах того, что все, о чем здесь говорилось, правда. @Неужели в самом деле@ мы живем в кино? И неужели можно перескакивать с одной ленты на другую?

Ну, во-первых, главным доказательством может служить ваш собственный практический опыт — все это действительно работает, проверяйте сами. А во-вторых, существует множество *косвенных* доказательств в виде аномальных и необъяснимых явлений. Именно косвенных. Прямых доказательств вы не получите — реальность почему-то не расположена раскрывать свои секреты.

Откуда же тогда мне самой обо всем этом известно? А мне ничего и неизвестно. Я знаю только то, что это работает, по факту. А вот почему и как именно работает — *большой вопрос*. Киноленты и зеркало — лишь модели, интерпретации чего-то более сложного. Понять, как на самом деле устроена реальность, нельзя, но использовать ее свойства для своих практических целей — можно и нужно. Поэтому я и даю такие модели и интерпретации, которые доступны пониманию. Но одно могу утверждать с уверенностью: *если модель работает, значит, она*

*очень-очень близка к оригиналу.*

А посему будем придерживаться принятой модели. Реальность не виртуальна, она настоящая, не надо путать ее с компьютерной игрой. Но она устроена наподобие кино, точнее, множества кинолент, переплетающихся между собой. Какие-то из этих кинолент крутятся, какие-то находятся пока в архиве.

Параллельных **материальных** миров не существует. Материальная Вселенная (во всяком случае, эта, наша) одна. Но существует бесчисленное множество виртуальных вариантов — архивных кинолент. Бывает, что кусочек одной такой архивной киноленты случайным образом оказывается подсвеченным в текущем (материальном) кадре. Тогда здесь может оказаться человек из прошлого, будущего или вообще не из нашей цивилизации.

Если человек попал сюда, в наш мир, из архива, то его прошлая жизнь ему будет казаться совершенно реальной, потому что его память привязана к той киноленте, откуда он пришел. *Мозг хранит не информацию, а адреса к ней.* При переходе с одной киноленты на другую адреса могут открепляться от прежней, привязываясь к новой, но могут и не открепляться. И тогда возникает эффект, подобный дежавю.

Это когда вам кажется, что в вашей жизни несомненно было то-то и то-то, а все окружающие вам твердят, что этого не было. Или наоборот, вам говорят, что это точно было, а вы этого ну никак не помните. И не потому, что у вас случился провал в памяти, а потому, что возникла путаница между адресами и кинолентами. Реальность иногда допускает такие вот ошибки.

Хоть реальность и старается тщательно подчищать всякие подобные несуразности, ей это не всегда удается. Так называемый эффект Манделы — это еще больший промах, чем дежавю, и его уже никак нельзя списать на дефекты памяти отдельного человека.

Это когда очень большая группа людей, буквально миллионы, помнят то, чему в текущей действительности не находится подтверждения.

Например, многие точно помнят, что в таком-то фильме абсолютно точно звучала такая-то фраза. Однако сейчас эта фраза куда-то исчезла или изменилась, и ни на едином носителе, даже самом старом, вы ее не обнаружите. И подобных примеров целое множество, и не только из фильмов.

Это что, всеобщее помешательство? Почему так произошло? Да просто потому, что общая действительность перескочила на другую киноленту, на которой у той фразы уже другая версия. Реальность допустила недопустимую ошибку: *прошлое изменилось!* Да еще и адреса памяти людей не скорректировались. Все отчетливо помнят то, что было на прежней киноленте, поскольку их адреса все еще к ней привязаны.

Здесь надо сделать оговорку, что до сих пор речь шла об индивидуальных кинолентах. Однако общее кино реальности устроено гораздо сложнее. Индивидуальные ленты отдельных людей хоть и крутятся порознь, но все же лежат на ленте, общей для всего человечества. Конец света — он ведь для всех наступить должен? Сколько раз его предсказывали, а он все никак не наступает. И ведь такой вариант действительно существует в архиве, коли предсказатели его видят. Но вот пока получается так, что общечеловеческая действительность перескакивает на другую, благополучную ленту.

А бывает и так, что настоящее попадает в прошлое. Например, существует такой задокументированный факт. 14 июля 1911 года поезд с пассажирами отправился из Рима в Ломбардию, а когда зашел в горный тоннель, бесследно исчез. В то же время (точнее, это было уже прошлое время) мексиканские газеты 1840 года засвидетельствовали необычайное происшествие. В Мехико появились 104 итальянца, со всеми документами и атрибутами своего века, которые утверждали, что прибыли сюда из Рима на поезде. Конечно, им не поверили и не нашли ничего лучше, как упрятать их в психиатрическую лечебницу.

Куда же подевалась действительность пропавших итальянцев? Ведь мы говорили, что действительность — это то, *чего никогда не было и никогда не будет*, а только *есть — единожды и сейчас*. Да, так и есть.

Описанный случай ничего не меняет. Потому что действительность — это текущий кадр. Но если происходит такая аномалия, что ленты каким-то образом пересекаются (а пересекаться они могут совершенно произвольно), тогда кадр из будущего может оказаться на ленте из прошлого. И тогда люди и предметы из этого кадра попадают в прошлое.

Но как же так?! Ведь кадр движется последовательно! Как могут люди родиться в настоящем, а скончаться в прошлом?

А он и движется последовательно. Сначала прошел первый кадр, где люди исчезли. Потом прошел второй кадр, где они появились. Но на самом деле тот первый кадр был последующим, а второй — предыдущим. Просто ленты будущего и прошлого перепутались, и произошла такая вот аберрация восприятия, к которой мы не привыкли и которая даже при всех этих объяснениях остается непостижимой.

Впрочем, есть также задокументированные факты, когда люди из прошлого, со всеми своими атрибутами, вплоть до содержимого карманов, оказывались в настоящем. А бывали и случаи, когда в археологических раскопках находили артефакты, изготовленные в недавнем настоящем или же в неизвестном будущем. Здесь опять киноленты спутались и пересеклись. А бывает и так, что ленты не пересекаются, а соприкасаются. Тогда возникает хрономираж.

Люди и предметы не перемещаются во времени буквально, как материальные объекты в пространстве. Они могли вообще не существовать в действительности, прошлой или настоящей. Но они могут материализоваться в любом месте и в любом времени, если их лента попадает в текущий кадр этого места и времени. *Материальная действительность — это именно подсвеченный кадр, а реальность вообще — это множество кинолент*, вот что нужно уяснить.

Перечисленные аномалии ничего не доказывают, но служат косвенным подтверждением, что реальность представляет собой бесконечное пространство вариативных кинолент. Более того, из этого следует, что дискретны не только кванты микромира, но и вся реальность, поскольку ленты состоят из кадров, разделенных

промежутками. Если бы наука допустила, что квантовым является не только микро-, но и весь макромир, она бы сделала много новых открытий. Например, мгновенное перемещение во времени и пространстве, а также другие аномалии происходят именно в промежутках между кадрами.

Да и все наши с вами практики подтверждают, что вся реальность дискретна. Выбиваясь из частоты кадров текущей киноленты, вы обретаете способность творить невозможное. Буквально, все манипуляции с вниманием и косицей выбивают вас из частоты и фазы реальности. И в этом смысле вы получаете возможность свободно гулять в кино.

Архив Вечности, как можно предположить, тоже не сразу появился — он эволюционировал. Все, что было или могло бы быть, — было записано не всегда и не обо всем. (Хотя можно также и утверждать, что Архив существовал всегда. Только тогда придется углубляться в философию и разбираться в семантике понятия «всегда». Что такое «всегда»? Кто-нибудь знает?)

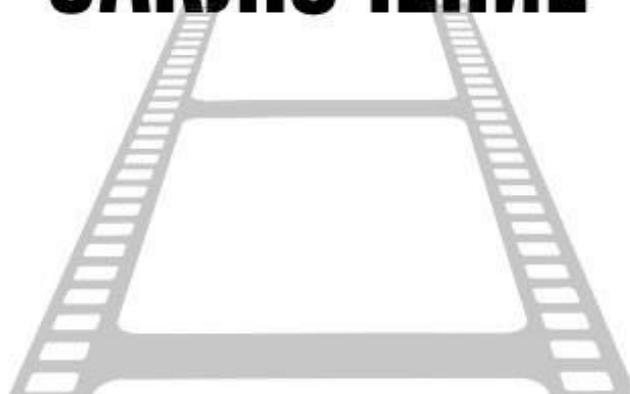
Эволюция — это в определенном смысле процесс производства информации. Живая и неживая природа эволюционирует, развивается и одновременно производит информацию о себе, о вариантах своего существования. Это аналогично тому, как эволюционирует Сеть, — ее посетители вводят свою информацию, и она накапливается.

Архив кинолент — это не всеобъемлющее, абсолютно бесконечное поле информации, которое было всегда и обо всем, а, скажем так, *часть бесконечности*, которая движется и растет, как огромный конструкт, тоже бесконечный. Двигается в бесконечности и растет. *Бесконечность как часть бесконечности*. Можете себе такое представить? Нет? Ну и не надо. Не заморачивайтесь над тем, что разум постичь не способен. (А то еще кто-то начнет спорить, что бесконечности не существует, а Вселенная конечна. Но кто знает?)

Вы должны не ломать себе голову, а действовать и испытывать чувство восторга уже лишь оттого, что теперь знаете, что способны *задавать себя и задавать реальность*. Это открывает свет в конце

тоннеля, дает силу, надежду, цель, а значит, и энергию для намерения, чтобы творить такое, чего, с точки зрения обывателя, «быть невозможно».

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ



**Н**у вот, мои хорошие, и подошел к концу первый том нашего повествования. Но это только первый том, и мы, конечно, еще встретимся.

Если вы еще не превратились в светлячков, то по крайней мере уже близки к тому и находитесь где-то в промежуточном положении ящерок. Вертлявых таких, любопытных ящерок.

Будете греться в лучах моей славы, жмуриться, вилять хвостиками, разевать ротки, издавать зоологические звуки типа шипения: «Тафти-Тафти-и-и! Жрица-жрица-а-а!». А потом собираться в стайку и шептаться меж собой, на меня оглядываясь: «Как бы нам ее использовать в своих корыстных целях?!».

Главное, чтобы вы использовали Знание, которое получили. Большинство людей (почти все) живут, никогда не просыпаясь, — они идут по жизни, как в бреду, не поднимая головы и не осматриваясь. Они никогда не задают свою реальность, а лишь плавают в уже заданной и данной им кинокартине, как в аквариуме.

Понимаете, насколько разительно теперь вы отличаетесь от них? Но не забывайте, это не дает вам права на высокомерие или, хуже того, презрение. Не будьте спящих. Неблагодарное это занятие. Пусть они живут как хотят и как могут. Кто способен проснуться, найдет меня сам. Как вы нашли. *А вы — помните обо мне и не забывайте себя.*

Знание здесь дано в очень концентрированном виде, и притом такое Знание, которое вам может показаться неуловимым, ускользающим. Вы можете пройти мимо и ничего не понять и не заметить. Это Знание потому неуловимо, что оно об иллюзии, в которой вы постоянно находитесь, — *иллюзии действия*, состоящей в том, напомню, что вам кажется, будто вы живете самостоятельной жизнью и действуете по своей воле и усмотрению.

В то же время у вас не получается все так, как вы хотите. В этом противоречие и парадокс. Если вы действуете по своей воле, почему же тогда все выходит не по-вашему? Вы думаете, что не получается, потому что не получается, и все. На самом деле не получается потому, что вы все-таки действуете не по своей воле, а ведет вас сценарий.

Когда вами владеют тревога, страх, неприязнь и прочие эмоции, вы погружаетесь в сон, в транс и собой не владеете. Вам может казаться, что это эмоции вами владеют. Однако это не так. *Эмоции вас погружают в сон, а владеет вами сценарий.*

А еще у вас не получается потому, что вы не умеете действовать так, чтобы получалось. Вместо того чтобы задавать грядущую реальность, вы воюете с текущей действительностью. Данная книга и предназначена для того, чтобы вывести вас из этой иллюзии. Для этого много слов не надо, наоборот, вам бы сначала понять, осознать и увидеть, где она, эта ваша иллюзия. Одного этого будет уже достаточно, чтобы кардинально изменить вашу жизнь. А дальше, в следующих книгах, узнаете еще больше.

Каждый день вас что-то беспокоит, что-то гнетет, что-то повергает в уныние. Вы должны постоянно себя на этом ловить и не поддаваться, а перенаправлять вектор: *я могу задавать реальность, это мне решать, как оно будет.* Не забывая при этом, что задавать нужно не ход событий, а конечный результат — целевой кадр. Нароботайте такую привычку.

Помните, я говорила, что Сила — движок реальности? Она крутит киноленты. Если вы станете задавать реальность, *Сила заметит вас.* Сила всегда обращает внимание на тех, кто помогает ей крутить

киноленты, — *она их подхватывает и начинает помогать им*. Силу не интересуют пустые манекены сновидений, которые живут в кино, не просыпаясь. Возьмите себе девиз: «*Я ищу Силу, и нахожу Силу, и все делаю с Силой*». То есть все делаю сильно, гениально, от души. И вот тогда *Сила пребудет с вами*.

Не впадайте только в состояние телячьего восторга, радуясь собственноручно сотворенным чудесам. Радуйтесь потихоньку, про себя, чтобы реальность вам не отомстила (у нее такое бывает, она злобная), а уж тем более не бахвальтесь перед окружающими.

А еще не рассказывайте о техниках задания реальности и манекенов своим знакомым на словах. Они вас не поймут и поднимут на смех. Техники нельзя вырывать из общего контекста. Лучше посоветуйте прочитать все подряд. Свою же книгу никому не отдавайте — это своего рода *ваш личный талисман*. Это не просто сборник текстов, а *вещь, Силу имеющая*. Подержите ее в руках, ощутите, почувствуйте ее. Это *ваша* вещь.

А я — ваша Тафти! Пока-пока, улитки! До встречи в следующих книгах!

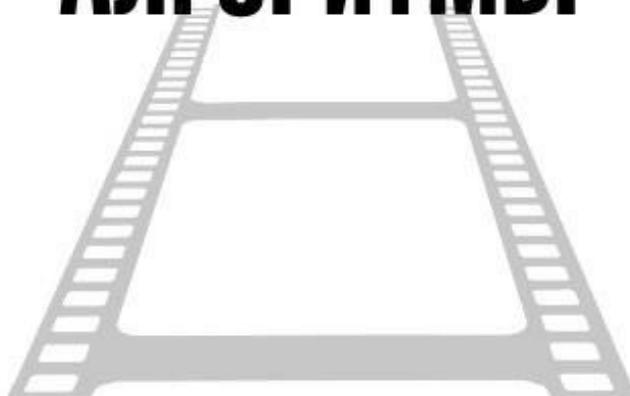


В художественной книге «*Жрица Итфат*» рассказывается об удивительных приключениях Тафти и ее друзей в метареальности. Там вы сможете ближе познакомиться с Тафти и узнаете, как сама жрица применяет свои принципы на практике.

Смотрите также:

- Видео на YouTube: канал «*Тафти Итфат*»
- Инстаграм: <https://www.instagram.com/tufti.itfut>
- ВКонтакте: <https://vk.com/tufti.itfut>
- Facebook: <https://www.facebook.com/tufti.itfut>
- Сайт и рассылка Вадима Зеланда: <http://zeldands.ru>
- Сайт Трансерфинг Центра: <https://tserf.ru>

# АЛГОРИТМЫ



**П**очему следует обязательно выполнять алгоритмы? Потому что алгоритмы открепляют вас от сценария, оживляют в кинокартине и прививают вам полезные автоматизмы.

## Алгоритм пробуждения

1. Как только что-то случается, вы пробуждаетесь.
2. Перед тем как что-то сделать, вы пробуждаетесь.

Установите внимание в центр осознания — в точку между внутренним и внешним экранами. Из этой точки вы можете наблюдать одновременно и за своими мыслями, и за тем, что с вами происходит. Вы можете видеть окружающую вас реальность и себя в этой реальности. Вам ничто не мешает смотреть на оба экрана одновременно. *Вы это умеете.*

Примеры внешних активаторов: вы с кем-то встретились, к вам кто-то обратился, вблизи вас что-то произошло — неважно что, какой-то звук, какое-то движение — все, что раньше вас привлекало и вовлекало. Сразу, *как только* что-то случилось, обратите туда свое внимание, но не теряйте над ним контроль — держите его в центре.

Примеры внутренних активаторов: вы собираетесь куда-то отправиться, что-то сделать, с кем-то заговорить. Перед тем как что-либо предпринять, установите свое внимание в центр. Именно *перед*

*тем как*, потому что после будет поздно — вы лишь обнаружите, что сначала заснули, а потом проснулись и вспомнили, что спали.

## Алгоритм подсветки кадра

1. Поймать себя на одном из активаторов.
2. Проснуться: вижу себя и вижу реальность.
3. Активировать косицу и, не отпуская с нее ощущения, задать реальность.
4. Сбросить ощущение с косицы.
5. Если событие значимое, повторить подсветку несколько раз.

Подобно тому как была организована слежка за вниманием, теперь вам предстоит *отслеживать надвигающийся кадр*. Здесь имеется три активатора:

*Ожидание* — что-то должно произойти, вы чего-то ждете, на что-то надеетесь.

*Намерение* — вы намереваетесь куда-то отправиться, что-то сделать.

*Проблема* — произошло нечто, требующее решения.

Всякий раз, когда вы чего-то ожидаете, не ждите и не надейтесь — задайте реальность. Всякий раз, когда вы что-то намереваетесь, не спешите делать — сначала задайте реальность. Всякий раз, когда возникла какая-то проблема, опять — не ждите, не надейтесь, не суетитесь — задайте реальность.

Алгоритм подсветки кадра — упражнение для развития метасилы и одновременно способ задания нужной вам реальности. Выполняйте алгоритм подсветки спокойно и непринужденно. В мыслях/словах/визуально — как у вас лучше получается. Наиболее эффективная подсветка — визуальная.

## Алгоритм косицы с потоками

1. Сделайте вдох, а на выдохе представьте, как стрелка из затылка поворачивается под наклоном к спине. Косица активирована.

2. Не отпуская ощущения с косицы, задайте реальность. Можете при этом дышать свободно.
3. Не отпуская ощущения с косицы (стрелки), сделайте вдох, а на выдохе резко опустите стрелку вертикально вниз, запуская при этом оба потока.
4. Ощущая движение восходящего и нисходящего потоков, произнесите про себя или вслух мыслеформу: «Мое намерение реализуется».
5. Сбросьте все ощущения.

Что при этом происходит? Вы не только задали реальность с помощью косицы, но еще и запустили (отправили) свое намерение как «послание» в пространство. Потoki, таким образом, усилят работу косицы. Если получится и понравится, можете использовать данный вариант постоянно. А нет, так и основного, базового алгоритма будет тоже достаточно.

## **Алгоритм пользы**

1. Поймать себя на активаторе неприятия.
2. Проснуться: вижу себя и вижу реальность.
3. Задаться вопросом: какая может быть польза?
4. Если ответ найден, согласиться и извлечь пользу.
5. Если ответа нет, все равно попробовать согласиться.

Любое событие или ситуация, какими бы они ни были, несут в себе не только негатив, но и позитив.

Сценарий вовсе не стремится вам навредить, потому что нанесение вреда энергетически затратно. Сценарий всегда двигается по пути наименьшего сопротивления. Но вы рефлекторно сопротивляетесь — в силу вредности характера, или склонности к негативизму, или привычки к самозащите, или из высокого о себе мнения, или хотя бы потому, что все идет «не по-вашему». В результате, как обычно, портите жизнь себе и окружающим.

Более того, сценарий работает на вашу цель, если вы эту цель задаете.

Когда вы задаете реальность, сценарий именно и выстраивается *в соответствии с вашим заданием*, даже если кажется, что это не так. Но вы всегда упорствуете в том, чтобы все было непременно *по вашему плану*, и тем самым мешаете осуществлению задуманного.

Введите в обиход один простой принцип: *во всем находить пользу*. Буквально извлекать пользу из любой досадной ситуации, вообще из любого события, вызывающего хоть малейшее ваше неприятие. Поставьте себе такую цель — *вытаскивать пользу*.

Но чтобы это сработало, необходимо вовремя проснуться и перевести внимание в центр. Активаторы здесь в основном внешние: кто-то вам что-то говорит, что-то делает или вокруг что-то происходит или делается — все, что вызывает у вас неприятие — от легкого недовольства до бешенства. Активирующими чувствами могут быть в том числе раздражение, уныние, тревога, агрессия, страх.

Чтобы сделать правильный выбор, требуется лишь на мгновение задуматься: *какая в этом может быть польза?* А дальше — не сопротивляться сценарию, а попробовать следовать ему. Буквально — последовать совету, прислушаться к мнению, согласиться, пойти на что-либо, принять то, от чего бы раньше отказались или с чем вступили бы в конфронтацию.

В результате вы перенесетесь на альтернативную киноленту, где, напротив, все складывается в вашу пользу, потому что вы в нужный момент остановились и эту самую пользу выбрали. Все очень просто — что выбираете, то и получаете.

В реальности действует один непреложный закон. Закон гласит: *если руководствоваться принципом пользы, в жизни будет все меньше и меньше событий, несущих вред*.

## **Алгоритм следования**

1. Поймать себя на активаторе контроля.
2. Проснуться: вижу себя и вижу реальность.
3. Задаться вопросом, почувствовать: что говорит первое повеление?

4. Если ответ найден, следовать повелению.
5. Если ответа нет, задать целевой кадр и снова стремиться следовать.

Будучи наделенными самосознанием, вы постоянно задаетесь вопросом «каким образом?» и выстраиваете целую стратегию достижения желаемого. Да, в момент постановки такого вопроса у вас просыпается самосознание, и оно же вам мешает, поскольку вы держите в голове не цель, а свои глупые соображения о том, как ее достичь. Вымышленный вами сценарий вступает в противоречие с реальным, но вы настаиваете на своем и в итоге все портите.

***В голове должен быть не ход событий или поведение (поступки) людей, а конечный результат — целевой кадр.*** Вам нужно следить за собой, за своим вниманием, чтобы оно не срывалось в выдумывание собственного плана, а *следовало* едва ощутимым толчкам сценария как *повелениям Силы*.

Сознательно позволяя сценарию вести вас, вы на самом деле *водите себя сами*, используя Силу и Мудрость сценария. И тогда все выходит гладко и ладно. А не позволяя, все портите. У вас и получается «все не так, как я хочу» в том числе потому, что не позволяете.

Здесь можно использовать всевозможные активаторы, которые мы задействовали в алгоритмах слежки за вниманием, подсветки кадра и пользы. Активаторы необходимо использовать *все и постоянно*, чтобы они вошли привычку. Только так можно научиться *вовремя просыпаться*. Не будет такой привычки, ничего не будет. Умение вовремя проснуться — это главное.

В дополнение к перечисленным даю вам активаторы контроля. Самой вредной вашей привычкой является стремление все контролировать: сценарий, события, людей.

1. Я чего-то хочу от людей или событий.
2. Я хочу, чтобы все шло по моему плану.
3. Что-то идет не так, как я хочу.

Необходимо привычку «контролировать» заменить новой привычкой

— *отпускать и следовать.*

## **Алгоритм образа**

Как только вы чего-то захотели от людей, проснитесь и встаньте перед зеркалом. Что нужно сделать, чтобы отражение двинулось навстречу? Сделать первый шаг. *Дать другим то, что хотели бы получить сами.*

1. Поймать себя: я что-то хочу получить от людей.
2. Войти в присутствие: хотеть бессмысленно, надо давать.
3. Задаться вопросом: что могу я дать подобного?
4. Если подобное найдено, дать сейчас и давать впредь.
5. Если подобное не найдено, дать что угодно любое.

Руководствуйтесь следующей таблицей для задания нужного образа:

<b><i>Вы хотите:</i></b>	<b><i>Создаете образ:</i></b>	<b><i>Получаете в отражении:</i></b>
<i>Приятного общения</i>	<i>Внимательно слушаете</i>	<i>С вами хотят общаться</i>
<i>Быть интересными</i>	<i>Проявляете интерес</i>	<i>Вами интересуются</i>
<i>Получить помощь</i>	<i>Помогаете</i>	<i>Вам помогают</i>
<i>Добиться понимания</i>	<i>Стараетесь понять</i>	<i>Вас понимают</i>
<i>Добиться сочувствия</i>	<i>Сопереживаете</i>	<i>Вам отвечают взаимностью</i>
<i>Получить одобрение</i>	<i>Одобряете</i>	<i>Вас одобряют</i>
<i>Добиться уважения</i>	<i>Уважаете</i>	<i>Вас уважают</i>
<i>Получить благодарность</i>	<i>Благодарите</i>	<i>Вас благодарят</i>
<i>Нравиться окружающим</i>	<i>Проявляете симпатию</i>	<i>Вы нравитесь</i>
<i>Добиться восхищения</i>	<i>Восхищаетесь</i>	<i>Вами восхищаются</i>
<i>Быть любимыми</i>	<i>Любите</i>	<i>Вас любят</i>

Просто выстраивайте все свои мысли и действия со знаком плюс. Все ваши «дай» имеют знак минус и не работают или, вернее, работают наоборот. Точно так же все ваши негативные мысли и действия возвращаются к вам бумерангом.

***Вы этого не хотите:***

*Столкнуться с агрессией*

*Выслушивать критику*

*Получить осуждение*

*Понести ущерб*

*Бояться*

*Быть неприятной  
личностью*

***Не делайте этого:***

*Не проявляйте агрессию*

*Не критикуйте*

*Не осуждайте*

*Не вредите другим*

*Никому не угрожайте*

*Не доставляйте  
неприятности*

Общий принцип задания образа: *не претензии к миру, а любовь*. На самом деле все, что вам нужно, — это любовь. Но вы неправильно понимаете эти слова. Хотите, чтобы вас все любили. Думаете, сначала вас полюбят, а потом вы полюбите мир. Но надо совсем наоборот — вы любите, излучаете любовь, не требуя ничего взамен, и только потом и только тогда любовь сама приходит к вам.

## **Алгоритм отражения**

Образ и отражение в объемном зеркале реальности совмещены. Что отсюда следует? Это значит, созданный вами образ может стать отражением, а отражение может перетечь в образ. Другими словами, *вы способны превратить отражение в образ, притворившись, будто имеете то, чего не имеете, или являетесь тем, кем не являетесь*.

Например, вам хочется иметь свой дом. Ходите по магазинам и присматривайте мебель и предметы интерьера, будто дом у вас уже есть. Или вам хочется стать обеспеченным человеком. Интересуйтесь дорогими вещами, машинами, яхтами, курортами. Впускайте богатство в свою жизнь. Или вам хочется стать звездой в какой-либо сфере. Ведите себя так, будто вы уже звезда, живите ее жизнью, хотя бы пока в воображении.

Пусть вас не смущает, что это похоже на игру или даже на самообман.

Если вы играете всерьез, реальность тоже будет вынуждена все воспринять на полном серьезе. Она ведь зеркало! ***Ваша задача — войти в состояние, в котором вы имеете то, что хотите, или являетесь тем, кем хотите.*** Притвориться и жить в этом притворстве. Понарошку, но не в шутку. Не шутя, понимаете?

***Постепенно картина реальности придет в соответствие с вашим притворством.*** Реальность любит создавать иллюзии, но не выносит, когда иллюзиями потчуют ее саму. Она найдет способ превратить созданную вами иллюзию в действительность.

1. Поймать себя: я что-то хочу получить или кем-то стать.
2. Войти в присутствие: хотеть бессмысленно, надо задавать.
3. Притвориться и вести себя так, будто желаемое уже достигнуто.

Что имитируете — то и получаете, кем притворяетесь — тем и становитесь. Живите в мыслях, виртуально, а по возможности и в действиях, реально, пока сами не поверите в созданную иллюзию. Как только сами поверите, так и реальность поверит.

Есть только два необходимых условия: ***первое — игра на полном серьезе, второе — игра систематическая.***

## **Алгоритм синхронизации проекта**

Вы созданы по схеме ДНК и проекту, который находится в информационном пространстве и который можно корректировать. Проект может меняться как в лучшую, так и в худшую сторону, в зависимости от вашего ***состояния***. Состояние — это ощущение вами себя, какие вы есть, со всеми нюансами. Это не сиюминутное настроение, а именно ощущение вас собой.

Даже независимо от начальных параметров проекта вы можете превратиться из баловня судьбы в весьма несимпатичного брюзгу или, напротив, из гадкого утенка во всеобщего любимца. Если безвольно плыть по сценарию, как это делают невменяемые персонажи, можно как взлететь, если повезет, так и скатиться, если что-то не сложится.

Получается: *либо вы управляете своим состоянием, либо оно управляет вами.* Нужно задавать свое состояние намеренно. Выполняя тридвижение (двигая реальность, двигая собой, двигая себя), вы вводите себя в новое состояние.

Но это новое состояние — пока только имитация, по сути. В подлинное (не имитируемое) состояние вы войдете, когда увидите реальные подтверждения, что техника работает. Именно поэтому я настоятельно рекомендую *всегда обращать особое внимание на подвижки.* Как только увидели, сразу активируйте косицу и с наслаждением смакуйте свои достижения, во всех подробностях. *В этот момент происходит синхронизация вашего состояния с проектом — он корректируется. А это означает, что вы входите в новый манекен.*

В подлинном состоянии ваши мыслеформы превращаются в *мыслемаркеры:*

- # Получается так, что я с каждым днем все ближе к цели. #
- # Действительно, я все делаю гениально, мой профессионализм растет. #
- # В самом деле, моя физическая форма улучшается. #
- # Воистину, я становлюсь обаятельной и притягательной личностью. #

Мыслемаркеры — это подтверждения того, что подвижки реально имеют место.

1. Выполняйте все три движения — порознь или все вместе, как хотите.
2. Внимательно наблюдайте, жадно ловите подтверждения ваших успехов.
3. Как только увидели, активируйте косицу и закрепите подвижку мыслемаркером.

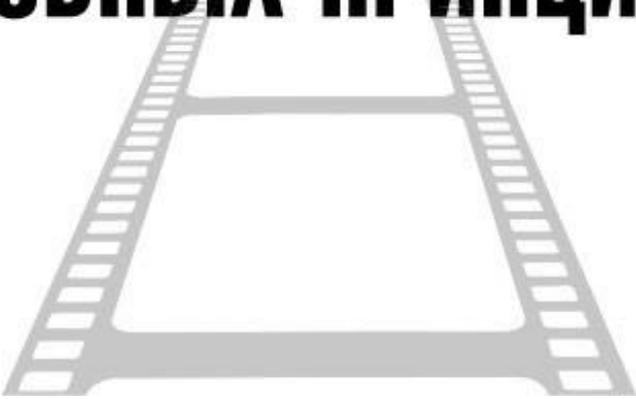
*Мыслеформы запускают реальность, а мыслемаркеры корректируют проект.*

## **Алгоритм движения-гуляния в комплексе**

1. Задавать себе новую реальность и новых себя в новой реальности.
2. Притворяться, будто уже имеете такую реальность и такими являетесь.
3. И конечно, действовать, делать себя, разжигать в себе Искру Создателя.

Это все то, о чем мы говорили прежде, на что вы способны в кинокартине: двигать грядущий кадр, двигать собой, двигать себя. Делать все это всерьез, систематически и достаточно длительное время — всегда. Тогда от ленты к ленте, от отражения к отражению ваш манекен и ваша жизнь будут меняться. Всенесомненно, вы это увидите.

# ОБЗОР ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПОВ



**Пространство сновидений** — это не ваши фантазии, оно реально существует в виде архива кинолент, где хранится *все, что было, что будет и что могло бы быть*. Когда вам снится сон, вы просматриваете одну из таких кинолент.

**Действительность** — это то, *чего никогда не было и никогда не будет*, а только *есть — единожды и сейчас*. Действительность существует лишь один миг, подобно кадру на киноленте, который перемещается из прошлого в будущее.

**Реальность** многослойна, как луковица. Вам знакомы только два слоя: материальная действительность, в которой вы живете, и пространство сновидений, которое вам снится каждую ночь. Сон и явь — примерно одно и то же, только в разных измерениях. Засыпая и пробуждаясь, вы перемещаетесь из одного пространства в другое. Сон и следующее за ним пробуждение — вещи того же плана, что жизнь и смерть. Жизнь — это сон, смерть — пробуждение, а не наоборот.

**Ваша жизнь**, точнее, ваша сущность — душа — тоже перемещается, из одного воплощения в другое. Свои прошлые воплощения вы не помните. Потому что каждое воплощение — это отдельная жизнь вашей

души, или отдельный сон, если хотите. Наличие тела для души необязательно. Душа в теле — это одна из форм ее существования. Тело является своего рода биоскафандром.

*Движение и превращение* есть изначальное свойство реальности и жизни. Кадр движется по киноленте. Червячок превращается в бабочку. Бабочка откладывает личинки, те превращаются в червячков, а потом снова в бабочек.

*Внутренний экран.* Когда вы находитесь в своих размышлениях, ваше внимание целиком погружено во внутренний экран. Вы можете не замечать происходящего вокруг и действуете на автомате.

*Внешний экран.* Когда ваше внимание занято чем-то внешним, вы себя забываете и снова можете действовать безотчетно.

*Внимание.* Оно всегда — либо внутри, либо снаружи и очень редко когда посередине. Поэтому вы постоянно спите. Ваше внимание привыкло прилипать к одному либо другому экрану, не останавливаясь посередине. В конечном итоге вы совсем перестали управлять вниманием — оно вам не подчиняется, а плавает произвольно. Вы постоянно проваливаетесь в бессознательное состояние.

*Сон.* Безотчетное состояние, в котором ваше внимание *погружено* — либо во внешний, либо во внутренний экран. В таком состоянии вы беспомощны и не контролируете — ни себя, ни происходящее с вами. *Сон — это ваше анабиозное состояние.*

*Сновидение* — это то, что вам снится — в пространстве сновидений либо в реальном пространстве. Реальность и сновидение — по сути одинаковы. Реальность вам тоже снится. Реальность — это сновидение, а сновидение — это реальность.

*Пробуждение.* Для того чтобы проснуться во сне или наяву, необходимо вытащить внимание из внешнего либо внутреннего экрана и переместить его в центр сознания. См. «Алгоритм пробуждения».

*Центр сознания* есть точка наблюдения, из которой вы видите, где в данный момент находится ваше внимание и чем оно занято.

Одновременно вы видите, что происходит вокруг вас и чем заняты вы сами.

**Осознание.** Проснитесь и спросите себя: где я, что делаю, куда погружено мое внимание? В этот момент вы очнулись и оказались в точке *осознания*. Вот я, а вот окружающая реальность. Я отдаю себе отчет. Вижу себя и вижу реальность.

**Прогулка в сновидении (во сне или наяву).** Войдите в точку осознания, сказав себе: *я вижу себя и вижу реальность*. Дайте себе установку: сегодня я буду гулять в сновидении наяву. И отправляйтесь гулять куда угодно — на работу ли, на учебу — в этом *состоянии ясности*. Когда вы погружены в один из экранов — вы не в себе, вы не владеете — ни собой, ни ситуацией. В состоянии ясности вы освобождаетесь, и с этого момента ваше сновидение — во сне ли, наяву, без разницы — становится *осознанным*. Вы владеете собой и, что самое главное, обретаете способность владеть ситуацией.

**Персонаж кинокартины** — это вы. Как во сне, так и наяву — вы внутри кино, вас несет в потоке сценария. *Вы себе не принадлежите, поскольку вам не принадлежит ваше внимание*. На прогулке вы должны были заметить, что ваше собственное внимание постоянно проваливается во внешний или внутренний экран. Но когда вы в сознании, то, в отличие от окружающих вас спящих персонажей, вы видите себя, видите реальность и можете *осознанно управлять своей волей*, чего до сих пор не делали. Это ваш первый выход на *новый уровень владения собой и реальностью*.

**Сценарий.** Вас ведет некий внешний сценарий, который прожит в некой кинокартине, в которой вы, как персонаж, в данный момент находитесь.

**Персонажи сновидений.** Чем они отличаются от живых людей (персонажей кинокартины)? У них нет самосознания — они себя не осознают как личности. У них нет воли — они не свободны в своих действиях, а подчинены сценарию. У них нет души — они просто шаблоны, манекены. Сказать «я это я» они не могут — у них нет собственного Я.

**Вы** или, точнее, ваше Я — это ваше внимание. Ваше внимание не может долго удерживаться в центре осознания. Вам надо нарабатывать новую привычку — *возвращать внимание в центр*. Организуйте *слежку внимания за самим вниманием* — за собой то есть.

**Сновидение** (как во сне, так и наяву) может быть либо *осознанным*, либо *бессознательным*. В бессознательном сновидении вы глупы и беспомощны, как зайки. Но стоит вам взять внимание под контроль, и вы оживаете в кинокартине, обретая способность действовать *самовольно, на свое усмотрение*.

**Активатор.** Вам необязательно стараться удерживать внимание в центре все время и непрерывно. Значение и ценность имеет нечто другое — *ваша способность реагировать на происходящее*. Вам нужно *приобрести обратную привычку — не впадать в сон от происходящего, а просыпаться*. Любое событие, даже легкое дуновение окружающего пространства, должно вас настораживать — это сигнал к пробуждению. Так же и любое ваше действие должно вам напоминать, что следует проверить внимание. Примеры активаторов:

Внешний — *как только* что-то случается, вы пробуждаетесь.

Внутренний — *перед тем как* что-то сделать, вы пробуждаетесь.

**Архив Вечности.** То же самое, что и пространство сновидений, которое существует в виде архива кинолент, где хранится *все, что было, что будет и что могло бы быть*. Реален только мгновенный слепок действительности — подсвеченный кадр. Все остальное виртуально — как прошлое, так и будущее. И все это хранится в архиве Вечности.

**Задавать реальность** — *значит определять, в каком направлении двинется кадр, по какой киноленте*. У вас есть такая возможность, но вы ее не используете, точно так же как не используете функцию управления вниманием. Нужно именно *задавать реальность наперед*, а не воевать с текущей действительностью. Вместо этого вы пытаетесь изменить данную вам реальность в текущем кадре. Действительность — она есть лишь постольку, поскольку уже произошла. *Вы не можете изменить то, что уже свершилось*. Но именно этим вы и занимаетесь, поскольку *все, что вас окружает, — это и есть то, что свершилось*.

**Двигать кадром.** Как вы знаете, прошлое изменить нельзя. Про настоящее можете тоже забыть — оно уже свершилось, и оно вам не нужно. Зато есть возможность *задавать будущее — выбирать киноленту*, по которой двинется следующий кадр.

**Намерение.** Намерение отвечает за ваши действия. Для того чтобы что-то предпринять, вам необходимо сначала вознамериться. Когда вы уже что-то делаете, намерение реализуется в действии. Подобно тому как внимание имеет два экрана, намерение имеет два центра: внутренний и внешний.

*Внутренний центр* отвечает за всю вашу обычную функциональность и расположен в лобной части черепа — это ваше узколюбое намерение. Когда вы сосредотачиваетесь, у вас морщится лоб. Когда вы намерены что-то сделать, у вас напрягаются мышцы. Мышцы позволяют вам совершать примитивные действия в текущем кадре.

*Внешний центр* вы вообще не используете, а он как раз и отвечает за движение будущего кадра. Где расположен внешний центр, вы можете определить мгновенно, прямо сейчас.

**Косица намерения.** Это энергетическое сплетение, похожее на обычную косицу, — она не видна, но вы ее способны чувствовать как фантомную часть тела, которая когда-то была, но вроде как и сейчас есть. Она не свисает, а торчит под наклоном к позвоночнику.

На ее конце и находится внешний центр намерения. Это место между лопатками, только не возле самой спины, а немного поодаль. Где именно — найдете интуитивно, точное расстояние значения не имеет. Достаточно обратить туда внимание — и почувствуете.

*Принцип действия* внешнего центра очень прост. Вы переводите внимание на кончик косицы и представляете картину какого-либо события, которое хотели бы притянуть в свою жизнь. Тем самым вы подсвечиваете будущий кадр, и он воплощается в действительность.

См. главу «Косица с потоками».

**Как с косицей обращаться.** *Первое: проснитесь и войдите в точку осознания.* Как обычно, скажите себе: вижу себя и вижу реальность.

*Второе: активируйте косицу.* Почувствуйте: вот она — как только на нее обращаешь внимание, она тут же поднимается под наклоном к

спине — активизируется.

*Третье: не отпуская внимания с косицы, представьте картину будущего.* В мыслях, в словах, на экране — как умеете — задайте реальность.

Так вы подсвечиваете будущий кадр, и он воплощается в действительность.

**Иллюзия действия.** Вам лишь кажется, что вы действуете по своему усмотрению. Это очень правдоподобная, но все же иллюзия. *Иллюзорным может быть не только то, что вы видите, а еще и то, что вы делаете.* Такую иллюзию вы не умеете распознавать, поскольку пребываете в ней постоянно.

Как вы думаете, герои кинокартины или компьютерной игры понимают, что они в кино, а вы на них смотрите? Нет. Манекены сновидений осознают, что они вам снятся? Тоже нет. А теперь я **вас** спрашиваю: *вы сами — кто такие — знаете?*

Киногероев об этом спросить нельзя. Манекены можно, но бесполезно. Вы отличаетесь от первых и вторых тем, что способны хотя бы смутно уловить смысл вопроса. А еще тем, что умеете сами себя осознавать. Но *когда* вы себя осознаете? Лишь в момент, когда задаетесь таким вопросом. Все остальное время — где вы, кто вы?

Так вот, вы — персонажи киноленты — той жизни, которая с вами происходит. *Не вы живете своей жизнью, а жизнь происходит с вами.* Ни манекен сновидения, ни герой кинофильма не способен распознавать иллюзию своих действий или, точнее, *иллюзию происходящего действия.* А почему вы считаете, что способны? Чем вы отличаетесь от манекенов сновидения, если и наяву живете, как во сне?

**Привычка.** Улитками (корректнее сказать, персонажами) вас делает *привычка не задавать реальность, а чего-то ждать и на что-то надеяться.* Выйдет или не выйдет? Получится или не получится? Это пассивная позиция. С данной позиции все, на что вы способны, — это прощупывать реальность и чуть что — убирать рожки.

**Шаблон.** Нужно переключиться в активный режим. *Не ожидать и надеяться, а задавать реальность.* Мешает этому **шаблон**, в соответствии с которым реальность задавать невозможно. Это ваш

домик. Новые привычки и представления нарабатываются точно так же, как укоренялись старые, — путем многократных повторений. Только отныне, вместо того чтобы глазеть на реальность и следовать за ней, вы будете активно управлять движением кадра — не того, в котором находитесь в данный момент, а того, который надвигается. См.

«Алгоритм подсветки кадра».

**Перепрошивка.** В ловушке текущего кадра вас держат улиткины рожки и домик (привычка и шаблон). Чтобы выбраться из ловушки, необходимо переключиться в активный режим — не ожидать и надеяться, а задавать реальность. Для этого требуется постоянная практика управления надвигающимся кадром. Алгоритм: как только ожидание, намерение, проблема — так сразу активация и подсветка кадра. Задавать нужно не только события, исход которых неизвестен, но и то, что сбудется наверняка.

Зачем нужны бесконечные повторения? Затем, чтобы встроить новую прошивку в ваш улиточный шаблон. Вы не поверите в то, что реальность может вам подчиняться, пока не убедитесь сами, причем многократно. Управление движением кадра на простых событиях — наиболее эффективный вид тренировки, в результате которой вы...

- Учитесь просыпаться и управлять вниманием.
- Развиваете косицу, визуализацию, намерение.
- Переключаетесь в активный режим, а в конечном итоге обретаете способность *освободиться от ведущего сценария и задавать свою реальность*.

**Грядущая реальность** хоть и записана в архиве Вечности, всегда многовариантна и еще окончательно не определена и никем не задана — *она пока ничья*. Если находится кто-то, кто ее задает, — она подчиняется. И если этот кто-то — вы, она становится вашей. Но прежде чем реальность станет действительно вашей, необходимо сделать себе *перепрошивку*, то есть наработать новые привычки и представления путем многократных повторений.

**Преображение.** *Светящиеся существа, смотрящие вперед*, — такими вас задумал Создатель. И такими вы были когда-то, пока не погрязли в

иллюзии действия. Занимаясь практикой задания реальности, вы из улиток постепенно превращаетесь в светлячков. Когда подсвечиваете кадр, от вас исходит внутренний свет, и желанные события летят к вам, как мотыльки. Окружающие — те, кто все еще остаются улитками, — будут протягивать к вам рожки и с любопытством придвигаться поближе.

**Сосредоточенность.** Вам следует стараться, не прилагая стараний. Для успешной подсветки кадра важно *не усилие, а сосредоточенность*. Вы можете сосредоточиться хотя бы на пару минут? Ну хотя бы на минуту? Вот это и все, что от вас требуется. Выполняйте алгоритм подсветки спокойно и непринужденно. Потому что, прилагая усилия, вы задействуете внутренний центр намерения. Реальность же управляется из внешнего центра.

Обратите внимание, если во время подсветки кадра ваши мышцы напрягаются, значит, работает узколюбое намерение. Работать надо исключительно внешним центром — косицей. Это не то, что следует напрягать или чем орудовать.

**Метасила** — это обратная сторона силы, ее антипод. Обычная сила (сила воли и физическая сила) действует с этой стороны зеркала реальности, материальной, а метасила действует с обратной, нематериальной.

Отражение в зеркале реальности находится с этой стороны, материальной, а образ — с обратной, нематериальной.

Действительность является отражением образа, находящегося где-то там, по ту сторону. И там же, в архиве кинолент, находится множество вариантов будущего.

А теперь посудите сами: если будущее находится с обратной стороны зеркала реальности, можно ли как-то повлиять на него обычной силой, которая действует только здесь, на лицевой стороне? Нет.

Если ваше внимание находится с лицевой стороны, в кадре воплощения, тогда вы всецело захвачены сценарием. Если же с обратной, в кадре образа, тогда вы свободны *двигать* — как собой, так и грядущей реальностью.

Что такое метасила — постепенно поймете, когда ощутите. Я ведь не

могла бы объяснить вам, что такое сила, если бы вы ее никогда не пробовали. Так же и с метасилой — ее надо почувствовать и развить. Орудие метасилы — ваша косица. Алгоритм подсветки кадра — упражнение для развития метасилы и одновременно способ задания нужной вам реальности.

*Двигать собой* означает отдавать себе отчет и самовольно управлять своими мотивами и действиями. При этом двигаться внутри кадра будете как обычно — ручками, ножками, силой. А вот двигать реальностью — совсем по-другому — *вниманием, намерением, метасилой*.

*Имитация действия.* Смысл имитации в том, что вы не имеете права нарушить установленный порядок. Порядок таков, что *вы должны участвовать в действе, подчиняясь сценарию*. Ни одному персонажу не дозволено выпрыгивать из киноленты или вытворять там, что ему заблагорассудится. Сценарий — это не чья-то субъективная воля, а объективная реальность, от которой никуда не денешься.

Объективная реальность такова, что вы обречены существовать в ней, как персонажи в киноленте. Уклониться от действия нельзя. А вот имитировать — можно. Вы способны обмануть реальность.

Вы по-прежнему продолжаете играть свою роль, прописанную в сценарии, выполняете свои повседневные функции. Но, в отличие от прочих персонажей, вы, пребывая в состоянии осознания, получаете нечто большее — возможность замены текущей киноленты.

*Вы гуляете в кинокартине, как оживший персонаж, прикидываясь неживым, и меняете ленты по своему усмотрению.* И никто ничего не подозревает — ни сценарий, ни другие персонажи.

*Присутствие в кинокартине* — это прежде всего присутствие вашего осознания — вашего Я. Присутствие *вас в себе* как живого, осознанного и вменяемого индивида в неизменной картине. Картина хоть и крутится динамично, но уже предначертана, как предопределено и поведение всех ее персонажей.

Ваше присутствие там выделяет вас как проснувшегося среди спящих. Вы осознаете свою *отдельность* и отдаете себе отчет, что происходит. Ваше поведение внутри данной картины тоже предопределено

сценарием. Однако присутствие дарует вам возможность сменить киноленту — перескочить из одной в другую.

Чтобы войти в присутствие, вам необходимо оживиться, встрепенуться и определить, где пребывает ваше внимание: в центральной точке осознания или на одном из экранов.

**Сценарий не в вашей власти.** Задание реальности — это не управление сценарием, а выбор киноленты. Ваша задача — фиксировать внимание на будущем кадре. Сценарий — не вашего ума дело. Если вы его пытаетесь задавать или противиться ему, он вас захватывает в ловушку. Стараясь повлиять на ход событий, вы вцепляетесь мертвой хваткой в реальность текущего кадра, а это бессмысленно. Чем сильнее цепляетесь, тем крепче вас самих держат за гузку, за косицу то есть.

Вам не дано знать, каким должен быть сценарий, чтобы привести к вашей цели. Но вам это и не надо знать. Вы работаете в режиме кинопроектора. *Когда в вашем проекторе светится целевой кадр, ход событий сам поворачивает туда, куда надо. Сценарий работает на вашу цель, если вы эту цель задаете.*

**Польза.** Вы всегда упорствуете в том, чтобы все было непременно *по вашему плану*, и тем самым мешаете осуществлению задуманного. Выражая неприятие, вы тем самым невольно и бессознательно задаете себе худшую реальность.

Чтобы не коверкать себе реальность, а, напротив, превратить ее в чудесный и приятный во всех отношениях мир, вам потребуется ввести в обиход один простой принцип: *во всем находить пользу*. Буквально извлекать пользу из любой досадной ситуации, вообще из любого события, вызывающего хоть малейшее ваше неприятие. Поставить себе такую цель — *вытаскивать пользу*.

Закон гласит: *если руководствоваться принципом пользы, в жизни будет все меньше и меньше событий, несущих вред*. См. «Алгоритм пользы».

**Позволение.** Парадоксальный принцип: *задавать следует не сценарий, а целевой кадр*. Ваше дело — знать «результат», чего вы хотите достичь, и задавать соответствующую картинку реальности — в мыслях, словах, образах, используя косицу. Тогда сценарий сам

*поведет вас и сам покажет, «каким образом».*

Отслеживание пользы — это один из способов вашего пробуждения. Любые события должны вас не усыплять, а настораживать, служить сигналом к пробуждению. Ваша задача: *вовремя проснуться, увидеть реальность, задать реальность.*

Раньше: чуть что не так — сразу «А-а-а!», и сразу махать руками, топтать ногами!

Теперь: чуть что не так — восклицаете (про себя или вслух, как хотите): «*Польза!*»

А дальше — *позволяете* миру сделать вам что-нибудь приятное, или помочь вам, или приблизить к цели.

**Сценарий ведет вас.** Почему вы постоянно забываете о своем внимании? По рассеянности? Нет, именно потому, что *сценарий ведет вас*. Вам кажется, что вы действуете самостоятельно, себе на уме, но это иллюзия. Иллюзия действия, напомню, состоит в том, что реальность вас захватывает настолько, что вы не замечаете этой иллюзии и не осознаете, что являетесь подневольными персонажами какой-то игры.

Парадокс состоит в том, что вы, будучи персонажами, в отличие от героев кинокартины, наделены самосознанием. *Однако осознаете вы себя лишь в тот момент, когда задаетесь таким вопросом.* Все остальное время ваше сознание спит и подчиняется внешнему сценарию.

**Двигать себя.** Вот представьте, вы в кино, кино крутится, изменить его вы не можете, однако вам ничто не мешает меняться самим. Не верьте тем, кто вас убеждает, что нужно оставаться собой. В определенной мере — да, нельзя терять свой стержень, свою самобытность, уникальность.

*Надо менять себя, не изменяя себе.* Совершенствовать себя — не значит изменять себе. Вы изначально были созданы Природой как само совершенство, даже с учетом недостатков, которые есть у каждого. Но *там, где нет развития, идет деградация.* Таков закон. Вам следует знать, что необходимо работать над собой, развивать себя в физическом и духовном плане, если не хотите превратиться в сморщенных слизней.

**Искра Создателя.** От вашего совершенствования многое зависит. В

каждом из вас есть Искра Создателя — Его частица, — вот и разжигайте ее. Искра не повелителя, а именно Создателя. Повелевать — еще одно искушение. Нельзя поддаваться этому искушению. Создавайте свою реальность и себя как совершенство. Верховный Создатель не нарушает данное правило — он не повелевает вами (а что толку, вы все равно не слушаетесь), он создает. И вы тоже способны.

**Повеления Силы.** Будучи наделенными самосознанием, вы задаетесь вопросом «каким образом?» и выстраиваете целую стратегию достижения цели из своих на то соображений. Да, в момент постановки такого вопроса у вас просыпается самосознание, и оно же вам мешает, поскольку вы держите в голове не цель, а свои глупые соображения о том, как ее осуществить. Вымышленный вами сценарий вступает в противоречие с реальным, но вы настаиваете на своем и в итоге все портите.

Вам нужно следить за собой, за своим вниманием, чтобы оно не срывалось опять в выдумывание собственного плана, а *следовало* едва ощутимым толчкам сценария как *повелениям Силы*. Вы эти повеления Силы сами почувствуете, если осознанно и намеренно *позволите* ей вести вас. Если в мыслях *только цель*, сценарий сам поведет вас к цели.

**Следование.** *В голове должен быть не ход событий или поведение (поступки) людей, а конечный результат — целевой кадр.* Нельзя и невозможно противиться сценарию, даже в состоянии присутствия. Все изменения в реальности, которые будут происходить *по вашей воле*, — это результат перехода на другую киноленту. На текущей киноленте вы со сценарием ничего поделать не сможете. Надо не противиться сценарию, а следить за собой и следовать в потоке киноленты. Учиться чувствовать повеления Силы и следовать повелениям Силы. *Следовать*, чтобы использовать Силу и Мудрость сценария. См. «Алгоритм следования».

**Внешняя Сила.** *Вы гуляете живьем в кино, когда вниманием присутствуете, а намерением двигаете.* Двигаете кадр, но не своим узколобым намерением, а внешним. Внешнее намерение потому так и названо, что оно не ваше, вам не принадлежит и не подчиняется. Внешнее намерение — это некая Сила, *движок реальности*. Ее

*активная составляющая* крутит киноленты так, как им предначертано крутиться.

У вас имеется точка доступа к Силе — ваш внешний центр, косица. Если вы невменяемы, Сила берет вас за косицу и ведет по сценарию, как марионетку. А когда вы, просыпаясь, входите в состояние присутствия и берете косицу «в свои руки», у Силы возникает ее *реактивная составляющая* — метасила. Вот она-то и запускает другую киноленту, в соответствии с заданным вами кадром.

**Зеркало реальности.** Вы всегда действуете в лоб, своим узколобым намерением. Хотите, чтобы вас любили, уважали, чем-то помогали вам, что-то давали, и по-детски непосредственно требуете: люби меня, уважай меня, помогай мне, дай мне.

Со стороны картина выглядит так: вы, стоя перед зеркалом, протягиваете ручки и говорите «дай!», стараясь притянуть отражение к себе. Однако отражение в ответ делает то же самое. Не дает, а отнимает. В реальности, как в зеркале, вы всегда получаете отражение всех ваших мысленных установок и действий. *Каков посыл, такова и отдача.* Особенно когда от всего сердца выражаете неприятие. Реальность, как правило, реагирует зеркально. *Что туда посылаете, то и получаете.*

**Задание образа.** *Первое*, что необходимо для того, чтобы снимать свое кино, — это *проснуться, войти в состояние присутствия.* Представьте, что вы ожили в кинокартине. Вы не смотрите фильм, как обычно, а живете в нем. Ощутите это. Откройте глаза и взгляните по-новому на все, что вас окружает. Освежите свой взгляд. Вы увидите, как цвета стали сочнее. А теперь ощутите себя не персонажем фильма, а сторонним пришельцем. Вы вошли в кино как инсайдер. Никто об этом не знает, только вы знаете. Телом вы внутри кино, а вниманием снаружи. *Ощутите свою отдельность, свое присутствие.*

*Второе.* Перед тем как чего-то хотеть, ожидать, просить от людей и реальности, необходимо представить, что вы стоите перед зеркалом, и задаться вопросом: *что нужно сделать, чтобы отражение двинулось навстречу?* Очевидно, самим сделать первый шаг. Вместо обычной манеры тянуть на себя одеяло и тупо твердить «дай-дай-дай», вы просыпаетесь и осознаете, что зеркало реальности всего лишь повторяет

ваши движения. И если хотите что-либо получить, необходимо сначала нечто подобное дать. Даже неважно, что именно. Просто замените свое «дай» на обратное — «возьми». И тогда в отражении, как по волшебству, получите то, что хотели. *Каков посыл, такова и отдача.* Это еще означает *двигать собой*. См. «Алгоритм образа».

**Задавать реальность можно, задавать людей нельзя.** Если, задавая целевой кадр, вы как бы принудительно заставляете конкретного человека плясать под вашу дудку, это, скорей всего, не сработает или сработает наоборот, потому что вы тем самым делаете двойное нарушение правил — вторгаетесь в чужой сценарий.

В вашем распоряжении только ваша отдельная реальность, касающаяся вас. Поэтому в целевом кадре центральной фигурой должны быть только вы сами, как представляете себя в мечтах: вы звезда на сцене, вы в кресле директора, вы на своей яхте. Все остальные фигуры в кадре должны быть на втором плане, как декорации.

Нельзя производить манипуляции с людьми. С ними можно только вступать в зеркальные отношения. Хотите чего-то конкретного от конкретных людей? Идите к ним и общайтесь с ними внутри данного кино, с учетом того, что это кино зеркальное.

**Внутренний побудитель.** Вас ведет не только внешний движок — сценарий, но отчасти и некий *внутренний побудитель*. Это *потребность в собственной значимости и стремление к самореализации*. Если хотите завоевать расположение людей или чего-то от них добиться, задайтесь целью подчеркнуть их значимость и помочь в самореализации.

Если не хотите нажить себе врагов, *всячески остерегайтесь задеть чужое чувство значимости*. *Польза для других* должна стать частью вашего кредо. Тогда и с вашей самореализацией не будет проблем. Более того, ваша собственная реализация станет успешной *тогда и только тогда, когда в том и для других будет польза*. И наоборот, если в том, что вы делаете, другим пользы нет, тогда и вам самим проку не будет.

**Манипуляции с людьми.** Манипуляция сознанием персонажа в текущем кадре — возможна. Как вам теперь известно, вас ведут

внешний сценарий и внутренний побудитель. Второй в гораздо меньшей степени. Побудитель в основном задает вектор вашего движения, но двигает вами все-таки сценарий. Однако самые жадные улитки, в соответствии со своими побуждениями либо своим сценарием, могут пытаться менять направление вашего вектора в своих интересах.

Вот это и есть манипуляция — *управление чужим вектором*. Это может осуществляться, например, путем введения в заблуждение, или создания ложных ценностей и целей, или игрой на слабостях и нуждах. В отличие от зеркальных принципов, которые ваш вектор не трогают, а, напротив, помогают ему, манипуляторы вас уводят и используют. Поэтому всякий раз, когда вы чувствуете, что вам что-то навязывают, задавайтесь вопросом: *кому и зачем это может быть выгодно?*

**Манипуляции с реальностью.** Реальность имеет двоякую природу. С одной стороны, это кино, а с другой — объемное зеркало. И то и другое сбивает с толку. *Главная иллюзия состоит в том, что истинная природа реальности скрыта.* И пространства кинолент не видать, и зеркала как такового не заметно. Но если об этом знать и помнить, иллюзия перестает над вами властвовать.

Иллюзия зеркала реальности гораздо сложнее обычного зеркала. Пространство не поделено пополам, и видимой границы между действительным и мнимым не наблюдается. *Вы находитесь одновременно снаружи и внутри зеркала.* Образ и отражение в нем совмещены. Что отсюда следует? Это значит, созданный вами образ может стать отражением, а отражение может перетечь в образ. Другими словами, *вы способны превратить отражение в образ, притворившись, будто имеете то, чего не имеете, или являетесь тем, кем не являетесь.*

Например, вам хочется иметь свой дом. Ходите по магазинам и присматривайте мебель и предметы интерьера, будто дом у вас уже есть. Или вам хочется стать обеспеченным человеком. Интересуйтесь дорогими вещами, машинами, яхтами, курортами. Впускайте богатство в свою жизнь. Или вам хочется стать звездой в какой-либо сфере. Ведите себя так, будто вы уже звезда, живите ее жизнью, хотя бы пока в воображении.

*Постепенно картина реальности придет в соответствие с вашим притворством.* Реальность любит создавать иллюзии, но не выносит, когда иллюзиями потчуют ее саму. Она найдет способ превратить созданную вами иллюзию в действительность.

**Задание отражения.** Вы способны задавать как образ, так и отражение. В первом случае образ *перетекает* в отражение, а во втором — наоборот, отражение — в образ.

Первый (прямой) процесс: каков посыл — такова и отдача, что даете — то и получаете, кем на самом деле являетесь — то и имеете.

Второй (обратный) процесс: какова игра — такова и реальность, что имитируете — то и получаете, кем притворяетесь — тем и становитесь.

Прямо: образ перетекает в отражение. Задание образа — это ваш посыл в реальность. Что послали, то в результате и получили.

Обратно: отражение перетекает в образ. Задание отражения — это ваше притворство и имитация. Кем притворились, в того реально и превратились.

Все эти манипуляции с зеркалом есть то, что называется *двигать собой*.

*Первое необходимое условие — игра на полном серьезе.*

*Второе необходимое условие — игра систематическая.*

См. «Алгоритм отражения».

**Почему вы себе не нравитесь.** Потому что вам со всех экранов, со всех обложек демонстрируют идеалы красоты, успеха, счастья. Вы ведетесь на эти иллюзии и послушно примеряете на себя чужое, не ваше, всякий раз убеждаясь, что в стандарты не вписываетесь. На самом же деле красота, успех и счастье не могут быть стандартизованы — это вещи сугубо индивидуального покроя. Но вы все равно предпочитаете верить в иллюзии и себя под них подгонять.

Вам следует не завидовать, глядя на других, и не впадать в уныние, глядя на себя, а самим *становиться светлячками, двигать себя и двигать собой*. Не смотреть на реальность, в которой вам приходится жить, как на нечто от вас не зависящее, а самим ее задавать. Грядущую реальность двигать косицей, а в текущей реальности двигать собой — своим образом и отражением.

**Что вас тяготит.** Как только поймали себя на том, что чего-то ждете, на что-то надеетесь, чего-то опасаетесь, что-то вас тяготит — проснитесь и отдайте себе отчет: *вас ведет внешний, не ваш сценарий — именно это вас тяготит.* Вы подсознательно чувствуете, что несвободны, что зависите от реальности, что поставлены в рамки обстоятельств, как персонажи в рамки сюжета. Вы это чувствуете, но не отдаете себе в том отчета и ничего не можете с этим поделать.

Хорошенечко уяснить себе надо: на что-то уповать, сбудется или не сбудется, получится или не получится — бессмысленно и глупо. В вашей воле — задать образ, или отражение, или реальность, или все в комплексе. Вам необходимо:

Заменить привычку *хотеть* привычкой *давать*.

Заменить привычку *отвергать* привычкой *принимать*.

Заменить привычку *засыпать* привычкой *просыпаться*.

Самая полезная из привычек: *не хотеть чего-то от реальности, а задавать реальность.* Это главное! И не менее важные производные:

Не бояться, а задавать.

Не ожидать, а задавать.

Не надеяться, а задавать.

Не сокрушаться, а задавать.

**Технология имитации.** *Возможно задавать не только реальность — возможно задавать себя, свой манекен. Манекен при этом будет меняться. Перемещаясь в чередке кинолент и отражений, вы будете становиться другими, какими мечтали себя видеть.* См. «Алгоритм движения-гуляния в комплексе» и главу «Техника имитации».

**Задавать свой манекен.** На кинолентах, которые хранятся в архиве Вечности, у вас имеются ваши собственные манекены. Когда вы смотрите одну из таких лент во сне, ваше сознание находит свой манекен, тот оживает и начинает двигаться. Покуда вам снится сон, вы живете в теле манекена сновидения, как в одном из множества *своих вариантов.*

То же самое происходит в действительности — на кинолентах, по которым движется ваша жизнь. На каждой новой киноленте ваше

сознание входит в очередную версию манекена, тот оживает и становится вами — в текущем кадре.

Манекен может меняться прямо сейчас, в короткий промежуток времени. Вы способны изменить себя быстро, вплоть до впечатляющих преобразений во внешности. В том числе могут меняться такие ваши качества и навыки, как, например: уверенность в себе, обаяние, умение общаться, смелость, интеллект, профессионализм.

Речь не о том, чтобы отказаться от себя или вообще выбросить себя прежнего. Речь идет о развитии. Особенно если вы такой редкий случай, что и так себе нравитесь и вам не хочется себя менять. Но даже если так, останавливаться в развитии нельзя, потому что иначе пойдет деградация. *Нужно менять себя, не изменяя себе — своей самобытности, своим принципам, убеждениям, кредо.*

**Уникальность.** *Уникальность — это все, что у вас есть, но этого во многом вполне достаточно.* Уникальность уже сама по себе совершенна, потому что такого больше нигде нет. Имеет ли ценность то, чего ни у кого и нигде нет? Всконечно. Это преимущество, которое можно использовать, а можно забросить в пыльный шкаф. И это лишь вопрос вашего выбора.

У недостатков имеется одно парадоксальное свойство. Если согласиться с недостатком, он становится ценным индивидуальным качеством. А если не принимать его и бороться с ним, он превращается в изъян. Именно так это воспринимается окружающими: либо ценность, либо изъян. *Если недостаток принять, он может обратиться в преимущество.*

Вы — само совершенство, как задумано Природой и Создателем. *Совершенство — это индивидуальность в своей уникальности и в согласии с собой.* Там, где есть согласие, появляется гармония. И напротив, любое неприятие порождает дисгармонию, которая всем становится заметна.

Явный порок или слабое звено, которое напрямую вредит вам, например вашему здоровью, имиджу, или вредит окружающим, нужно искоренять. В остальном следует *не бороться с недостатками, а развивать достоинства.*

**Способ трех достижений. Первое.** Нельзя фокусироваться на своих недостатках. *Нельзя находиться в состоянии ощущения своей ущербности в чем-либо.* Это деструктивное состояние. Недостатки будут усугубляться, и пойдет еще большая деградация. Поэтому надо войти в другое, конструктивное состояние. Войти поможет действие второе.

**Второе.** В жизни должна быть цель — вдохновляющая, вселяющая энтузиазм, приносящая пользу вам и другим. Если ко всему апатия, значит, у вас нет цели. Или, наоборот, когда нет цели, у вас апатия. Нет цели — не будет ничего хотеться. Нет устремлений — не будет движения. Нет движения — не будет энергии. Нет энергии — не будет жизни. Поэтому *необходимо найти свою заветную цель, свою миссию и начать движение к ней.* Без миссии, хоть какой-нибудь, — вас нет, вы пустое место. Если миссия пока не найдена, поможет третье действие.

**Третье.** Найдена миссия или нет, в любом случае следует *сосредоточиться на развитии, на делании себя.* Делать себя постоянно, всегда. Разжигать в себе Искру Создателя, развиваться и совершенствоваться. Это способ сразу трех достижений: выйти из состояния ущербности, найти миссию, реализовать миссию.

**Тридвижение.** Цели достигаются в тридвижении: двигать реальность, двигать собой, двигать себя. Саморазвитие — уже достойная цель и путь. Миссия в пути сама отыщется. Но и когда отыскалась, остановки быть не должно. Помните: есть либо развитие, либо деградация.

Не стоит думать, что саморазвитие — это обременительная обязанность или тяжелый труд. Напротив, гораздо тягостнее пребывать в застое, бездеятельности и лени. *Делание себя — не труд, а приятное приготовление к чему-то еще более приятному.* Ведь вы же готовите себя, собираясь на вечеринку, прихорашиваетесь? Но вечеринка сегодня. А вот для того, что наступит завтра, через месяц, через год, одноразового приготовления будет недостаточно.

**Ваша миссия.** Миссия — это то, что вас воодушевляет и приносит пользу вам и другим. Чтобы стать великолепными и жизнь свою превратить в великолепие, необходимо выйти из состояния застоя и деградации. Способ выхода — найти свою миссию, заветную цель и

двигаться к ней. Ваша миссия — это ваш вектор самореализации. Без миссии жизнь превращается в бессмысленное существование. Вы можете не знать своей миссии. Искра Создателя, которая тлеет в вас, *знает. Но ее нужно разжечь.* Разжигая в себе Искру Создателя, делая себя, вы получаете все три достижения: выходите из застоя, находите миссию, реализуете миссию.

**Войти в новый манекен.** Допустим, вы хотите занять красивое тело, превратить себя в обаятельную и во всех отношениях приятную личность, стать высокооплачиваемым профессионалом в какой-либо области. По сути дела, это означает *войти в свой другой, усовершенствованный манекен, на принципиально другой киноленте.* Такой манекен и такая кинолента действительно существуют, можете не сомневаться. Нужно только туда добраться. Данная цель достигается в тридвижении: двигать реальность, двигать собой, двигать себя. См. главы «Вы — гениальны», «Техника имитации» и далее.



В данном обзоре представлены лишь основы. Для освоения деталей и подробностей необходимо все-таки внимательно читать всю книгу подряд. *Если же что-то непонятно,* читайте книги о Трансерфинге. Трансерфинг — это начальная школа. Техники Тафти — это уже высшая школа и высший пилотаж.

Главные книги, на которые следует обратить внимание:

«Трансерфинг реальности» — изложены основы основ, как устроена реальность и что с ней делать.

«Проектор отдельной реальности» — подробное описание и одновременно инструмент, помогающий создать и обустроить Свой Мир.

«Взлом техногенной системы» — как не быть и не стать винтиком матрицы.

«КЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности» — о том, как выживать в техногенной среде и добиваться поставленных целей.

«чистоПитание» — о том, как вернуть себе здоровое стройное тело.



ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА «ВЕСЬ»

197101, Санкт-Петербург, а/я 88.

E-mail: [info@vesbook.ru](mailto:info@vesbook.ru)

Посетите наш сайт: <http://www.vesbook.ru>

Вы можете заказать наши книги:

в России («Книга — почтой») по адресу: 197101,

Санкт-Петербург, а/я 88;

по телефону: **8-800-333-00-76 (ПО РОССИИ ЗВОНКИ  
БЕСПЛАТНЫЕ) ЦЕНЫ ОТ ИЗДАТЕЛЬСТВА**