



Игорь Егоров

# Скрытый Потенциал Развития Человека

Книга первая

## Очищение Ума

Метод Прямого Восприятия (МПВ)



Первая редакция

Игорь Егоров

**Скрытый потенциал развития  
человека. Книга 1. Очищение ума**

«Издательские решения»

## **Егоров И.**

Скрытый потенциал развития человека. Книга 1. Очищение ума /  
И. Егоров — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-904047-3

«Скрытый потенциал развития человека» — это серия книг, посвященная кардинальному улучшению жизни человека, а затем полному раскрытию его внутреннего потенциала. «Очищение ума» — первая книга из серии книг о «Скрытом потенциале развития человека». В ней автор описывает скрытые области нашей психики, ума и памяти. Книга содержит большое количество примеров из практических занятий автора книги с разными людьми.

ISBN 978-5-44-904047-3

© Егоров И.  
© Издательские решения

## Содержание

О чём эта книга	6
Об авторе	7
Введение	8
«Жизнь – это череда светлых и темных полос»	11
Счастье, радость и удовольствие – внутри нас	14
Развитие человека	17
Общепринятый сценарий развития человека и «возрастная деградация»	19
Альтернативная линия жизни	21
Как люди приходят к внутреннему развитию	23
Обрастание судов и... людей	26
Скрытый Внутренний Потенциал по Улучшению Жизни и Развитию Человека	29
Шкала состояний человека	31
Высшее состояние человека	33
Среднее состояние человека	34
Низкое состояние человека	35
Конец ознакомительного фрагмента.	36

# **Скрытый потенциал развития человека**

## **Книга 1. Очищение ума**

**Игорь Егоров**

© Игорь Егоров, 2018

ISBN 978-5-4490-4047-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## **О чём эта книга**

Скрытый Потенциал Развития Человека – это серия книг, посвященная кардинальному улучшению жизни человека, а затем полному раскрытию его внутреннего потенциала.

Это происходит за счет освобождения от всего «груза прошлого» как на уровне психики: ума и памяти, так и на уровне физического тела человека.

В процессе занятий у людей раскрываются новые свойства и качества, которых у них до этого никогда не было, но которые в виде задела, потенциала заложены природой в каждом из нас и ждут своего часа для раскрытия.

«Очищение Ума» – первая книга этой серии.

В ней автор описывает скрытые области нашей психики, ума и памяти. Книга содержит большое количество примеров из практических занятий автора книги с разными людьми.

«Освобождение Тела» – вторая книга серии.

«Полное Раскрытие Внутреннего Потенциала Человека» – третья книга.

## Об авторе

Егоров Игорь Алексеевич – автор Метода Прямого Восприятия и Системы Пульсар – уникальных практик, предназначенных для кардинального улучшения жизни людей, и полного раскрытия их внутреннего потенциала.

За 20 лет практики более 600 человек прошли консультации у автора книги. На сегодняшний день можно с уверенностью говорить о результативности авторских методик – Метода Прямого Восприятия и Системы Пульсар.

Сайт автора: «Центр Развития Человека» – [www.1mpv.net](http://www.1mpv.net)

whatsapp: +7-705-203-55-42

e-mail: mpvnew@mail.ru

Скайп: igorigor339

## Введение

На дворе двадцать первый век, технический прогресс неумолимо движется вперед семимильными шагами. Посмотрите на достижения нашей цивилизации в области электроники. За последние 20 лет, они просто поражают своими результатами. Цифровые технологии, интернет, сотовые телефоны и виртуальная реальность стали неотъемлемой частью нашей современной жизни. Они получили широкое распространение по всему миру и стали доступны практически каждому человеку.

А как насчет нас – людей? Какие новые открытия сделаны в области здоровья, психики и потенциальных возможностей человека? К сожалению, похвастаться здесь нечем. Каких-либо значимых открытий, направленных на кардинальное улучшение жизни, душевного состояния, физического здоровья и полного раскрытия внутреннего потенциала не сделано.

Основная масса исследований и открытий похожа на «латание дыр» в человеческом организме и его психике. Идет постоянная борьба со следствием. Но до источников, настоящих причин болезней как на физическом, так и на более тонком психическом уровне наша цивилизация в полной мере еще не добралась.

До сих пор в мире есть горячие точки, где люди продолжают конфликтовать и убивать друг друга. Еще остались на земле места, где люди умирают от эпидемий и голода, места, где в наш век царит хаос, зверское уничтожение одной группы людей другими просто из-за фанатичных идей.

Получается так, что сам человек, его внутренний мир, его желания и стремления за тысячелетия совсем не изменились.

Да, у нас стало больше свободного времени, мы не умираем от голода и от холода, развитие технологий в разных сферах человеческой деятельности сильно облегчает нам жизнь.

Сегодня у нас появилось много новых развлечений. Только стал ли человек от этого более счастливым, здоровым и удовлетворенным своей жизнью?

Похоже, что не очень. По крайней мере для многих людей жизнь продолжает оставаться тяжелой ношей, не доставляющей счастья, радости и удовольствия.

Обратите внимание на людей, находящихся в различных жизненных ситуациях. И вы заметите, как в них внезапно может меняться состояние и поведение человека. Вы обнаружите, насколько он непостоянен и как сильно зависит от внешних обстоятельств, людей и даже от погоды.

И конечно, может возникнуть вопрос.

– Почему наше состояние так сильно зависит от внешних обстоятельств? Неужели это является нормой? Может быть, мы просто еще чего-то не знаем о человеке и его психике?

– Почему в детстве и юности человек полон энергии и сил, у него много желаний, стремлений и целей и, в общем, он имеет очень позитивное отношение к жизни? Но с возрастом все это куда-то уходит, иссякает, и жизнь уже перестает восприниматься как в детстве и юности – яркой, позитивной, наполненной радостью и удовольствием, радужными планами и стремлениями. Почему с возрастом она для большинства людей постепенно и незаметно превращается в череду повторяющихся, серых, похожих один на другой, дней?

– Почему у одних людей портится настроение при пасмурной погоде или возникает чувство грусти или тоски при виде заходящего солнца?

– Почему при выступлении перед большой аудиторией других охватывает оцепенение, у них сжимается горло, и они не могут сказать ни слова?

– Откуда берется необъяснимый страх перед полицией и врачами?

– Почему бывает так, что подвижные, открытые и очень общительные дети, прекрасно знающие урок, стоя у доски перед классом и учителем вдруг впадают в ступор и не могут отвечать на заданные вопросы?

Да и со взрослыми людьми бывают схожие ситуации.

– Почему у некоторых людей бывают состояния дежавю?

– Плохое настроение, страхи, беспокойства, депрессии, апатия – откуда все это берется?

– А почему бывает так, что, поругавшись с кем-то, мы зачастую сильно переживаем, подолгу гоняя негативные мысли об этом событии в своей голове? Вступаем в диалог, спорим с нашим оппонентом, что-то ему доказываем, оправдываемся перед ним и самим собой. И этот болезненный и навязчивый умственный диалог может продолжаться очень и очень долго.

Наш соперник или оппонент, друг или враг, отец или мать, сестра или брат уже давно умерли, а мы все никак не можем остановиться! Ведем с ними бесконечные мысленные дебаты, которые очень сильно изматывают нас, отнимая много времени и сил.

– Почему бывает так, что неприятные события, произошедшие много лет назад, продолжают мучить и никак не хотят оставить нас в покое?

– Почему многие люди находятся в негативных состояниях? Апатия и депрессия, тоска и печаль, меланхолия, обида и разочарования чувствуются и переживаются многими людьми на постоянной основе.

И самое страшное в этом то, что зачастую все это еще и воспринимается нами как вполне оправданное и естественное состояние. Как же может быть иначе, если кругом столько проблем? Плохая погода, работа, дети и начальник виноваты в дурном самочувствии и в нашем плохом настроении?

– Почему происходит так, что порой какая-то вроде мелкая неприятная ситуация вызывает огромную волну отрицательных эмоций?

– Почему многие люди зависят от настроения, поступков и действий других людей?

– Почему наше внутреннее состояние должно зависеть от внешних обстоятельств и событий жизни?

– Почему для многих людей жизнь превращается в простое выживание, сопровождающееся постоянным ожиданием бед и неприятностей?

Ну хорошо, давайте немного уйдем от негатива и поговорим о более позитивных и приятных сторонах человеческой жизни. К сожалению, и там есть много открытых вопросов и проблем.

– Почему люди не знают, чем им заниматься и зачастую не могут найти себе работу «по душе» и свое место в жизни?

– Почему не получается раскрыть себя, свои таланты и полностью реализовать свой внутренний потенциал?

– Почему многие люди начинают вроде бы интересные и увлекающие их новые дела, не могут добиться результатов и затем бросают их?

– Почему большинство людей, зная, как полезна физкультура, не хотят и не занимаются ей?

– Почему с возрастом у нас становится все меньше и меньше энергии и сил? И можно ли изменить эту, казалось бы, неизбежную «закономерность»?

– Почему к людям редко приходит вдохновение, и оно так непостоянно?

– Почему многие люди часто болеют и быстро стареют? Почему большая часть людей превращается в ментальных стариков уже в возрасте 35 – 45 лет?

И несмотря на все это, где-то внутри нас, в глубинах нашего сознания мы чувствуем, что все это неправильно. Что жизнь человека должна быть чем-то большим, чем просто борьба за выживание, она должна быть наполнена радостью, удовольствием и счастьем.

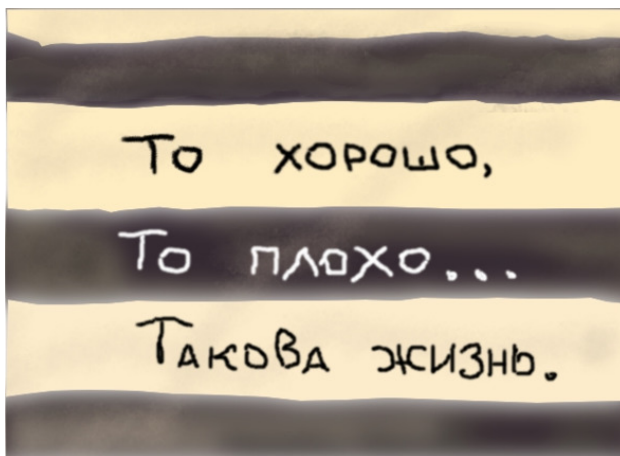
И более того, у многих людей есть внутренняя тяга, потребность, желание к непонятному и необъяснимому саморазвитию.

Многие вопросы отпадут сами собой, когда вы узнаете о том, как устроена наша психика, ее скрытые области, когда узнаете о многостороннем «Скрытом Потенциале Развития Человека».

В этой книге – «Очищение Ума» – вы получите все ответы на выше-поставленные вопросы. Читатель, обладающий пытливым и наблюдательным умом, получит ответы и на множество других вопросов, которые неизбежно возникнут в процессе чтения этой и других книг серии «Скрытый Потенциал Развития Человека».

**Человек по сей день хранит в себе очень много тайн и загадок, находящихся на уровне его физического тела, психики (ума и памяти).**

## «Жизнь – это череда светлых и темных полос»



Кто из нас не слышал различных высказываний о том, что вся наша жизнь состоит из череды светлых и темных полос. Эдакий неизбежный цикл, из которого никак и никогда нельзя выбраться.

Есть много пословиц, поговорок и анекдотов, подтверждающих это. Вот один из них.

*Встречаются два мужика. Один говорит:*

*– Как дела?*

*– Плохо.*

*– Что такое?*

*– Да вот, блин, понимаешь, у меня все плохо: жена бросила, квартиру забрала, дети с ней остались. Я в аварию попал и машину разбил, меня с работы выгнали, теперь я весь в долгах... ну и т. д.*

*– Знаешь друг, ты не горюй! У всех так бывает: полоса черная, когда все – плохо, полоса белая, когда все хорошо, полоса черная, полоса белая и т. п.*

*В общем, так и разошлись. Через год опять встречаются.*

*– Ну как сейчас твои дела?*

*– Помнишь в прошлый раз ты рассказывал, что бывает полоса черная, полоса белая?*

*– Помню.*

*– Так вот, тогда у меня была БЕЛАЯ полоса...*

Считается, что этот народный фольклор как нельзя лучше отражает суть нашей жизни.

*«Принято считать, что в жизни есть место веселью и грусти, победе и проигрышу, удаче и невезению. Что светлые и темные полосы всегда чередуются между собой. Это якобы естественный жизненный процесс, и что он даже заложен самой Природой, Богом, Абсолютом в человека, и что нам не позволено его менять!»*

Во как!

И для подтверждения этого тезиса нашли кучу обоснований и даже используют принцип подобий.

Например, *«в жизни все двойственно, она постоянно пульсирует между двумя противоположными полюсами. Есть зима и лето, день и ночь, мужчина и женщина, добро и зло. Жизнь состоит из противоположностей и называется это дуальностью, двойственностью.»*

И обычно думают, что мы не в силах изменить этот порядок вещей! И самое главное – этого не надо делать!!!

*«...ведь всегда после самой ужасной грозы тучи рассеиваются – и выглядывает солнце! Вслед за зимой приходит весна, плохое настроение сменяется хорошим и т. д. Ведь это – закон жизни!!!»*

И даже дают советы, как с этим смириться.

Что-то вроде этого:

*«Когда у вас будет тяжело на душе, вспомните, что грусть – не навсегда, и по закону дуальности плохой период непременно сменится хорошим! Ведь недаром говорят: «После грозы – солнце, после горя – радость.»*

Так что такими обоснованиями нас пытаются убедить в том, *«что жизнь состоит не только из светлых полос, и что неудачи и болезни, волнения, страхи и депрессия – это ее неотъемлемое качество, это – закон жизни. Что жизнь курсирует между двумя противоположностями, как электрический ток между двумя полюсами, в этом ее сущность. Лишь только смерть останавливает качание маятника жизни и все уравнивает.»*

Как-то все это пахнет безысходностью, не правда ли?

*«И пока мы живы, мы должны принять тот факт, что жизнь всегда будет кидать нас из стороны в сторону, удачные периоды будут сменяться неудачными. Иногда мы будем чувствовать себя сильными, а иногда слабыми, иногда счастливыми, а иногда грустными, иногда энергичными, а иногда вялыми и т.п.»*

И в придачу к этому дают кучу глупых советов, как пережить темный период своей жизни. Вот один из них.

*«Прежде всего нужно осознать, что он не вечен! Что он обязательно закончится, надо его только переждать, как вы переживаете непогоду. Не злитесь и не стоните: «Ах, какая я несчастная, какой я бедный!» Лучшие доставьте себе удовольствие. В период невезения вам требуется энергетическая подпитка. Так что же мешает вам доставить себе радость? Устройтесь на диване с хорошей книжкой, или выпейте бокал шампанского, или покрасьте волосы в самый модный цвет, или, наконец, просто выспитесь как следует. Купите себе какую-нибудь приятную безделушку: маленький флакончик духов, любимое лакомство, новую помаду, да мало ли чем можно себя побаловать? Когда же вас одолеет хандра и вам будет казаться, что неудачный период слишком затянулся, улыбнитесь и скажите себе: «Ничего, перезимует!»*

*Весна наступит, обязательно наступит, вы это прекрасно знаете!*

*Если вас настигла неблагоприятная полоса, то есть способ подбодрить себя, вернуть хорошее настроение, посмотреть на жизнь свежим взглядом.*

*Вот хороший способ прогнать хандру и плохое настроение. Встаньте и несколько раз энергично встряхните кистями рук, как будто стряхиваете с них капли воды. Затем вытяните ладони вперед и как бы сдуйте с них воображаемые крошки (иногда подобным жестом мы посылаем воздушный поцелуй). Почувствуйте, что вы сдуваете с ладоней плохое настроение, и оно улетает прочь, как ненужный сор. Можете также стряхнуть воображаемый сор с ладоней над мусорным ведром, представляя, что вы выбрасываете вон все негативное, ненужное. Или стряхните «соринки» над раковиной, а потом смойте их водой.*

*Проделав это, вы увидите, что перестали думать о неприятностях.»*

Ага, как бы не так.

И в итоге: *«Давайте не будем идеализировать жизнь, а будем принимать ее такой, какая она есть, со всеми ее периодами – темными и светлыми. Она этого стоит, ибо она прекрасна!»*

Ну, как вам такое: нужно просто принять чередование своих светлых и темных полос жизни, и это прекрасно?! По сути дела, мы наше плохое настроение и болезни, отсутствие интереса к жизни, апатию и нехватку жизненной энергии делаем нормой? Давайте мы перестанем стирать нашу одежду, мыться, чистить зубы и убирать наше жилище! Неприятный запах, который вскоре после этого появится у нас, тоже спишем на законы природы! Давайте не будем лечить людей, когда они болеют, ведь болезнь – это тоже часть природы! Почему бы нам и с этим не смириться?!

На самом деле все очень просто! Когда кто-то не знает, как можно улучшить жизнь, как сделать так, чтобы в жизни человека не было темных полос, он просто это возводит в норму, в «закон жизни». Тем самым обосновывая свои незнания, неумения и некомпетентность. В первую очередь при этом обманывает себя и, что самое главное, других людей. А на самом деле просто не знает, что можно жить не просто без черных полос, но и на качественно более высоком уровне жизни.

Именно этому посвящена эта и последующие книги серии «Развитие Скрытого Потенциала Человека».

**Многие люди, ввиду отсутствия знаний, умений и навыков, плохое состояние человека как на уровне психики, так и его физического тела, имеют склонность возводить в норму, в «Закон Жизни».**

## Счастье, радость и удовольствие – внутри нас



*Есть одна старая легенда, в которой говорится о том, что было время, когда все люди земли были счастливы. Но они пренебрегли своим Счастьем, и Бог решил забрать Его у них. И спрятать в таком месте, где Его нельзя было бы отыскать. Однако найти такое укромное место для него было непростой задачей.*

*И Бог подумал: «Дай-ка я спрячу Счастье под Землю!»*

*И сам себе ответил: «Нет, так не пойдет. Человек начнет копать землю и найдет Его».*

*Тогда Бог подумал: «Брошу-ка я Его в самую глубь Океана!»*

*«Нет. Рано или поздно человек исследует глубины океана и сможет там Его найти».*

*И Бог зашел в тупик, он не знал, где можно было бы спрятать Счастье от человека. И казалось ему, что нет такого места на Земле, которое было бы недостижимо для человека.*

*Но тут Бога осенило: «Вот что я сделаю с человеческим счастьем! Я спрячу Его в глубине самого человека, потому что это единственное место, где он никогда не будет Его искать!»*

И с тех пор нет человеку покоя на Земле, носится он в поисках своего Счастья. Поднимается высоко в горы и погружается на дно океанов, ныряет и копает в поисках сокровища, но нигде найти Его не может, ибо Настоящее Счастье можно найти только внутри самого себя!

Библия также подтверждает старую легенду словами Христа, который сказал, что Царство Божье находится внутри нас!

Человеку, человеческой природе и самой нашей жизни свойственны радость, удовольствие и счастье. Это наше глубинное внутреннее состояние, только пока не полностью раскрытое, это пока еще не раскрытый наш Внутренний Потенциал.

Деньги, власть, успех и другие достижения человека могут временами приводить к этим состояниям, но лишь на короткий промежуток времени.

Но тем не менее люди, с упорством осла, ищут счастье снаружи, и при этом еще ставят сами себе условия: «Я буду счастлив тогда, когда... Если получу то или сделаю это, если добьюсь того-то...» Другими словами, если они не получают или не сделают то, что, по их мнению, принесет им счастье и радость, они счастливыми быть не смогут. Таким образом ограничивают себя и свое счастье этими надуманными условиями.

Если кто-то говорит, что он счастлив, мы обязательно его спросим: «Почему ты счастлив? Какие позитивные события жизни сделали тебя счастливым?»

Мы считаем само собой разумеющимся, что человек может быть счастлив только по определенному поводу. Мы не настолько наивны, чтобы верить в то, что состояние радости и счастья могут быть без причины. Причиной могут быть позитивные изменения в жизни человека, удача, избежание неприятностей или еще что-то другое. Но обязательно что-то определенное, что способно привести человека в состояние радости, удовольствия или восторга, хотя, как правило, на непродолжительное время.

Давайте посмотрим правде в глаза и признаемся в том, что никакие благоприятные события нашей жизни никогда не сделают нас по-настоящему счастливыми не то что навсегда, но и даже на какой-то продолжительный период времени.

Никто и ничто вне нас не может принести нам истинное и постоянное счастье, радость и удовлетворение. В этом можно легко убедиться на примерах из собственной жизни: всегда хочется чего-то еще, наш ум старательно проецирует счастье на что-то внешнее. И это будет длиться бесконечно, пока мы не осознаем всю глупость попыток найти его снаружи, вне нас самих. Опираясь на жизненный опыт, мы можем заметить, что даже если выполняются все наши условия, то мы не получаем то счастье, которое могло бы навсегда нас удовлетворить.

А теперь давайте задумаемся над таким вопросом: как, каким образом и где мы чувствуем и ощущаем удовольствие, радость и счастье?

Определенно можно сказать, что все ощущения, которые мы чувствуем – и позитивные, и негативные – находятся внутри нас.

Что бы мы ни чувствовали, что бы мы ни ощущали – все это мы чувствуем исключительно внутри себя, все эти ощущения находятся только внутри нас!

**Ощущение и состояние счастья, радости и удовольствия также, как и все негативные и нежелательные ощущения, состояния и эмоции, находятся исключительно внутри самого человека.**

Другое дело, что различные события нашей жизни и внешняя обстановка «включают» внутри нас разные эмоции, состояния и ощущения.

Позитивные события вызывают положительные эмоции внутри нас, а негативные события – отрицательные эмоции. Но, повторю еще раз, все эти разнообразные состояния и эмоции мы ощущаем, чувствуем внутри себя, они все находятся, «живут» исключительно внутри нас.

Разнообразные события, которыми полна наша жизнь являются тем механизмом, той кнопкой, спусковым крючком, нажав на который, те или иные эмоции и ощущения выходят, выплывают наружу из нас самих.

По сути дела, мы на внешние обстоятельства жизни реагируем как роботы, как марионетки. Со сменой внешних событий жизни меняются наши внутренние эмоции и ощущения, только с одной оговоркой – в большинстве случаев на непродолжительное время.

Получается так, что наше внутреннее состояние очень часто зависит от внешних факторов, только эта зависимость тоже не является «Законом Жизни».

Потому что, во-первых, эту пагубную «закономерность» можно изменить. Мы можем перестать быть марионетками внешних событий жизни!

И во-вторых, мы можем навсегда освободиться от негативных состояний, эмоций, мыслей и ощущений, находящихся внутри нас!

Все это является составляющими элементами «Скрытого Потенциала Развития Человека».

## Развитие человека

Прежде всего давайте разберемся с определением того, что же такое развитие человека? Развитие человека – это качественные изменения его физических и психических характеристик.

Когда мы говорим о развитии человека, то мы можем смело утверждать, что Природа, Бог, Творец, Абсолют вложили в нас потенциал, задел по очень обширному и многостороннему развитию.

Безусловно, часть из этого потенциала мы реализуем в нашей жизни. Каждый из нас умеет читать и писать, кто-то умеет хорошо плавать и танцевать, красиво рисовать и хорошо петь, кто-то умеет сочинять музыку и совершать открытия в науке и технике. У каждого есть свои таланты, увлечения и склонности, которые он может, в той или иной мере, реализовать.

Развитием человека с самого рождения занимаются в семье, но большую роль в этом играют различные образовательные государственные, частные и коммерческие учебные заведения.

Обычным источником развития человека принято считать воспитание родителей, влияние окружения, профессиональное и самостоятельное образование. Также и сама жизнь, ее обстоятельства заставляют человека заниматься саморазвитием.

Мы постоянно развиваемся, наш ум и наши умения непрерывно растут и совершенствуются благодаря переживаемому опыту и извлеченным из него уроков.

Так что развитие человека – это еще и непрерывный процесс самосовершенствования. Принято считать, что природа позаботилась о развитии нашего тела, а жизнь заботится о развитии нашего сознания.

Вспомните себя в прошлом, во времена детства и юности, и вы поймете, насколько сильно изменились. Изменения произошли как на уровне тела, так и на уровне психики. Сейчас вы умнее, опытнее и мудрее, чем были раньше, пережитый опыт изменил вас.

Все вышеперечисленное является вполне очевидными свойствами человеческой психики и тела, мы действительно можем научиться танцевать и плавать, выучить иностранный язык и приобрести новые навыки и знания, необходимые для нашей работы и для любимого занятия.

Каждый из нас, при желании, может добиться успехов в разных направлениях человеческой деятельности.

И все это происходит благодаря нашему развитию и раскрытию природного потенциала.

Идея Развития Человека хорошо поддерживается и поощряется в современном обществе как на уровне отдельных людей, так и на уровне государства в целом.

Наверное, найдется не так много людей, которые были бы против постоянного и многостороннего развития индивидуума. Так что для многих из нас идея и стремление к развитию является основной движущей силой их жизни.

**Многостороннее развитие – это естественная и неотъемлемая составляющая часть нашей жизни. Оно начинается с самого рождения человека и может продолжаться до самого конца его жизни.**

## Общепринятый сценарий развития человека и «возрастная деградация»

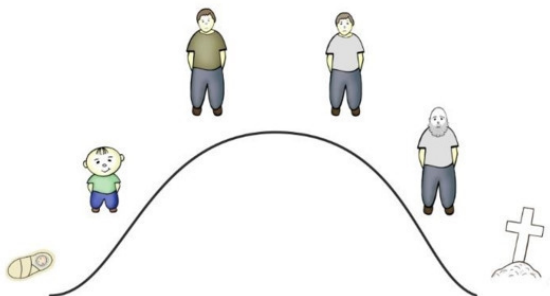
Да, идея многостороннего развития человека широко приветствуется в нашем современном обществе. Все правильно! Об этом очень много говорят, пишут и показывают в фильмах, посвященных этой теме.

Идея и стремление к развитию вызывает много положительных эмоций и открывает широкую дорогу в различные области человеческой деятельности.

Только для большинства людей все это выглядит не так гладко, просто и легко, как это может показаться на первый взгляд. Для них это больше похоже на красивую сказку. Жизнь большинства людей проходит совсем по другому сценарию.

Давайте посмотрим правде в глаза и согласимся с тем, что обычный средний человек занимается относительно интенсивным развитием примерно до 22 – 25 лет. А уже в возрасте 30 – 35 лет начинает постепенно и незаметно, вы уж не обижайтесь на мои слова, деградировать.

Посмотрите на то, как проходит жизнь среднестатистического человека. Она идет примерно по одному и тому же сценарию. Человек рождается, растет, развивается, взрослеет и после 30 – 40 лет начинает постепенно увядать, т.е. деградировать, стареть и... потом умирает.



Линия жизни человека

Примерно к 30 годам начинается потеря идеалов, целей и мотиваций, истощается жизненная энергия и начинает постепенно ухудшаться здоровье, теряется способность действовать и преодолевать трудности, уменьшается тяга к творчеству. Зато появляются все чаще и чаще негативные эмоции: злость, страх, зависть и уныние. Человек начинает меньше воспринимать и понимать все новое.

Какое там развитие? Какая реализация? Когда после работы ни на что сил уже не остается. Поужинать, посмотреть телевизор, посидеть за компьютером или планшетом. Это для мужчин. С женщинами все сложнее. У них еще и куча домашних дел: приготовление еды, стирка, уборка, дети. Ни на что другое ни времени, ни сил у них уже не остается.

И к сожалению, к такому положению вещей мы относимся как к норме, как к чему-то само собой разумеющемуся. Для многих из нас – это почти «Закон Жизни». Для большинства – это привычный образ жизни, ведь большая часть людей именно так и живет.

**Каждый человек обладает многогранным и многосторонним потенциалом своего развития. Но большинство людей к 25 – 30 годам реализует только его небольшую часть в виде минимально необходимых знаний, навыков и умений, а затем медленно и постепенно деградирует.**

Но можно жить и по-другому...

## Альтернативная линия жизни

Как я упоминал ранее, каждый человек обладает потенциалом многостороннего развития. И обычно люди реализуют только его незначительную часть, а затем постепенно деградируют. Медленно и незаметно происходит угасание человека на психическом и физическом уровне.

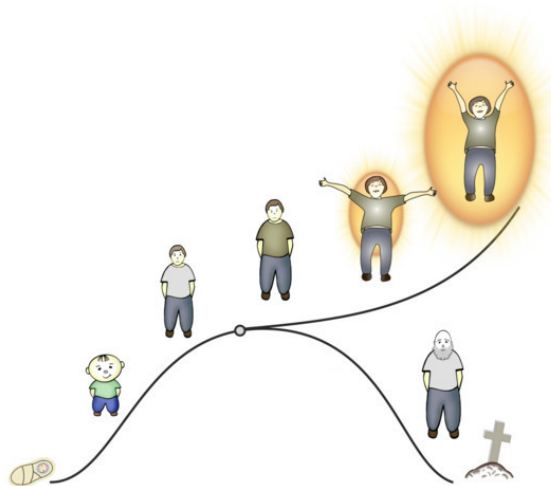
И это вполне привычный и приемлемый сценарий жизни для большинства людей.

К счастью, у нас есть возможность изменить к лучшему такое привычное положение вещей.

Дело в том, что большинству из нас пока ничего неизвестно о других частях многостороннего потенциала, вложенного природой в человека.

Да, человек хранит в себе еще много тайн и загадок. У него есть еще неизвестный, скрытый задел, резерв, потенциал, о котором многие люди ничего не знают. Его реализация позволит человеку жить значительно лучше, на более высоком уровне, получать радость и удовольствие от жизни и не идти по проторенной дорожке в сторону увядания и деградации, а продолжить дальше свое развитие, о котором даже и не мог мечтать.

И тогда линия жизни этого человека будет выглядеть совершенно иначе, нежели у большинства остальных людей.



Альтернативная линия жизни.

В таком случае человек будет находиться в процессе развития всю свою жизнь, приобретая при этом совершенно новые качества, свойства, способности и возможности, которыми по умолчанию не обладают другие люди.

Дальнейшее развитие человека – это:

– совершенно другой уровень жизни, другие цели, ничем неограниченные перспективы и полная самореализация человека;

- совершенно другой менталитет, другой уровень осознанности и другие свойства физического тела;
- полноценная, насыщенная жизнь, наполненная удовольствием, радостью и счастьем.

**Каждый человек имеет скрытый потенциал по кардинальному улучшению своей жизни, дальнейшему развитию и полному раскрытию своего внутреннего потенциала.**

## Как люди приходят к внутреннему развитию

Итак, как я говорил выше, у каждого человека есть потенциал по многостороннему развитию. Реализация части этого потенциала прочно вошла в систему нашего воспитания и обучения. Думать, читать и писать, считать и рисовать – всему этому нас обучают, начиная с самого раннего детства: в детском саду, затем в школе, колледже, университете и т. д.

В многостороннем успешном развитии индивидуума заинтересованы все: и сам человек, и его семья, и окружение, и социум, и государство.

Страны всего мира для развития своих граждан имеют соответствующие государственные учреждения. Они нужны для физического и психического развития, для получения образования, разнообразных навыков и умений, необходимых не только для жизни конкретного человека, но и для государства в целом.

Так вот, это развитие является реализацией лишь определенной и всем известной части многостороннего потенциала, которым обладает каждый из нас. Это очевидная и понятная для всех вещь.

Поэтому давайте эту часть многостороннего потенциала развития человека назовем **известным** потенциалом.

Повторю еще раз, на самом деле у каждого из нас есть и другой задел, резерв, потенциал, о котором многие люди ничего не знают. Давайте назовем его **скрытым** внутренним потенциалом развития человека.



Схематичное изображение известного и скрытого потенциала развития человека

Дело все в том, что реализация этого скрытого потенциала позволит человеку жить значительно лучше, на качественно более высоком уровне, получать радость и удовольствие от жизни и не идти по проторенной дорожке в сторону увядания и деградации. Человек может продолжить свое ничем неограниченное развитие, о котором раньше даже и не мог мечтать.

О том, что из себя представляет этот скрытый внутренний потенциал, из каких элементов и составных частей он состоит, мы узнаем в следующих главах этой книги. Именно этой теме и посвящена серия книг по развитию человека.

Итак, этот скрытый внутренний потенциал спит в каждом из нас до определенного времени.

Но рано или поздно приходит время для его раскрытия. И действительно, определенная часть людей ощущает внутри себя какой-то дискомфорт. Они пытаются понять, что с ними не так. Чувствуют внутреннюю необходимость, непонятную и необъяснимую тягу к развитию. Таких людей не устраивает обыденная жизнь, для них она становится серой, неинтересной и бесцельной. Им не хочется гнаться за богатством, почетом, делать карьеру, добиваться в жизни каких-то тривиальных успехов. Они не чувствуют удовлетворения от работы, семьи и развлечений. Не могут найти себя и своего места в этой жизни. Не понимают, куда им двигаться, в какую сторону идти. Они чувствуют непонятную и необъяснимую потребность, но не знают, как ее удовлетворить.

Можно сказать, что сама природа оказывает на человека давление, в виде дискомфорта, терзаний, депрессий, волнений и беспокойств, поиска смысла жизни. Таким образом направляя его к поиску чего-то нового и неизведанного, толкая к внутреннему развитию.

Обычно люди, ощущая эту потребность, пытаются удовлетворить ее, посещая разнообразные лекции, семинары и тренинги, посвященные развитию и улучшению жизни. Изучают различные материалы по психологии, эзотерике, оккультизму, религиям, йоге и т. д.

Занимаются разными практиками и, не получая результатов от достигнутого, меняют их одну за другой, пытаясь найти ту, которая полностью утолит их жажду к познанию и развитию.

Все правильно, для качественного улучшения жизни человека, его развития, эволюции и реализации внутреннего потенциала одного чтения литературы недостаточно. Для этого нужна осознанная работа над собой. Само по себе ничего не произойдет. Для этого нужно приложить много усилий, знаний и умений.

Дискомфорт, терзания, сомнения, поиски непонятно чего – все эти проявления говорят о том, что для данного индивидуума пришло время для раскрытия своего внутреннего потенциала. Для него настало время заниматься своим развитием и открыть внутренние возможности, которые спали и находились в латентном состоянии.

Наша внутренняя природа сначала мягко, а потом сильнее и сильнее оказывает на нас давление для того, чтобы мы начали движение в сторону развития.

Так что есть всего два пути, два варианта того, как люди приходят к своему внутреннему развитию.

Первый вариант – это внутренняя тяга и интерес к саморазвитию, о котором я уже упомянул.

Второй вариант – когда на человека оказывается прямое давление, проявляемое в виде переживаний и волнений, страхов и беспокойств.

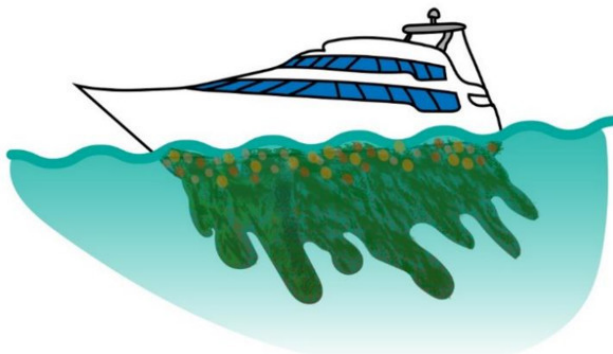
В этом случае хочу еще раз подчеркнуть, что сама природа толкает нас к тому, чтобы мы начали искать источник, причину своих негативных состояний. Таким образом мы тоже можем прийти к своему скрытому внутреннему потенциалу развития.

**Человек может прийти к идее внутреннего развития двумя путями. Первый – это внутреннее желание развития самого человека. Второй – это оказываемое**

**на него давление в виде страхов, беспокойств, переживаний, волнений и т. д. Они заставляют человека «посмотреть» внутрь себя, с целью разобраться со своей внутренней природой и со своим скрытым внутренним устройством.**

На этом давайте завершим вводную часть и перейдем непосредственно к основной теме данной книги – к изучению того, что мы называем Очищение ума.

## Обрастание судов и... людей Вернуться к оглавлению



Обрастание судов.

В мореплавании существует такое понятие как обрастание.

Обрастание – это процесс, в результате которого часть корпуса судна, находящаяся в воде, покрывается слоем морских растений и животных. Этот слой состоит из колоний ракообразных, водорослей, минеральных частиц, ракушек и других микроорганизмов. Вес обрастаний может достигать до нескольких сотен тонн. Оно сопровождается снижением скорости судов, повышением расхода топлива и усиленным износом его механизмов. И все это приводит к увеличению эксплуатационных расходов.

Процесс обрастания днища судов продолжается непрерывно, на слое уже умерших организмов развиваются новые и новые.

Обрастание корпуса само собой никогда не прекращается и может быть устранено только в доке.

Обрастание является серьезной проблемой для судов, и с ним ведут постоянную борьбу.

Люди, занимающиеся эксплуатацией судов, знают, что если не предпринимать никаких мер по борьбе с обрастанием, то это будет приводить к ускоренной коррозии корпуса и к быстрому износу двигателей судна. При обрастании увеличивается сопротивление воды движению судна, в результате чего необходимо увеличивать мощность энергетической установки для достижения заданной скорости, что приводит к перерасходу топлива.

Мы можем сравнить эксплуатационные характеристики корабля, когда он не имеет обрастаний, очищен от них и спустя полгода его интенсивной эксплуатации, когда судно покрывается значительной массой обрастания. При этом проводится анализ и сравнение по скорости движения судна, оборотов его двигателя и расходу топлива. И для нас будет очевидным то, что по мере обрастания судна ухудшаются его эксплуатационные характеристики.

Именно обрастание является виновником ухудшения свойств и возможностей судна!

А как быть с человеком? Что вызывает его деградацию? Что является причиной ухудшения его физического и психического состояния?

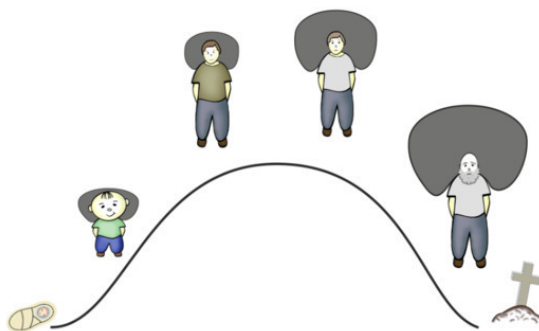
В качестве причины ухудшения состояния человека мы тоже нашли свое обоснование, свою «объективную» причину. Обычно мы это списываем на черты характера, индивиду-

альность, предрасположенность, наследственность, конституцию тела, неправильное питание, нехватку микроэлементов и витаминов, на естественное старение организма и т.д., и т. п.

И поскольку мы уже нашли для себя причины этих состояний, мы успокоились и не стали «копать дальше». Мы смирились с «возрастной деградацией» по многим показателям жизни человека. И самое главное то, что мы это сделали нормой, «объективным законом жизни». И конечно, если это норма, тем более естественный закон природы – то мы перестали задумываться о том, что с этим можно что-то сделать.

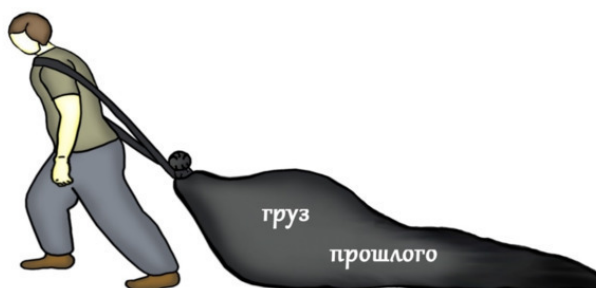
И несмотря на все вышеперечисленное, многие люди почему-то чувствуют, что это неправильно и все время что-то ищут!

Так вот, идея «обрастания» справедлива и по отношению к человеку. Он тоже имеет свое «обрастание». Только это «обрастание» невооруженным глазом не видно. Но оно имеет ощутимые проявления в виде плохого настроения, нежелания что-то делать, нехватки энергии и плохого сна, в виде волнений, беспокойств и тревог. Оно точно также негативным образом отражается на качестве и длительности жизни, на повышенном износе физического тела, на его здоровье и внешнем виде, на его поведении, стремлениях и желаниях.



#### «Обрастание» человека

Подобно тому как судно, обросшее десятками, а то и сотнями тонн балластного груза, не может полностью реализовать свой потенциал, таская с собой эту огромную бесполезную массу, так и человек накапливает свой собственный балласт – «груз прошлого». Он не может из-за него в полной мере проявить и реализовать себя и поэтому вынужден жить на более низком уровне, чем мог бы, если бы не имел этой ноши за «своей спиной».



Если об обрастании и его негативном воздействии на суда и их эксплуатационные характеристики все давно и хорошо известно, то об «обрастании человека» и его влиянии на нас мы пока ничего не знаем или знаем очень и очень мало. Даже профессионалы, связанные с этой областью (психологи, физиологи, психотерапевты и др.), имеют об этом только разрозненные и несистематизированные знания.

Так вот, когда мы говорим об улучшении жизни человека, о его развитии и полном раскрытии внутреннего потенциала, то мы в первую очередь имеем ввиду избавление, освобождение от этого нашего «обрастания», «груза прошлого».

**Каждый человек в процессе жизни накапливает «опыт», «груз прошлого», который не позволяет ему жить полноценной, наполненной радостью, удовольствием и счастьем жизнью. Имея эту «ношу» за своей спиной, он не может полностью проявить и реализовать себя.**

## Скрытый Внутренний Потенциал по Улучшению Жизни и Развитию Человека



Итак, каждый из нас в процессе жизни неосознанно накапливает, обрывает «опытом», «грузом прошлого», о котором ничего не знает, и который сильно, но скрытно негативно воздействует, влияет на нас, на наше настроение, на тело, здоровье, на наше поведение, поступки и потребности.

Воздействие этого «груза прошлого» на человека происходит незаметно и очень постепенно, начиная с самого раннего детства. И нами никак не осознается. А самое главное то, что это влияние в виде плохого самочувствия, неважного здоровья и негативного настроения не воспринимается нами как аномалия. Мы относимся к этому как к данности, как к естественному положению вещей, как к «Закону Жизни».

А если кто-то и задумывается над этим, то находит для себя «очень весомые обоснования» и на этом успокаивается.

Как я и упоминал раньше, свое плохое настроение, здоровье, нехватку сил и энергии обычно мы списываем на плохую генетику и недостаток образования, на родителей и учителей, на начальство и коллег по работе, плохую экологию, нехватку витаминов и микроэлементов, на паразитов в теле человека и даже на погоду. Мы всегда можем найти причины и оправдания для своей лени, неспособности и нежелания что-то делать. Так устроена психика большинства людей.

Только к истинному положению дел это никакого отношения не имеет. Настоящей причиной этого является накопленный нами «груз прошлого».

Освобождение от него является первым шагом, первой ступенькой к раскрытию своего «Скрытого Потенциала Развития».

Полное освобождение человека от этого груза на уровне психики, ума, памяти и физического тела приводит к качественно новому уровню существования, к более высокому уровню жизни, пониманию себя, своих возможностей, восприятию окружающего мира и совершенно иному мировоззрению.

Но и это еще не все! По сути дела, мы будем говорить о многостороннем **скрытом** потенциале, который может быть реализован только в определенной последовательности!



Первый шаг, первая ступень – самая сложная и самая важная – это освобождение человека от «груза прошлого» на уровне его психики, ума и памяти.

Вторая ступень – это освобождение человека от этого «груза» на уровне физического тела.

И третья ступень – Полное Открытие Внутреннего Потенциала.

Эта ступень будет доступна только тогда, когда человек полностью избавится, освободится от всего «груза прошлого» как на уровне психики, так и на уровне физического тела.

**У каждого из нас есть неизвестный, скрытый многосторонний задел по кардинальному Улучшению Жизни, Развитию и Полному Открытию своего Внутреннего Потенциала.**

## Шкала состояний человека

Поскольку мы говорим об улучшении жизни, о развитии, а тем более о полном раскрытии внутреннего потенциала, у нас должны быть критерии, признаки, показатели разных уровней психического (душевного) и физического состояний человека и его жизни в целом.

Они необходимы как для определения его текущего состояния, так и тех, в которых человек может потенциально находиться как в сторону его улучшения, так и в сторону ухудшения. И поскольку мы сейчас говорим о развитии, то эти критерии нам объективно подскажут, что мы движемся в нужном направлении. Сначала в направлении улучшения жизни, а затем в сторону более высоких состояний существования, связанных с полным раскрытием внутреннего потенциала.

Под состоянием человека мы будем подразумевать совокупность признаков, состоящих из его эмоционального состояния, его отношения к жизни, к миру, уровня общения, уровня фиксации и свободы внимания, состояния его физического тела, энергетики и т. д.

Давайте рассмотрим эти состояния и соответствующие им качественно разные уровни жизни. Для этого мы будем использовать Шкалу Состояний Человека, приведенную ниже.

Шкала состояний человека – это наглядный, интуитивно-понятный, очень удобный и важный для нас инструмент.

Одним из основных элементов этой шкалы является последовательность эмоций, таких как страх, гнев, горе, энтузиазм и других, которые могут чувствовать, испытывать люди.

Шкала имеет определенную, закономерную последовательность состояний человека: высшее, среднее и низшее.

Для удобства все шкалу мы поделили на пять зон, окрашенных разными цветами.

В самой верхней части шкалы – желтой зоне – расположены высочайшие эмоции: безмятежность бытия, счастье, вдохновение и т. д.

За ней – зеленая зона – на которой расположены положительные эмоции: энтузиазм, веселье, интерес и т. д.

Далее вниз по шкале идут серая, красная и темная зона, на которых расположены менее положительные, затем негативные и, наконец, очень негативные, отрицательные эмоции.

Шкала состояний наглядно показывает, как происходит движение из зеленой зоны, наполненной положительными эмоциями, жизненной силой и энергией, вниз – к темной зоне, к смерти через постепенное ухудшение этих и других показателей.

Если сказать обобщенно, то для человека, находящегося в верхней части шкалы – желтой и зеленой – жизнь легка и проста, она наполнена творчеством, радостью, счастьем и удовольствием.

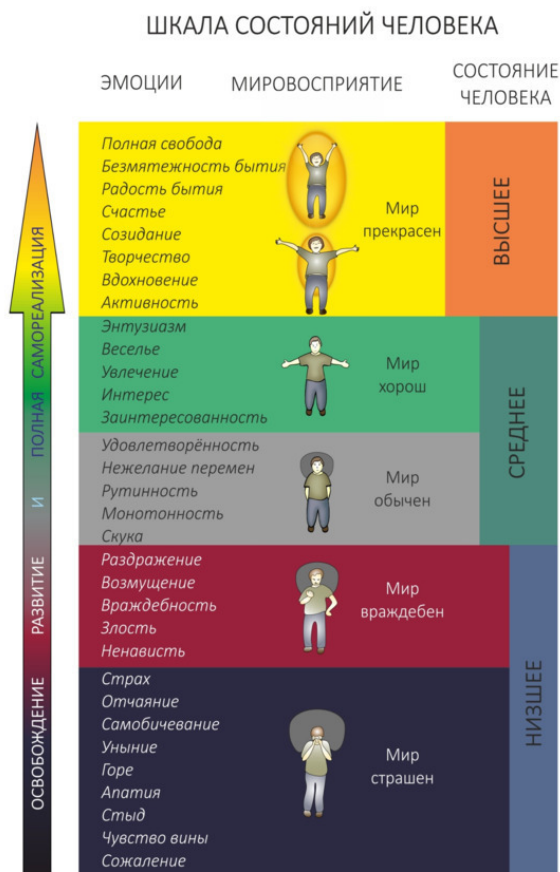
Человек, находящийся в желтой зоне, имеет высокую степень осознанности, он целеустремлен, всегда знает, что ему делать и куда двигаться по жизни.

Для того, кто находится в серой и красной зоне шкалы – жизнь скучна, бесцельна и неинтересна.

Для того, кто находится в нижней, темной зоне шкалы – жизнь тяжела, сложна, полна трудностей, наполнена страхами, волнениями и беспокойствами.

Внимательно ознакомьтесь со шкалой и ее цветными зонами. Как следует изучите характеристики всех зон, поскольку мы будем к ней постоянно обращаться.

Она является одним из важных элементов, используемых в «Развитии человека» и «Очищении Ума» в частности!



А сейчас давайте поближе познакомимся с каждой зоной шкалы.

Как я уже сказал, цвет каждой зоны соответствует определённому состоянию человека.

## Высшее состояние человека

### Характеристика желтой зоны

- Осознание своей внутренней природы как духовного существа.
- Четкое понимание своих целей, движение к которым доставляет радость, счастье и удовольствие.
- Высокая степень общения с людьми, открытость и доброжелательность.
  
- Внимание к другим людям.
- Способность к разрешению любых задач, а не превращение их в проблему.
- Занятия и работа по душе.
  
- Получение от жизни радости и удовольствия.
- Пребывание в состоянии «здесь и сейчас» большую часть времени.
- Отсутствие внутреннего диалога, болтовни ума.
  
- Много сил, энергичность и жизнерадостность.
- Высокая степень активности и работоспособности.
- Высокая степень разумного мышления.
  
- Высокая степень ответственности.
- Свободное проявление эмоций.
- Активное стремление к физическим нагрузкам как к естественной части своей жизни.
  
- Прекрасное здоровье, крепкое тело и хорошая физическая форма.
- Получение удовольствия от физической активности.
- Возможность выглядеть лучше и моложе своих лет.
- Крепкий и здоровый сон.

## **Среднее состояние человека**

### **Характеристика зеленой зоны**

- Пребывание в позитивных эмоциях.
- Свободное проявление эмоций.
- Достаточно много сил и энергии.
- Высокая степень общения.
- Отсутствие значительных проблем со здоровьем.
- Сильная степень экстраверсии.

### **Характеристика серой зоны**

- Жизнь монотонна и скучна, напоминает сплошную серую полосу, в которой один день похож на другой.
- Нежелание что-то менять.
- Недостаток жизненной энергии и сил.
  
- Втягивание ума во внутренний диалог.
- Наличие психосоматических заболеваний.
- Наличие различных волнений и беспокойств.

## **Низкое состояние человека**

### **Характеристика красной зоны**

- Жизнь, состоит из сплошных проблем, с которыми приходится постоянно бороться.
- Перекладывание ответственности на других и неспособность брать ее на себя (человек видит причину своих проблем в других и обвиняет их в своих бедах).
- Окружающий внешний мир кажется враждебным и недружелюбным.
  
- Невнимание к другим людям.
- Постоянная критика всего и вся.
- Постоянное пребывание в негативных эмоциях.
  
- Постоянное втягивание ума во внутренний диалог.
- Общение, которое часто заканчивается ссорами и упрёками.
- Как правило, проблемы со сном.
  
- Наличие психосоматических заболеваний.
- Состояние подавленности и неудовлетворенности.
- Обычно неинтересная, а то и ненавистная работа, не приносящая удовлетворения.
  
- Жизнь как ноша тяжкого креста, который необходимо нести день за днём, год за годом.
- Недостаток физических сил.
- Активное движение вокруг вызывает раздражение.

### **Характеристика темной зоны**

- Постоянное пребывание в негативных эмоциях.
- Жизнь похожа на сплошную и беспросветную черную полосу.
- Внешний мир выглядит расплывчатым и туманным.
  
- Минимальное количество жизненной энергии.
- Недостаток, а то и полное отсутствие физических сил.
- Пассивность и быстрая утомляемость от минимальных физических нагрузок.
  
- Отношение к работе как к вынужденной обузе.
- Отсутствие смысла и цели в жизни.
- Большая вероятность проблем со сном, человек может слишком много спать или, наоборот, страдать от бессонницы.
  
- Невозможность хорошо выспаться, постоянное нахождение в состоянии сонливости.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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