



УДИВИТЕЛЬНАЯ СИЛА  
ОСОЗНАННОГО  
НАМЕРЕНИЯ  
Феннеаинг



Часть II

Эстер и Джерри Хикс  
(учение Абрахама)



**Эстер Хикс  
Джерри Хикс**

**Удивительная сила осознанного  
намерения. Часть II**  
**Серия «Ченнелинг»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=51339431](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51339431)*

*Удивительная сила осознанного намерения. Часть II: ИГ «Весь»; СПб.;  
2019*

*ISBN 978-5-9573-1512-4*

**Аннотация**

Во второй части книги Эстер и Джерри Хикс «Удивительная сила осознанного намерения» Абрахам отвечает на вопросы участников семинара, проведенного в 2005 году. Здесь обсуждаются проблемные темы, которые так близки каждому из нас – дом, работа, взаимоотношения, здоровье, финансовое благополучие, политика... Абрахам предлагает забавные игровые процессы на каждый день, с помощью которых можно стать настоящим творцом своего счастья!

Как активизировать благотворные вибрации, которые направляют вашу жизнь в приятное для вас русло? Как привести жизненные ситуации в соответствие с вашими желаниями

и намерениями? Как устранить противодействия, мешающие исполнению вашей мечты?

Овладев искусством Сознательного Созидания с помощью Абрахама, вы совершите прорыв в счастливое будущее, наполненное удачами и изобилием!

# Содержание

Отзывы о книге «Удивительная сила осознанного намерения» и учении Абрахама	7
Предисловие	10
Предисловие	14
Введение в учение Абрахама	26
Глава 1	32
Глава 2	39
Глава 3	45
Глава 4	57
Глава 5	69
Глава 6	76
Конец ознакомительного фрагмента.	77

# **Эстер и Джерри Хикс**

## **Удивительная**

### **сила осознанного**

#### **намерения. Часть II**

**Esther and Jerry Hicks (The Teachings of Abraham)**  
**The amazing power of deliberate intent:**  
**Living the Art of Allowing**

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

© 2004 by Jerry Hicks and Esther Hicks Original English Language Publication 2004 by Hay House, Inc., in California, USA

© Перевод на русский язык, издание на русском языке. ОАО «Издательская группа «Весь», 2007

\* \* \*

*Дорогой Читатель!*



Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа — свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой — это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,  
Владелец Издательской группы «Весь»  
Пётр Лисовский

# Отзывы о книге «Удивительная сила осознанного намерения» и учении Абрахама

*Могущественное учение, созданное самыми великими наставниками во Вселенной!*

*Доктор Вейн У. Дайер, автор книги «Сила намерения»*

*Я молюсь о том, чтобы каждый человек прочитал «Удивительную силу осознанного намерения» – книгу, заключающую в себе огромную целительскую силу и любовь, и которая при этом так легко и понятно написана. Энергия Абрахама и его слова будут успокаивать, направлять и воодушевлять вас.*

*Дорин Вирту, доктор философии, автор книги «Богини и ангелы»*

*Если бы на свете существовала только одна книга, способная изменить жизнь к лучшему, то речь, безусловно, шла бы именно об «Удивительной силе осознанного намерения». Будьте готовы – вам предстоит сделать шаг к удовольствию, счастью и радости жизни! Как мудро и тактично, с каким чувством юмора Эстер и Джерри Хикс, а также учение Абрахама показывают нам, как можно добиться успеха в жизни. Я люблю эту книгу и люблю учение*

Абрахама. У меня просто нет слов, которые бы в достаточной степени выражали мое восхищение ими. Дениза Линн, автор книги «Если я могу простить, то можешь и ты»

«Удивительная сила осознанного намерения» – потрясающая книга! Я знаю Эстер и Джерри Хикс – они поистине гениальные люди. Эта книга может волшебным образом преобразить всю вашу жизнь. Кристиан Нортран, доктор медицины, автор книги «Мудрость матери-дочери»

В книге «Удивительная сила осознанного намерения» Абрахам особо подчеркивает, насколько важно использовать силу наших мыслей, что, может быть, не дает мгновенного результата, но способно оказать влияние на последующие события. Это удивительная, завораживающая книга, и я искренне рекомендую прочесть ее каждому, кто готов исследовать безграничную силу человеческого разума.

Гэри Ренард, автор книги «Исчезновение Вселенной»

Наша книга посвящается тем учителям и наставникам, которые с энтузиазмом встретили появление книги «Просите – и дано будет вам» и распространили содержащиеся в ней знания среди сотен тысяч людей во всем мире. Мы глубоко признательны великому множеству известных людей, которые так доброжелательно приняли нашу книгу... Их высокий авторитет помог сделать учение Абрахама доступным для всех, кто жаждет

*прикоснуться к этому великому знанию.*

# **Предисловие**

## **Когда ученики подготовлены, появляется учитель!**

**Луиза Хей<sup>1</sup>**

Жизнь – это удивительная, неразгаданная тайна. На всем ее протяжении мы постоянно задаем вопросы и ищем на них ответы. Каждому из нас всегда хотелось стать хозяином своей судьбы, но никто достоверно не знал, как это можно сделать. Нам бы хотелось избавиться от всех своих страхов, как незначительных, глубоко личных, так и самых сильных. Мы можем переживать из-за того, что у нас испортится фигура, разладятся отношения с близкими, бояться смерти, политической нестабильности, мировых катаклизмов и даже инопланетного вторжения.

Эта книга несет людям истинное успокоение. С ее помощью можно решить любые проблемы. Неважно, чего именно человек боится или какая проблема кажется ему тупиковой: у Абрахама на любой вопрос всегда есть ответ. На страницах этой книги вы найдете описание простых процессов, ко-

---

<sup>1</sup> Автор бестселлера «Исцели свою жизнь».

которые не только дадут возможность избавиться от всех горестей и бед, но и позволят вам перейти на качественно новый уровень жизни.

Я убеждена, что Абрахам – самый лучший из наставников, какие только существуют сегодня на нашей планете. Его учение коренным образом изменило мое мировоззрение. Я бесконечно признательна Джерри и Эстер Хикс за то, что они посвятили свою жизнь распространению учения Абрахама среди нас. Пришла пора расширить горизонты, и сейчас для этого самый подходящий момент. Если вы держите в руках эту книгу, *вы* – счастливчик, потому что в этом случае ваши удача и благополучие уже не за горами.

Я знаю Абрахама, а также Джерри и Эстер Хикс уже несколько лет. Глубокую духовную связь с Абрахамом я почувствовала с самой первой минуты – как только услышала то, чему он учит. *Я думаю, что это истинный Учитель в самом глубоком смысле слова.* И чем больше я погружаюсь в учение Абрахама, тем больше им восхищаюсь.

Да, я вовремя познакомилась с Джерри и Эстер. Самое большое впечатление на меня произвело то, насколько успешно они применяют учение Абрахама в своей жизни. Передо мной были два счастливых, жизнерадостных человека, которых во всех делах сопровождает удача. Они любят друг друга и саму жизнь сильнее, чем все, кого я когда-либо знала. Мне доставляло огромное удовольствие видеть, как они общаются друг с другом. Просто сердце радуется, когда

рядом с тобой люди, умеющие каждую минуту наслаждаться жизнью.

Наше издательство «Нау Хаус» очень гордится тем, что первым ознакомило читателей с книгами об учении Абрахама и продолжает распространять их по всему миру. Книгу, открывшую эту серию, – «Просите – и дано будет вам» – Вейн. У. Дайер, автор многих бестселлеров, назвал: «вехой в литературе», дав ей и более развернутое определение: «Это не что иное, как план понимания своей судьбы и воплощения желаемого».

Книга «Удивительная сила осознанного намерения» – вторая в серии. С ее помощью вы продолжите путешествие в неизведанные глубины собственного «я». Благодаря этой книге возрастет ваша уверенность в себе – ведь вы будете располагать богатейшим арсеналом самых разнообразных способов, с помощью которых можно с честью выйти из любой ситуации. Обретя уверенность в себе, вы сумеете довести до конца любое, даже самое смелое начинание. И для этого вам не придется тратить уйму времени и сил – ведь вы научитесь *Искусству Принятия*. Вы будете просто поражены, когда обнаружите, насколько это легко – жить так, как вы всегда мечтали.

Думаю, что вы поступите так же, как и я: будете держать обе эти книги у изголовья кровати и обязательно станете читать их как по утрам, так и отходя ко сну. И от этого ваш сон станет гораздо крепче, а начало каждого нового дня бу-

дет приносить только радость... А настроение будет просто отличным!

*Луиза*

# Предисловие

Джерри Хикс

Пробовали ли вы когда-нибудь рассматривать собственное развитие в свете событий, которые принесли вам чувство полного внутреннего удовлетворения?

Запечатлены ли в «альбоме» вашей памяти, хранящем приятные воспоминания, мысленные картины тех моментов, когда вас будто бы что-то подталкивало к исполнению самых заветных желаний?

Вспоминали ли вы когда-нибудь – чувствуя, как вас переполняет благодарность, – людей, книги или обстоятельства, которые, словно яркая вспышка, осветили ваш путь и подарили новое видение жизни?

Назовите эти мгновения *поворотными моментами*, или *перекрестками*, или *указателями* на жизненном пути. Возможно, вы даже скажете, что это были *лакмусовые бумажки* точного восприятия Блага, возможно... но разве вы не чувствуете, насколько позитивно они повлияли на вашу жизнь?

Я начал писать это предисловие, припарковав свою машину на «нашей» проселочной дороге, пролегающей между Френч Брод Ривер и утиным прудом в Билтморе. Здесь, в

Ашвилле, штат Северная Каролина, мы (моя жена Эстер и я) уже пятнадцать лет устраиваем семинары. Это местечко на реке – одно из наших самых любимых. По весне мы наблюдаем здесь с умилением за маленькими гусятами. А потом следим за осенним перелетом канадских гусей, когда они, повинувшись могущественному инстинкту, держат свой путь в дальние края. Вот так и мы с женой: путешествуем из конца в конец страны, но всегда возвращаемся сюда. В моей жизни сейчас очень радостный период, я сижу и занимаюсь тем, что доставляет мне огромное удовольствие, – пишу это предисловие. Я хочу поговорить о том, почему вам следует обратиться к учению Абрахама и применить его на практике (и таким образом осознанно почувствовать свою истинную природу).

Известно, что *слова не могут научить – учит только жизнь*. И все-таки перед вами книга *слов*, могущественных слов, и сейчас вы готовитесь их прочесть. ...Слов, которые невероятно расширят ваши горизонты и сформируют новые, позитивные убеждения. И эти убеждения – в соответствии с естественными законами Вселенной – подарят вам совершенно новый и счастливый опыт... Вам откроются удивительные и могущественные знания, которые всегда были вам так нужны. Те самые знания, которые принесут в вашу жизнь радость и счастье.

Я надеюсь, что эта книга даст вам ответы на многие вопросы и позволит добиться исполнения любых желаний, и вы

в полной мере осознаете ее истинную ценность. Знания, которые я почерпнул из этой книги, оказали мне неоценимую помощь. Одно только понимание того, что *каждый человек творит собственную правду*, оказалось для меня судьбоносным. Оказывается, «правда» – это не что иное, как убеждения, которых мы придерживаемся, а «убеждения» – не что иное, как мысли, к которым мы время от времени возвращаемся. Если бы вы знали, насколько это помогло мне понять и глубоко прочувствовать удивительную силу мыслей!

На днях я случайно услышал ответ одного удачливого бизнесмена на вопрос, как ему удалось добиться такого поразительного успеха. Он сказал: «Я мыслю масштабно... Я уже давным-давно решил: раз уж все равно приходится думать о чем-то, *то почему бы не думать о большом?*» Вот вам демонстрация силы мысли в действии.

Много лет назад я решил перечитать то, что написал один из самых почитаемых гениев двадцатого столетия. Он сказал, к примеру: «Большинство людей используют менее одного процента заложенного в них потенциала... Девяносто девять процентов остаются нетронутыми и нераскрытыми в течение всей жизни». В книге «Удивительная сила осознанного намерения» вы найдете описание процессов, которые позволят вам использовать как можно больше скрытых возможностей – причем именно в этой жизни. Интересно, задумывались ли вы когда-нибудь, как много радости и счастья заложено в вас? Приходило ли вам в голову, что даже в са-

мые счастливые моменты своей жизни вы не испытывали и малой толики той радости, которую на самом деле можете ощущать?

Наверняка бывали моменты, когда вы чувствовали себя великолепно и выглядели просто превосходно. Но думали ли вы тогда, что все могло быть гораздо лучше? И знаете ли вы, что самые восхитительные отношения, которые были у вас в прошлом, – это далеко не предел? Вас могут ждать впереди еще более высокие, творческие и одухотворенные отношения с самыми необыкновенными людьми. Просто впустите их в свою жизнь.

Еще несколько страниц – и вы встретитесь с Абрахамом – «учителем учителей», как он сам себя называет. Тем из вас, кто еще не знаком с его учением, поясню, что Абрахам – это род Сущностей, представляющих собой Коллективное Сознание. Многие выдающиеся авторы и философы называли Абрахама «самым великим учителем всех времен и народов...» Про себя могу сказать, что при моей первой встрече с Абрахамом много лет назад меня привлек именно его педагогический талант. Он может научить как никто другой. В то время меня больше всего волновал вопрос: *как я могу помочь другим людям добиться финансового успеха?*

Вспоминаю уже ставшую классикой книгу Наполеона Хилла «*Думай и богатей*», где он говорит: «Когда богатство приходит, то оно приходит так быстро и в таком количестве, что остается только недоумевать, где оно скрывалось на про-

тяжении всех предыдущих лет...»

Книга *«Думай и богатей»* дала мне ответы на все насущные вопросы. После того как я нашел ее на столике маленького мотеля в Монтане (и затем точно выполнил указания, которые в ней содержались), моя жизнь изменилась. От обычного зарабатывания денег на хлеб насущный я пришел к состоянию, при котором, как говорится, «не нужно ходить на работу». И все это произошло буквально за нескольких лет, в течение которых мы сумели организовать и «поставить на ноги» многомиллионный бизнес. Вот какое влияние оказали на мою жизнь идеи Наполеона Хилла. И я не устал говорить о них каждому, кто хоть немного был готов меня слушать.

*«Думай и богатей»* принесла мне столько пользы, что вскоре я начал применять ее как пособие, обучая своих коллег по бизнесу и пытаясь заразить их этими идеями. Однако по прошествии нескольких лет я увидел, что всего лишь несколько моих «учеников» смогли наладить собственный успешный бизнес, приносящий миллионные доходы. Было много таких, кто сумел добиться «более чем скромного» успеха. Но встречались, к сожалению, и те, кто не смог улучшить своего финансового положения, сколько бы семинаров он ни посещал.

Так прошло около десяти лет. Достигнув собственных целей в бизнесе, я начал искать ответ на вопрос, как помочь людям в исполнении их желаний... Мы с Эстер «просили» –

и нам дано было Учение Абрахама.

В этом коротком предисловии не хватит места, чтобы подробно рассказать об Абрахаме и о том, как мы встретились с ним. Но если это вам интересно, то можете послушать сделанную нами бесплатную аудиозапись «*Введение в учение Абрахама*» (на английском языке). В этом введении мы подробно рассказали, кто такой Абрахам, как он появился в нашей жизни, и как складывалось общение между нами. Кроме того, мы поместили это семидесятичетырехминутное «Введение» в Интернете на нашем интерактивном сайте [www.abraham-hicks.com](http://www.abraham-hicks.com). Англоязычные кассеты и аудиодиски можно заказать в нашем офисе: Abraham-Hicks Publications, P.O. Box 690070, San Antonio, TX 78269. Телефон: (830) 755-2299.

Здесь я расскажу о нашей встрече с Абрахамом буквально в нескольких словах. Благодаря ежедневным пятнадцатиминутным медитациям мы с Эстер смогли получить ответы на многие насущные вопросы. Хотя Эстер испытала очень сильные физические ощущения уже во время нашей первой медитации, нам все же понадобилось около девяти месяцев для того, чтобы вступить в какое-то подобие разумного контакта с Коллективным Сознанием – *разумного*, поскольку голова Эстер начала методично двигаться, и мы обнаружили, что ее нос выписывает в воздухе слова – как если бы она писала на невидимой глазу доске: «*Меня зовут Абрахам...*»

Вот что Абрахам рассказал о себе самом: *Абрахам – это*

*не единичное сознание, какое представляете вы в своем единичном физическом теле. Абрахам – это Коллективное Сознание. Существует Нефизический Поток Сознания, и когда кто-либо задает вопрос, огромное количество точек сознания сливается в единое представление (поскольку в данном случае только одно человеческое существо, Эстер, может воспринять и озвучить его), поэтому оно и кажется вам единичным. Но в действительности мы представляем собой многоликое и многомерное мультисознание.*

...Я немедленно начал задавать вопросы, и Абрахам отвечал мне, вначале используя для этого нос Эстер. Позднее Эстер научилась переводить Нефизические идеи Абрахама на наш язык с помощью пишущей машинки, а еще несколько месяцев спустя начала словесно озвучивать информацию, которую получала от него.

Буквально на пару лет раньше я открыл для себя материалы *Сетха* (информацию, которая легла в основу популярных книг, Джейн Робертс и Роберт Баттс получили способом, очень похожим на наш). По существу, эти книги в какой-то степени помогли мне понять, что именно с нами произошло. Но, насколько мне известно, ни я, ни Эстер ничего не ждали и не просили для себя лично. Я просто ждал и просил указать мне способ, как можно сделать жизнь других людей более наполненной и счастливой – но никогда не думал, что знание придет ко мне таким путем.

И Эстер, и мне как воздух была нужна мудрость Абраха-

ма. И он хотел нам ее открыть. Но при этом мы не понимали, как подобный феномен (весьма странный на первый взгляд) можно приспособить к нашему хорошо налаженному бизнесу. Лично я считаю, что принципы в бизнесе должны быть такими, чтобы их можно было не только освоить самому, но и обучить им других. Я часто заявляю, что мое намерение заключается в том, чтобы человек, с которым я общаюсь, поднялся на более высокий уровень или, по крайней мере, остался там же, где и был на момент нашей встречи. И ни в коем случае не спустился ниже из-за общения со мной. Эстер же считает, что любые принципы должны вызывать при их применении положительные эмоции.

На первых порах Эстер, принимая информацию от Абрахама, испытывала довольно сильное физическое противодействие. Например, раньше, начиная «разговор от имени Абрахама», она сидела в кресле, глаза ее были полузакрыты, а руки крепко сжимали подлокотники. Ее резкий голос точно соответствовал этой напряженной позе.

Шли годы, и на просьбы многих тысяч людей Абрахам продолжал давать ответы через Эстер. Во время приема информации ее тело стало расслабляться, она смогла открывать глаза, затем начала жестикулировать. Спустя еще несколько лет прогресс был налицо – она уже не сидела и не стояла, словно прикованная к стулу или кафедре, а могла свободно расхаживать из стороны в сторону.

Одновременно с тем, как расслаблялось тело Эстер, из-

менялся и ее голос. Если бы вы для сравнения послушали одну из наших ранних записей, то могли бы почувствовать эту разницу. Вначале в ее голосе было нечто, напоминающее иностранный акцент неизвестного происхождения. Но сегодня, спустя почти двадцать лет после того, как она стала говорить от имени Абрахама, этот голос практически неотличим от голоса самой Эстер. То различие, которое вы могли бы заметить сейчас, я назвал бы мыслительными и позиционными установками Абрахама.

Еще один совет, который я хотел бы дать прежде, чем закончу это предисловие. Если вы читали нашу предыдущую книгу «Просите – и дано будет вам», то знаете, чему учит Абрахам. Он говорит, что цель нашей физической жизни на Земле – творить и получать от этого радость. Мы здесь не для того, чтобы исправлять или спасать этот мир. Единственная цель всего, что бы мы ни делали, – стать счастливыми... и Абрахам говорит нам, что нет ничего более важного, чем человеческое счастье...

Но если мы пришли сюда не для того, чтобы что-то исправлять или переделывать, то как же узнать, насколько успешно складывается наша жизнь на Земле? Абрахам учит, что успех не измеряется ни числом каких-либо достижений, ни имуществом, которое мы успеваем накопить. Абрахам говорит, что успех определяется только той радостью, которую мы испытываем в течение жизни.

Вы сможете обнаружить, что здоровье, богатство, отноше-

ния с другими людьми или физическое совершенство – во- все не то, что может сделать вас по-настоящему счастливым. И, возможно, удивитесь, когда узнаете, что лишь осознанное обретение и поддержание вибрационного баланса поможет вам в исполнении любых желаний – и, помимо прочего, при- несет долгожданное счастье.

Мы с Эстер уже более двух десятилетий используем уче- ние Абрахама, чтобы поддерживать и укреплять наши от- ношения друг с другом. Нами привлечено к сотрудниче- ству множество талантливых, невероятно одаренных, знаю- щих партнеров, которые взяли на себя решение всех дело- вых и административных вопросов, чем немало способство- вали распространению этого учения. У нас появилось много прекрасных друзей и коллег по бизнесу, но в то же время мы не забываем и старых добрых знакомых, даже если больше не ведем с ними совместных дел.

Наше здоровье в полном порядке: никаких докторов (раз- ве что в качестве друзей), никаких медицинских обследова- ний и никакой медицинской страховки! Конечно, физиче- ские недомогания иногда случаются, но они быстро прохо- дят сами по себе – стоит нам только восстановить энергети- ческий баланс. Что же касается финансового положения, то в прошлом году мы заплатили налогов на сумму бо «льшую, чем все доходы, полученные за все годы до того, как нами были изучены принципы осознанного намерения. Другими словами – это сработало!

Помимо всего прочего, я не знаю двух более счастливых людей, чем я и Эстер (за исключением, возможно, наших внуков: Лаурела, Кевина и Кейт). Мы путешествуем по стране, проводя семинары по Искусству Принятия, в которых участвуют тысячи людей, приблизительно в пятидесяти городах в год. Мы водим нашего дорогого «монстра» – переоборудованный туристический автобус почти четырнадцатиметровой длины. Те, кто смотрит нашему любимцу вслед, видят на нем яркую и очень крупную надпись: **«Жить – значит радоваться»**.

Я помню, что с пятилетнего возраста хотел хоть как-то помочь людям стать счастливее. Наверное, и вы были такими же. В течение жизни я искал и находил множество разнообразных способов, чтобы добиться этого. Я пишу это предисловие, испытывая чувство глубокой благодарности ко всем, кто помог мне, кто оставил в моей жизни свой след (этих имен слишком много, чтобы я мог перечислить все). Не могу сказать, что *Учение Абрахама* способно привлечь самого Абрахама в вашу жизнь, но оно позволяет распространять его мудрость повсеместно. Мы безмерно счастливы, что такая возможность: нести людям всего мира эту философию радости и духовности – была предоставлена нам.

*От всего сердца, Джерри*

\* \* \*

Необходимо учесть, что не всегда удастся точно выразить Нефизическую мысль, которую получает Эстер, словами английского языка. Тогда приходится придумывать новые словосочетания или по-новому использовать привычные слова (например, писать их с большой буквы), чтобы описать иной взгляд на жизнь.

# Введение в учение Абрахама

Эстер Хикс

Привет, меня зовут Эстер, и я «работаю» переводчиком вибраций Абрахама. Абрахам объяснил мне, что я обладаю способностью воспринимать его вибрационные намерения на бессознательном уровне своей человеческой сущности. Он сказал, что я принимаю исходящие от него сигналы по принципу, сходному с работой радиопередатчика, и затем перевожу их в соответствующие слова. Абрахам также объяснил, что я являюсь связующим звеном между физическим миром, в котором сфокусирована *я*, и Нефизическим миром, в котором сфокусирован *он*.

Еще в самом начале нашего общения Абрахам говорил мне, что я оказалась особенно хорошим переводчиком, поскольку не имела каких-либо мнений или предубеждений, которые могли бы «замутить» ясность восприятия. Он сказал, что я была словно чистый лист и не оказывала сопротивления получаемой информации. Я всегда шла по жизни, ни над чем особо не задумываясь, и потому к моменту, когда произошел мой первый контакт с Абрахамом, находилась на особенно удачной вибрационной позиции.

Кроме того, Абрахам поведал мне, что каждый человек обладает той же, что и я, способностью общаться с Нефизическим миром и получать из него информацию. Точно так же, как и любой из нас может при желании сочинить мелодию или нарисовать картину. Но при этом каждый человек воспринимает музыку или живопись по-своему. То же самое происходит и с интерпретацией Нефизической энергии. Она всякий раз будет новой и уникальной. Понимая это, мы всегда обозначаем то, что я перевожу, именно как материалы Абрахама – Хиксов. Таким образом мы пытаемся отделить мою собственную трактовку от чьей-либо еще.

Абрахам советовал мне (опять-таки в самом начале нашего общения) не читать того, что писали или пишут другие авторы, чтобы моя интерпретация его учения не подвергалась никакому стороннему влиянию. Это вовсе не означало, что я должна бояться читать книги или общаться с окружающими. Абрахам лишь хотел, чтобы я чувствовала уверенность в том, что являюсь чистым передатчиком информации, которую он предлагает.

Нам присылают много книг, рукописей и другой информации в самых разнообразных видах. Теперь, спустя много лет, я время от времени позволяю себе с ней ознакомиться. Читая, я всегда различаю, совместима ли со мной та или иная информация на уровне вибраций. Абрахам заверил меня, что теперь ничто не мешает моей способности воспринимать и передавать его информацию без искажений. Но да-

же сейчас мне требуется некоторое время, чтобы полностью настроиться на чистое восприятие мыслей Абрахама. Поэтому я все-таки должна извиниться за то, что читаю не все присылаемые мне материалы, поскольку главным моим желанием всегда остается только одно – как можно более точно переводить мысли Абрахама.

Абрахам объяснил мне, что постепенно, шаг за шагом, мы (Абрахам и Эстер) сумели найти собственное, единственное в своем роде и очень точное толкование этого учения, которое с течением времени продолжает совершенствоваться. Когда Абрахам посылает мне мысли, я (неосознанно) нахожу самые лучшие физические слова, наиболее точно отражающие смысл, который он в них вкладывает. И когда мои слова точно соответствуют мыслям Абрахама, мы оба чувствуем невероятно сильное, непередаваемое волнение. И каждый раз, когда наши мысли совпадают, ясность восприятия многократно усиливается.

Сколько удовольствия это мне доставляет! Я чувствую ту же любовь, силу и радость, которые ощущает Абрахам, когда разговаривает со мной и через меня. Почти каждый день мы получаем новую просьбу о проведении семинара Абрахама – Хиксов, и наше расписание год от года становится все более насыщенным. Так что на сегодняшний день мы можем внести в него что-то новое, только если вычеркнем уже запланированное.

Мы хотим встречаться с как можно большим количеством

людей – именно в этом мы с Джерри видим свою главную задачу. Наши семинары мы проводим в форме вопросов и ответов. Таким образом послания Абрахама продолжают распространяться по миру. А для нас нет ничего более приятного, чем видеть перед собой заинтересованную аудиторию, встречаться с людьми, которые пришли на наши семинары по Искусству Принятия и искренне желают задать вопросы Абрахаму.

Именно вопросы, которые они задают Абрахаму, равно как и проблемы, возникающие в нашей собственной жизни, с каждым разом делают послания Абрахама все более ясными и подробными. И когда бы Абрахам ни предложил нам свои суждения по любому поводу, мы с Джерри делаем все возможное, чтобы понять их и применить в своей жизни. За прошедшие годы Абрахам предложил нашему вниманию множество процессов. Он и сам в шутку называет себя «вечным поставщиком» процессов. Каждый из них я стараюсь как можно быстрее применить в жизни – и, что самое главное, сразу же вижу надлежащий результат. Сейчас я смотрю на нашу чудесную жизнь и понимаю, как удачно во всех смыслах она сложилась. Я чувствую уверенность, потому что знаю: *мы сами* творим собственную реальность. И когда я вижу результаты своего созидания, то, конечно же, хочу, чтобы каждый человек на свете мог приобщиться к этим знаниям.

Мы проводим приблизительно шестьдесят семинаров

каждый год, ездим из города в город в нашем замечательном автобусе, который Абрахам шутя называет «монстром». Мы все время видим новые прекрасные места, где можно остановиться, погулять или написать книгу. Находиться там, где чувствуешь себя счастливым, где тебе уютно и легко, – это ключ к расслаблению, которое является совершенно необходимым условием для восприятия мудрости Абрахама. У меня дома, в Техасе, есть много спокойных, уединенных и красивых мест, где я могу сесть и подготовиться к контакту с Абрахамом. Но мое самое любимое место – безусловно, наш удивительный дом на дереве. Это мое уютное гнездышко. Я всегда испытываю радостное волнение, предвкушая, что скажет мне Абрахам на этот раз, когда забираюсь на верхушку дерева с ноутбуком и погружаюсь в удивительную энергию Абрахама.

Итак, я закрыла глаза и расслабилась, приготовившись принимать то, что станет впоследствии новой удивительной книгой. И Абрахам сказал мне: «Эстер, эти слова потекут легко и непринужденно. Многие прочитали „Просите – и дано будет вам“, и у них возникли вопросы. Люди просили разъяснений, и их просьбы достигли меня. Поэтому написание этой книги, которая, с одной стороны, новая, а с другой – является продолжением первой, пройдет для тебя совершенно гладко. Получай удовольствие от этого процесса. А мы будем получать удовольствие от твоего удовольствия.

А теперь приступим...»



# Глава 1

## Применение процесса «Книга Положительных Аспектов»

Когда бы и на чем бы вы ни фокусировались, это активизирует в вас вибрацию, и чем лучше ваше настроение в этот момент, тем больше пользы вы в результате получите. Если вы целенаправленно ищете позитивные аспекты того или иного явления, то осознанно активизируете благотворную вибрацию. Не столь важно найти лучшую из всех возможных вибраций – гораздо важнее сам сознательный поиск позитивных аспектов, который автоматически направит вас в нужную сторону.

Иногда, если что-то вам надоедает или что-то вас утомляет, становится не так-то просто написать длинный (да, в принципе, и короткий) список положительных аспектов «приевшегося» вам явления. Но если уж вы твердо решили отыскать в нем положительные стороны, то хоть одну, но все-таки найдете. А стоит вам ее найти и активизировать в себе соответствующую вибрацию, то, как по волшебству, появятся новые положительные аспекты, а потом еще и еще. И вот, уделив такой тренировке каких-то пятнадцать или двадцать

минут, вы сможете почувствовать, что ваши вибрации ощутимо изменились к лучшему.

Этот процесс очень прост: для начала найдите блокнот, который вам понравится с первого взгляда и будет удобен при использовании. На обложке напишите: Моя Книга Положительных Аспектов. На первой странице – Положительные Аспекты... (и тут обрисуйте вопрос, касательно которого хотите добиться улучшения вибрационных отношений). А затем перечислите собственно позитивные стороны данного вопроса.

Не пытайтесь насильно «выдавливать» из себя идеи. Пусть мысли свободно перетекают на бумагу. Пишите до тех пор, пока их поток не прекратится. Затем перечитайте написанное и порадитесь собственным словам. Было бы неплохо, если бы вы сосредоточились на ситуации и спросили себя: «Что же мне в ней нравится? Что в ней хорошего?»

*Наилучший результат от данного процесса будет в том случае, если на Эмоциональной Руководящей Шкале вы находитесь в следующем вибрационном диапазоне.*

1. Радость, знание, безграничность возможностей, могущество, свобода, любовь, благодарность.
2. Страсть.
3. Энтузиазм, рвение, счастье.
4. Позитивные ожидания, вера.
5. Оптимизм.

6. Надежда.
7. Удовлетворенность.
8. Скука.
9. Пессимизм.
10. Неудовлетворенность, раздражение, нетерпение.

Если вы испытываете более негативные эмоции, вам следует обратиться к другим процессам, которые помогут в улучшении вибрационной относительности. Но мы уже говорили, что стоит только захотеть – и можно изменить в лучшую сторону свое отношение к любому, даже самому болезненному вопросу. Сделайте это – и ваша жизнь волшебным образом преобразится. Так гласит *Закон Притяжения!*

А теперь приведем несколько примеров того, как процесс «*Книга Положительных Аспектов*» помогает избавиться от противодействия и улучшает вибрационную относительность между тем, что происходит с вами сейчас, и тем, чего бы вы на самом деле хотели.

Мы живем в одном и том же доме, в одной и той же квартире много лет, и мне это ужасно надоело. Жилье нас совершенно перестало устраивать, да только вот переезд – слишком дорогое удовольствие. Я постоянно ловлю себя на том, что придумываю разные оправдания, только бы не возвращаться домой – настолько мне там неуютно. *Я подавлен(а). Я раздражен(а). Мною овладел пессимизм.*

### ***Положительные стороны ситуации***

- В этом доме я точно знаю, где лежат мои вещи.
- Когда живешь в знакомом и привычном месте, ощущаешь определенную стабильность.
- Мы уже сделали ремонт, как и собирались, так что теперь можем распоряжаться свободным временем по своему усмотрению.
- Живя здесь, мы сохраняем связь со многими друзьями и деловыми партнерами.
- Мы в хороших отношениях с почтальоном и другими работниками сферы обслуживания, которых знаем уже давно.
- Мы видели, как растут деревья у нас под окнами. За эти годы они стали нам как родные.

Вместе со мной работает женщина, которую я выношу с большим трудом. Она вечно всем недовольна, а главное – не перестает говорить об этом. Похоже, рот у нее вообще никогда не закрывается. Она терпеть не может свою работу, а на меня смотрит, как на тяжелобольного человека, только потому, что мне нравится то, чем я занимаюсь. Как было бы хорошо, если бы она уволилась... ну, или ее уволили. Жизнь слишком коротка, чтобы тратить ее на общение с подобными людьми. *Я раздражаюсь и злюсь. Я негодую.*

### ***Положительные стороны ситуации***

- Хорошо, что у меня есть работа.
- Приятно, когда регулярно выплачивают зарплату.

- Мне нравится ощущение финансовой стабильности, которое дает эта работа.
- Мне приятно общаться со многими людьми, которые здесь работают.
- Моя работа требует сосредоточенности, мне нравится чувствовать, что я приношу пользу.
- У моей коллеги стол всегда в идеальном порядке.
- Она хорошо одевается.
- У нее заразительный смех.
- Она хороший специалист в своей области.
- Она все схватывает на лету.

Как мне надоело засилье бюрократизма в управленческом аппарате! Понапридумывали уйму самых разных правил и предписаний, а потом сами же нанимают людей, которые ни на что не годны... кроме как заполнять всякие бумажки. Бюрократизм во всем – даже в разговорах по телефону. Сколько времени тратишь даже на то, чтобы просто получить нужную информацию! Не хочется ведь переделывать все по сто раз. Нам нужны другие управленческие структуры, которые будут работать по-другому. *Я разочарован. Я сбит с толку. Я испытываю желание осуждать и критиковать.*

### ***Положительные стороны ситуации***

- Хорошо, что государство берет на себя решение вопросов, которыми я не хочу заниматься.
- Многие люди находят в государственном аппарате под-

ходящую для себя работу.

- Правительство и законодательство обеспечивают стабильность в нашей стране.
- В управленческом аппарате работает много талантливых и прогрессивно мыслящих специалистов.
- Чиновники приходят... и уходят. А жизнь продолжается.

Когда вы будете читать эти примеры или вспоминать события собственной жизни, то легко можете заблудиться в дебрях идеологических рассуждений о достоверности, точности, справедливости, актуальности... и так далее, и тому подобное. На свете так много вещей, которые кто-то когда-то сделал правдой. Но разве вы хотели бы испытать эту правду на собственном опыте? Много было правдой и в вашем прошлом. Но это вовсе не та правда, которая нужна вам в будущем.

Если у вас накопились наболевшие вопросы, которые вы готовы внести в *Книгу Положительных Аспектов*, то мы гарантируем, что с помощью этого процесса вы легко сможете улучшить вибрационную относительность между желаниями и убеждениями. И уж, конечно, на это потребуется гораздо меньше времени и сил, чем отнимают у вас бесконечные споры об истине. Процесс «*Книга Положительных Аспектов*» всегда дает немедленное вибрационное улучшение... Порадуйтесь тому, как поднимается ваше настроение, по-

здравьте себя с улучшением вибрационной относительности  
и не останавливайтесь на достигнутом – тогда успех не за-  
ставит себя долго ждать.

# Глава 2

## Применение процесса «Намерение на отрезок времени»

В ходе этого процесса вы определяете вибрационные свойства того отрезка времени, в который собираетесь вступить. Вы словно прокладываете вибрационную тропу, чтобы путешествовать потом с максимальным комфортом. Кроме того, процесс поможет вам сфокусироваться не столько на ситуации, какая она есть, сколько на том, какой бы вы хотели ее видеть и чувствовать. Это чрезвычайно действенный процесс, одновременно выделяющий *Эмоциональное Путешествие* и уводящий в тень *Путешествие Действительное*.

Этот процесс поможет вам сознательно фокусироваться на мыслях. Прежде всего, вы будете лучше осознавать мысли, которые приходят вам в голову, и станете выбирать их более осмотрительно. Со временем для вас не будет ничего более естественного, чем остановиться на мгновение и четко решить, чего вы ждете от нового отрезка времени еще до того, как войдете в него.

Вы вступаете в новый отрезок жизни каждый раз, когда меняются ваши намерения. Например, когда вы моете посу-

ду, и в это время звонит телефон... Когда вы просто садитесь в машину... Когда кто-нибудь входит в вашу комнату...

Если вы дадите себе время подумать о том, чего *ждете* от следующего момента, до того, как вступите в него, то без труда сможете задать ему нужный тон. И тон этот получится гораздо более точным и определенным, чем если бы вы начинали новый момент «на автомате», а потом воспринимали таким, какой уж он получился. Другими словами, Процесс «*Намерение на отрезок времени*» позволяет вам сосредоточиться на *Эмоциональном Путешествии*, а не на его *Действительном* попутчике.

Заранее определяйте свои намерения и четко решайте, как должен развиваться тот или иной отрезок вашей жизни, и что бы вы хотели чувствовать на его протяжении. Когда бы вы ни занимались таким планированием – это всегда пойдет вам на пользу.

*Наилучший результат от данного процесса вы получите в том случае, если находитесь на Эмоциональной Руководящей Шкале в пределах следующего вибрационного диапазона.*

1. Радость, знание, безграничность возможностей, могущество, свобода, любовь, благодарность.
2. Страсть.
3. Энтузиазм, рвение, счастье.
4. Позитивные ожидания, вера.
5. Оптимизм.

6. Надежда.

7. Удовлетворенность.

8. Скука.

9. Пессимизм.

10. Неудовлетворенность, раздражение, нетерпение.

11. Подавленность.

Куда девалась моя прежняя живость? Я чувствую постоянную вялость и слабость и с трудом дожидаюсь конца дня. Мне так тяжело, что просто слов нет. Я не знаю, где взять силы, чтобы сделать то, что от меня требуется. А главное – я уже ни от чего не получаю удовольствия. Меня одолела усталость. *Мне очень плохо.*

**Новый отрезок времени:** Закончился мой рабочий день. Я заскочил в магазин, купил еды и всяких хозяйственных принадлежностей. Потом доехал до дома, припарковался и выключил двигатель. Но прежде чем выйти из машины и начать выгружать покупки, займусь-ка я процессом *«Намерение на отрезок времени»*.

**Его развитие:** Достая покупки из машины, переношу в дом и кладу на место.

**Мои намерения:** На всем протяжении этого отрезка времени я хочу ощущать результативность своих действий. Я хочу чувствовать внутреннюю собранность. Хочу чувствовать силу и энергию в своем теле. Я хочу испытывать признательность за сделанные покупки. И еще – хочу быть благодарным своей кухне.

По сравнению с представителями других профессий, я получаю сравнительно неплохие деньги. Беда в том, что я не иду на работу с радостью. Приходится делать все время одно и то же, а эта рутина меня совсем не вдохновляет. Тоска. А порой мне кажется, что мою работу вообще никто не замечает. Исключение составляют, пожалуй, только те случаи, когда я допускаю ошибки. День тянется мучительно медленно... и я знаю, что завтра меня ждет все то же самое. *Мне скучно и тоскливо. Мною овладел пессимизм.*

**Новый отрезок времени:** Я принял душ, оделся и позавтракал. Потом поехал на работу и как раз сейчас паркую машину на стоянке. Прежде чем пойти на работу, я пару минут спокойно посижу в машине и займусь процессом *«Намерение на отрезок времени»*.

**Его развитие:** Сегодня меня ожидает общее собрание нашего отдела. Такие собрания проводятся каждый понедельник по утрам.

**Мои намерения:** Я хочу прийти вовремя. Хочу, чтобы все заметили, как хорошо я отдохнул за выходные. Я хочу чувствовать остроту и ясность ума. Хочу чувствовать себя счастливым. Хочу радоваться очередной встрече с коллегами. Я хочу, чтобы собрание прошло с толком. Хочу остаться довольным от посещения собрания. И пусть все остальные тоже будут рады тому, что я на нем присутствовал.

Процесс *«Намерение на отрезок времени»* может пока-

заться на первый взгляд слишком простым, чтобы обладать хоть какой-то ценностью. Но его осознанное использование может полностью перевернуть вашу жизнь. Если прежде ваше будущее было покрыто мраком неизвестности, возможно, таящим в себе разные неожиданности и даже неприятности, то с помощью этого процесса вы сумете наполнить свою жизнь радостью.

«Намерение на отрезок времени» помогает улучшить отношения между вибрациями убеждений и вибрацией желания. Применяя его, вы прекращаете фокусироваться на том, что есть, и сосредотачиваетесь на будущих событиях. Немного практики – и вы станете истинным специалистом в области позитивных ожиданий. Если негативные эмоции, которые вы испытываете, попадают в диапазон, определенный в начале главы, то благодаря этому процессу вы без труда научитесь с уверенностью смотреть в будущее, причем вам даже не придется делать для этого большого вибрационного скачка. Но, возможно, вами завладели сильные негативные эмоции, не входящие в указанный диапазон. Тогда процесс «Намерение на отрезок времени», скорее всего, не принесет вам ничего хорошего. Напротив, в этом случае вы сильно рискуете перенести свое плохое настроение в следующий отрезок времени. Если вы вдруг обнаружите, что именно это и происходит, – лучше сразу остановите процесс. Ведь вы только еще больше фокусируетесь на том, чего *не хотите*, и переносите это (да еще и с уточнениями!) в ближайшее

будущее.

Воспринимайте этот процесс как игру. Будьте оптимистом. Тогда со временем вы ощутите необычайную силу и уверенность в себе – словно осознанно научите могущественные Силы Вселенной действовать вам во благо. *Постепенно (благодаря процессу «Намерение на отрезок времени») вы сможете почувствовать себя великим художником, всевидящим творцом, повелевающим собственной судьбой и созидающим ее по своему желанию. Но ведь вы и есть именно такой творец.*

# Глава 3

## Применение процесса «Было бы здорово, если бы...»

Большинство людей привыкли к объективности – это означает, что они видят в любом явлении как плюсы, так и минусы, учитывают все «за» и «против». Но подобная объективность – настоящая палка о двух концах, поскольку вы активизируете несовместимые вибрации. Они усиливают противодействие, мешающее принятию того, что является вашим желанием. Когда вы говорите: «Я так давно хочу, чтобы мое желание исполнилось, *но* ничто не сдвигается с места», то активизируете и вибрацию желанья, и вибрацию *отсутствия* желаемого – и в результате в вашей жизни все остается по-прежнему. Зачастую вы даже не произносите вслух вторую часть предложения, а говорите только: «Я хочу, чтобы это произошло». Но при этом невысказанная вибрация отсутствия никуда не исчезает, продолжая мешать исполнению желанья.

Но если вы формулируете фразу следующим образом: «Было бы здорово, если бы желание исполнилось», то предлагаете совершенно иной тип предположений, который по

самой своей природе оказывает гораздо меньше противодействия. В этом случае вибрационная относительность между желанием и убеждениями находится в гораздо большем соответствии.

*Наилучший результат от данного процесса вы получите при условии, что находитесь на Эмоциональной Руководящей Шкале в пределах следующего вибрационного диапазона.*

4. Позитивные ожидания, вера.
5. Оптимизм.
6. Надежда.
7. Удовлетворенность.
8. Скука.
9. Пессимизм.
10. Неудовлетворенность, раздражение, нетерпение.
11. Смятение.
12. Разочарование.
13. Сомнение.
14. Беспокойство.
15. Осуждение.
16. Разочарование, уныние.

В моем доме вечно все вверх дном. Места в нем мало, поэтому вещи девают просто некуда. И даже если я пытаюсь навести хоть какой-то порядок, то в результате получаю еще больший ералаш. *Я подавлена. Я разочарована.*

### ***Было бы здорово, если бы...***

...мне удалось найти удобное место, куда можно было бы положить некоторые вещи.

...мы смогли избавиться от некоторых вещей, которые нам не нужны, и тем самым освободили пространство в доме.

...у нас была большая кладовка для хранения вещей.

...мой муж продал старую машину и освободил место в гараже.

...я смогла, наконец, найти время, чтобы навести порядок.

...какой-нибудь аккуратный и хозяйственный человек помог мне... ну... или хотя бы должным образом повлиял на меня.

Мы живем в одном и том же доме, в одной и той же квартире много лет, и мне это ужасно надоело. Жилье нас совершенно перестало устраивать, да только вот переезд – слишком дорогое удовольствие. Я постоянно ловлю себя на том, что придумываю разные оправдания, только бы не возвращаться домой – настолько мне там неуютно. *Я подавлен(а). Я раздражен(а). Мною овладел пессимизм.*

### ***Было бы здорово, если бы...***

...мы смогли привести балкон в порядок.

...мы смогли купить со скидкой новую красивую мебель для гостиной.

...мы сумели избавиться от хлама, который загромождает комнаты.

...мы нашли новое жилье, которое было бы нам вполне по средствам.

...мы сделали перепланировку.

...мы перекрасили стены в новые, радующие глаз тона.

Я привык дружить с соседями, но есть среди них одна семейная пара, которая просто ввергает меня в шок. Они ужасно неаккуратные, вечно ставят свою старую и грязную развалюху-машину так, что перекрывают выезд на улицу. Кроме того, у них совершенно невоспитанный пес. Мне не хочется поддерживать с ними никаких отношений. Да и перед гостями неловко. *Я испытываю злость и раздражение. Я обвиняю.*

### ***Было бы здорово, если бы...***

...эти соседи переехали куда-нибудь.

...их пес вспомнил о правилах «хорошего тона».

...их пес начал меня уважать и слушаться.

...они, наконец, решили избавиться от своей машины.

...я ошибался на их счет, и они в действительности оказались бы милыми и приятными людьми.

...я больше занимался своими собственными делами и меньше обращал внимания на соседей.

Нам приходится тратить уйму денег только на то, чтобы поддерживать дом в нормальном состоянии. Он и постро-

ен-то был не слишком добротен, а сейчас, по прошествии десяти лет, и вовсе начал разрушаться. Куда ни глянь – везде найдется что-нибудь, требующее ремонта. *Я подавлен(а). Я разочарован(а). Я чувствую уныние.*

***Было бы здорово, если бы...***

...мы смогли найти хорошего мастера по ремонтным работам.

...это было последнее, что нам потребовалось починить.

...купленные вещи служили нам как можно дольше.

...мы покупали вещи самого высокого качества, которые нас не подведут.

...мы расслабились и научились смотреть на жизнь философски.

...наши доходы увеличивались год от года.

У меня взрослая дочь, которая по отношению ко мне ведет себя просто ужасно. Я трачу на нее так много времени и сил – ей все мало! Даже когда мы *вместе*, она не перестает плакаться, что я уделяю ей недостаточно внимания! Я – человек занятой, и не могу быть все время возле нее. Беда в том, что общение с ней уже не доставляет мне никакой радости – до такой степени надоели ее вечные упреки и жалобы. *Я испытываю чувство вины. Я раздражаюсь. Я испытываю разочарование.*

***Было бы здорово, если бы...***

...мы могли хоть немного больше времени проводить вместе.

...у нас была возможность общаться хоть понемногу каждый день и тем самым наверстать упущенное.

...я могла чаще видеть ее милую улыбку.

...в ее жизни было много того, что *она* любит.

...жизнь полностью устраивала ее.

...мы всегда поднимали друг другу настроение.

Я все еще люблю свою жену, но от наших прежних отношений уже почти ничего не осталось. Когда мы только поженились, я с нетерпением ждал вечера, чтобы поскорее увидеть ее. А теперь, если быть до конца честным, я не очень-то спешу домой. Она слишком много жалуется, даже по самым незначительным поводам. Порой мне кажется: во всем, что идет не так, как бы ей хотелось, она обвиняет одного меня. Я не хочу, чтобы мы расстались, но и жить вместе нам теперь тяжело. *Я подавлен. Я чувствую себя виноватым. Я раздражаюсь.*

### ***Было бы здорово, если бы...***

...наши чувства вновь стали такими, как при первой встрече.

...я с нетерпением спешил домой, чтобы встретиться с женой.

...она смогла найти занятие, которое придется ей по душе.

...мы оба могли встряхнуться и получать больше удоволь-

СТВИЯ ОТ ЖИЗНИ.

...жена смогла выкинуть из головы все, что так ее беспокоит.

...мы, несмотря ни на что, всегда оставались самыми близкими и верными друзьями.

Я не живу с родителями уже более десяти лет, но моя мама по-прежнему считает, что я не в состоянии обойтись без ее советов. И что из этого получается? Я начинаю избегать общения с ней, потому что не люблю, когда мне не дают ни шагу ступить самостоятельно. Мама выходит из себя, а это еще хуже. Но если мы вместе, она принимается меня поучать, будто я не знаю, как мне нужно жить. *Я испытываю желание осуждать. Я злюсь и раздражаюсь.*

### ***Было бы здорово, если бы...***

...мама нашла себе новое увлекательное хобби.

...кто-нибудь из ее друзей мог оказать на нее позитивное влияние.

...она смогла понять, что я очень серьезный и ответственный человек.

...я не позволял ей до такой степени мне докучать.

...можно было любить маму так сильно, что ее нравоучения перестали бы меня задевать.

...мы встречались только в счастливые для нас обоих минуты.

Несколько компаний прислали мне карточки, по которым

можно получить кредит. Все, что мне нужно было сделать, — это набрать нужный номер и активировать карточки. И, пожалуйста, трать себе на здоровье. Я начал с того, что купил сразу несколько вещей, которые были мне нужны, и израсходовал всю сумму с первой карточки. Тогда я начал тратить деньги со второй карточки, потом с третьей. Теперь я должен выплачивать кредит по всем карточкам. Мой долг настолько велик, что я с трудом наскребаю деньги даже на минимальные выплаты. *Я беспокоюсь. Я переживаю. Я обвиняю. Я чувствую неуверенность. Я боюсь.*

### ***Было бы здорово, если бы...***

...у меня вообще не было никаких долгов.

...я мог без проблем погашать долг каждый месяц.

...я мог найти карточки с более низкой процентной ставкой.

...я смог рассчитаться по всем карточкам и оставить себе только парочку (ну так, на всякий случай).

...я смог найти дополнительные источники дохода.

...мне в голову неожиданно пришло решение этой проблемы.

Что за кошмар творится во всем мире? Постоянные конфликты, войны, людские страдания... Я не понимаю, что происходит. Почему в наше время, при таком уровне развития науки и техники, огромное количество людей продолжает голодать? По логике вещей, давно пора бы уже научиться

решать подобные проблемы. *Я испытываю разочарование. Я обвиняю. Я гневаюсь.*

***Было бы здорово, если бы...***

...все мы больше помогали друг другу.

...люди могли осознавать собственные возможности.

...налоги, которые мы платим, использовались с большей пользой.

...всем хватало еды.

...все люди стали счастливыми.

...мы понимали, что все люди разные, но это не мешало бы нам уважать друг друга.

Как мне надоело засилье бюрократизма в управленческом аппарате! Понапридумывали уйму самых разных правил и предписаний, а потом сами же нанимают людей, которые ни на что не годны... кроме как заполнять всякие бумажки. Бюрократизм во всем – даже в разговорах по телефону. Сколько времени тратишь даже на то, чтобы просто получить нужную информацию! Не хочется ведь переделывать все по сто раз. Нам нужны другие управленческие структуры, которые будут работать по-другому. *Я разочарован. Я сбит с толку. Я испытываю желание осуждать и критиковать.*

***Было бы здорово, если бы...***

...мы могли разработать более рациональную систему управления.

...я мог нанять человека, который разбирается в этих вопросах и может все сделать так, как надо.

...постепенно нашлись оптимальные решения.

...нас выручили новые технологии.

...можно было придумать какой-нибудь новый, более рациональный способ сохранения информации.

...решение всех этих проблем оказалось совсем простым.

Работа нашего правительства кажется мне неумелой и неэффективной. Если ему нужны деньги, то их просто забирают у нас, простых налогоплательщиков. Причем без особых на то оснований. У наших «отцов» нет никакой финансовой ответственности перед избирателями. Деньги тратятся впустую. А потом правительство начинает жаловаться, что не хватает средств на народные нужды. Какое безобразие! Я не представляю, каким образом можно со всем этим разобратся. *Я разочарован. Я испытываю гнев. Я обвиняю и критикую.*

***Было бы здорово, если бы...***

...в правительстве появился проницательный и знающий человек, имеющий сильную финансовую поддержку.

...положение дел изменилось в лучшую сторону.

...у меня было столько денег, что подобного рода траты перестали бы меня беспокоить.

...мы все смогли добиться финансового успеха.

...каждый занимался своим делом.

...нашлись талантливые руководители, которые внесли бы

свежие идеи в развитие экономики.

День за днем вы сталкиваетесь с самыми разнообразными ситуациями, и каждая из них пробуждает в вас целый спектр вибраций. Кое-что улучшает ваше настроение, к другим явлениям вы остаетесь равнодушны, а третьи могут полностью выбить вас из колеи. Процесс *«Было бы здорово, если бы...»* всегда сможет поднять вам настроение, главное – захотеть это сделать.

Скажите: *«Было бы здорово, если бы...»* – и это сразу вызывает повышение вибраций, а заодно поможет осознанно фокусироваться на мыслях. Эти волшебные слова изменяют жизнь к лучшему еще до того, как вы доберетесь до конца фразы.

Если вы будете целенаправленно играть в эту игру за рулем автомобиля, или стоя в очереди, или в любой другой момент, когда ваше внимание ничем особенно не занято, то значительно улучшите вибрационную относительность между желанием и убеждениями касательно великого множества вопросов. И тогда желания, которые уже долго «отлеживаются» на вашем вибрационном депоненте, дождутся, наконец, своего часа и смогут реализоваться в жизни.

Если вы будете играть в эту игру, то постепенно улучшите вибрационные отношения между существующей ситуацией и тем, чего бы вы хотели добиться во всех сферах жизни. Процесс *«Было бы здорово, если бы...»* обладает огромным

и, возможно, несколько неожиданным могуществом.

# Глава 4

## Применение процесса «От какой мысли я чувствую себя лучше?»

Если вы решили заняться этим процессом, то лучше всего посидеть несколько минут спокойно и записать свои мысли. Со временем, когда вы наберетесь опыта в этой игре, вам будет достаточно просто «прокручивать» мысли в голове. Правда, записывая, вы сможете сосредоточиться гораздо лучше, и поэтому вам будет проще понять, а точнее, *почувствовать* направление выбранных мыслей.

Итак, приступим. Для начала запишите, что вы *чувствуете* в данный момент по поводу волнующего вас вопроса. Пусть это будет несколько коротких предложений. *Можно описать произошедшее, но еще важнее выразить чувства, которые вы при этом испытывали.* (Благодаря чему вам будет гораздо легче распознать улучшение вибраций во время занятия процессом.)

Вы написали несколько утверждений, в которых описали свои теперешние эмоции. Теперь скажите сами себе: *я собираюсь найти те мысли, которые помогут мне хоть немного улучшить настроение.* И запишите несколько мыслей, кото-

рые пришли вам в голову, если, как вам кажется, они способны улучшить ваше отношение к данному вопросу. Делайте это следующим образом: высказав ту или иную мысль, дайте ей оценку. То есть определите, улучшает она ваше настроение, оставляет его без изменений или делает только хуже.

Сфокусировавшись – разумеется, при наличии искреннего желания изменить свои эмоции по отношению к данному вопросу – вы улучшите вибрационные отношения между желанием и убеждениями. И тогда, со временем, ситуация непременно должна исправиться. *Результат всегда является точным следствием посылаемых вибраций: улучшите настроение – улучшится и ситуация. Всенепременно.*

*Наилучший результат от данного процесса вы получите в том случае, если находитесь на Эмоциональной Руководящей Шкале в пределах следующего вибрационного диапазона.*

4. Позитивные ожидания, вера.
5. Оптимизм.
6. Надежда.
7. Удовлетворенность.
8. Скука.
9. Пессимизм.
10. Неудовлетворенность, раздражение, нетерпение.
11. Смятение.
12. Разочарование.
13. Сомнение.

14. Беспокойство.

15. Осуждение.

16. Разочарование, уныние.

17. Гнев.

Боюсь, что мое тело начало стремительно деградировать.

У меня нет прежней силы и энергии, и я уже не могу делать то, что раньше доставляло мне столько удовольствия. У меня все болит, мои колени не гнутся. Мне стало трудно ходить, а о беге страшно даже и подумать. Как бы дальше не было еще хуже. *Я беспокоюсь.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Мне бы надо почаще гулять, но я никак не могу заставить себя делать это. (Настроение то же самое.)

- Я могу гулять понемногу и возвращаться домой каждый раз, как только почувствую усталость и недомогание. (Лучше.)

- Где же мне силы-то взять для таких прогулок? (Хуже.)

- Если я буду понемногу прогуливаться каждый день, то почувствую себя бодрее. (Лучше.)

- Может быть, со временем я снова смогу получать удовольствие от прогулок. (Лучше.)

- Мне же не нужно сегодня бежать марафонскую дистанцию. (Лучше.)

- Я сам могу выбирать, сколько мне гулять и в каком тем-

пе. (Лучше.)

- Но ведь во время ходьбы у меня ужасно болят колени.

(Хуже.)

- Если я стану прогуливаться не спеша, то, возможно, все будет в порядке. (Лучше.)

- Раньше мое тело быстро приходило в хорошую физическую форму. (Лучше.)

- Я слишком долго не занимался гимнастикой. (Хуже.)

- Если уж я решу гулять понемногу каждый день, то смогу сделать это без особого труда. (Лучше.)

- Думаю, мне стоит попытаться. (Лучше.)

- Надеюсь, мое самочувствие вскоре придет в норму.

(Лучше.)

- Было бы здорово снова стать бодрым и энергичным как раньше. (Лучше.)

Я мечтала стать актрисой, когда еще была маленькой девочкой. Я занималась в театральной студии, и многие говорили, что у меня есть талант. Сейчас меня периодически приглашают на какие-нибудь роли, но среди них нет ни одной по-настоящему интересной, ни одной, которая бы мне действительно нравилась. Это очень тяжело. Я вижу вокруг много собратьев по искусству, которые давно потеряли всякую надежду на признание. Может быть, мне стоит забыть о сцене и заняться какой-нибудь другой, обычной работой. *Я испытываю разочарование. Я чувствую уныние.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Я так устала от всех этих бесполезных и бессмысленных прослушиваний, которые не приводят ни к какому результату. (Хуже.)

- Я понятия не имею, что во мне не так. (Хуже.)

- Я не понимаю, почему выбирают *других*, а не меня. (Хуже.)

- У меня уже есть *определенный* актерский опыт. (Лучше.)

- Зато теперь я понимаю, по какому принципу проводятся прослушивания. (Лучше.)

- Сейчас я уже не так сильно волнуюсь на прослушиваниях, как раньше. (Лучше.)

- Почти все известные актрисы прошли через это. (Лучше.)

- Если они выдержали, то и я сумею. (Лучше.)

- Я была бы очень рада получить интересную и многообещающую роль. (Лучше.)

- Я знаю, что могу точно соответствовать всем требованиям режиссера. (Лучше.)

- Я уже сумела многого добиться, особенно если сравнивать с прошлыми годами. (Лучше.)

- Главное – это расслабиться и получать удовольствие от жизни. (Лучше.)

Я работаю и коплю деньги с тех пор, как окончил школу. Мне удалось собрать довольно крупную сумму, чтобы сде-

лать первую выплату за новый автомобиль. Я нашел машину, которая мне понравилась, и сейчас выплатил уже больше половины ее стоимости, так что теперь сумма ежемесячных выплат снизилась. Но отъездил я на машине всего около двух месяцев, и тут начались всякого рода поломки. Теперь приходится тратить деньги еще и на ремонт. Так что с учетом выплат по кредиту эта машина влетит мне в копеечку. На эти деньги я мог бы купить совершенно новую машину, причем без всяких кредитов. *Я разочарован. Я обвиняю. Я злюсь.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Это так нечестно и несправедливо. (Хуже.)
- В магазине ведь знали, что машина неисправна, когда продавали мне ее. (Хуже.)
- Эти просто непорядочно с их стороны. (Хуже.)
- По крайней мере, сейчас машина ездит хорошо. (Лучше.)
- Она доставила мне немало проблем. (Хуже.)
- Ведь мне эта машина понравилась с первого взгляда. (Лучше.)
- У меня не возникает проблем с выплатами. (Лучше.)
- Как говорится, на ошибках учатся. (Лучше.)
- Хватит хныкать и жаловаться, это не конец света. Надо жить дальше. (Лучше.)

Мы оба, мой муж и я, всю жизнь работаем не покладая

рук. Причем мы всегда очень бережно относились к деньгам, поскольку понимали, что в один прекрасный день будем вынуждены уйти на пенсию. Нам удалось отложить довольно крупную сумму, как говорится, «на черный день». Наш сын, который работает биржевым маклером, сказал, что лучше всего, если он пустит эти деньги в оборот. Тогда, сказал он, мы сможем значительно увеличить наши сбережения. Мы отдали ему наши деньги, и в результате их потеряли. Потеряли все, что заработали за свою жизнь. Я не представляю, как мы теперь будем жить. Что мы будем делать, когда выйдем на пенсию? *Я боюсь. Я беспокоюсь. Я чувствую неуверенность. Я обвиняю. Я злюсь и расстраиваюсь.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Какого же дурака мы сваяли! И о чем только думали? (Хуже.)

- Сын не должен был так рисковать нашими деньгами. (Хуже.)

- Нужно было контролировать его действия. (Хуже.)

- Ничего, как-нибудь справимся. (Лучше.)

- Нам ведь не завтра выходить на пенсию. (Лучше.)

- Наши доходы никуда не делись. (Лучше.)

- Все равно мы эти деньги не использовали. (Лучше.)

- Мы всегда с честью выходили из любых ситуаций. (Лучше.)

- Мы сумеем решить все проблемы. (Лучше.)
- У нас еще есть на это время. (Лучше.)

Наша старушка Земля кажется такой изменчивой и непостоянной. Землетрясения, обвалы, оползни, цунами и ураганы постоянно угрожают если не нашим жизням, то, по крайней мере, спокойствию и благополучию. Я не люблю отпускать родных из дома – переживаю, что с ними случится какая-нибудь беда. *Я боюсь. Я чувствую неуверенность. Я беспокоюсь.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне хоть немного поднять настроение.*

- Как ужасно было бы попасть в подобную катастрофу. (Хуже.)
- Об этом страшно даже подумать. (Хуже.)
- Правда, я уже давно живу на свете, и пока ничего страшного со мной не произошло. (Лучше.)
- Наука и техника не стоят на месте, так что о многих катаклизмах мы можем узнать заранее. (Лучше.)
- Мои дети не забывают о бдительности. Они очень сознательные и отвечают за свои действия. (Лучше.)
- Никто из нас до сих пор не попадал в подобные передряги. (Лучше.)
- Беспокойство и переживания – не самый лучший способ проводить время. (Лучше.)

Я боюсь, что мы постепенно разрушаем нашу планету. Мы

ужасно загрязняем атмосферу. Уже дошло до того, что боишься пить воду – она стала ядом. Мы губим моря и океаны, вымирает рыба, тают арктические льды. *Я обвиняю. Я гневаюсь. Я чувствую неуверенность. Я боюсь.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Надо больше заботиться о своей планете. (Хуже.)
- Люди – слишком большие эгоисты. Они думают только о себе и не делают того, что велит им долг. (Хуже.)
- Я недавно побывал в городе детства. Там почти ничего не изменилось. (Лучше.)
- Некоторые места загрязнены больше, другие – меньше. (Лучше.)
- И пятьдесят лет назад было то же самое. (Лучше.)
- Сегодня мы гораздо больше времени и сил уделяем охране окружающей среды. (Лучше.)
- Ситуация постепенно начинает изменяться к лучшему. (Лучше.)
- Блага на Земле все равно больше. И этому всегда можно найти подтверждение. (Лучше.)

Работа нашего правительства кажется мне неумелой и неэффективной. Если ему нужны деньги, то их просто забирают у нас, простых налогоплательщиков. Причем без особых на то оснований. У наших «отцов» нет никакой финансовой ответственности перед избирателями. Деньги тратятся

впустую. А потом правительство начинает жаловаться, что не хватает средств на народные нужды. Какое безобразие! Я не представляю, каким образом можно со всем этим разобратся. *Я разочарован. Я гневаюсь. Я обвиняю и критикую.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Если дела и дальше будут идти подобным образом, то мы попросту придем к краху. (Хуже.)

- Как ужасно, когда люди не ведают, что творят. (Хуже.)

- Но лично у меня дела идут лучше, чем десять лет назад. (Лучше.)

- И даже лучше, чем пять лет назад. (Лучше.)

- Все эти новые постановления не слишком-то меня задевают. (Лучше.)

- Если бы я сам занимался решением подобного рода проблем, то, возможно, был бы куда более терпимым. (Лучше.)

- Я не должен лично разбираться со всеми этими делами. (Лучше.)

- Лучше уж сосредоточиться на том, что я действительно могу делать. (Лучше.)

Когда я был ребенком, то ужасно гордился своей страной. Я радовался, когда слышал патриотические песни, и обязательно подпевал. Мне нравились рассказы о прошлом моего народа, о том, как возникло наше государство, и как оно развивалось. Но сейчас от бывшего патриотизма не осталось и

следа. Наверное, я слишком многое узнал. Кроме того, мне не нравятся решения, которые принимает наше правительство. *Я разочарован. Я обвиняю и критикую. Я гневаюсь.*

*Я собираюсь найти несколько мыслей, которые помогут мне немного улучшить настроение.*

- Меня пугает внешняя политика нашего правительства. (Хуже.)
- Я не могу одобрить действия правительства. (Хуже.)
- Некоторые поступки президента не могут не вызвать удивления. (Хуже.)
- Я все еще верю в светлое будущее нашей страны. (Лучше.)
- Но не может же это светлое будущее зависеть только от одного человека. (Лучше.)
- Плохое не может длиться вечно. Все наладится рано или поздно. (Лучше.)
- Каждый действует в соответствии со своими убеждениями. (Лучше.)
- Свой путь я выбираю сам. (Лучше.)
- Я верю в будущее нашей страны. (Лучше.)
- Другая страна мне не нужна. (Лучше.)
- Мои поступки говорят сами за себя. (Лучше.)

Процесс «От какой мысли я чувствую себя лучше?» напрямую работает с вибрационной относительностью. Зани-

маясь им, вы наиболее осознанно используете *Эмоциональную Руководящую Систему*. Вы сознательно составляете утверждение, определяете эмоции, которые оно в вас вызывает, а затем переходите к следующему утверждению, которое должно еще выше поднять ваш эмоциональный тонус. Этот процесс представляет собой *Сознательное Созидание* в чистом виде.

Не нужно прилагать особых усилий, чтобы просто наблюдать за ситуацией, разворачивающейся у вас перед глазами. Не сложно погрузиться в мысли, которые она вызывает, и затем снова и снова прокручивать их в голове. Но как порой непросто выбрать ту или иную мысль осторожно и взвешенно. Помните: если вы сделаете такой выбор (и не просто так, а сравнивая каждую новую мысль с теми, что являются для вас привычными), то совершите настоящий вибрационный прорыв в счастливое будущее. А уж за доказательствами дело не станет. И это будет наивысшее проявление *Сознательного Созидания*.

# Глава 5

## Применение процесса «Кошелек»

Хотелось бы еще раз напомнить вам о том, что сами *события*, происходящие в вашей жизни, гораздо менее важны, чем *чувства*, которые вы при этом испытываете. Жизнь не стоит на месте, она постоянно меняется. Некоторые наши читатели, наверное, начнут сейчас с нами спорить – ведь они-то точно знают, что ничего в этой жизни не меняется... по крайней мере, для них.

Если вам кажется, что в жизни наступил застой или она меняется слишком медленно, то на это есть причина. Дело в том, что вы слишком много внимания уделяете так называемой реальности. Тому, что *есть*. А следовало бы подумать о том, чего вам *хочется*.

Согласитесь, деньги играют далеко не последнюю роль в жизни человека. Поэтому даже небольшое улучшение в вибрационных отношениях между желанием иметь деньги и привычными для вас убеждениями может коренным образом изменить сложившуюся ситуацию. Допустим, вам нужны деньги, но при мысли о них вы чувствуете только тревогу и тоску. Будьте внимательны – это знак, который подает вам

*Эмоциональная Руководящая Система*. Она говорит о том, что вы движетесь в неверном направлении. Вам необходимо улучшить вибрационные отношения между желанием разбогатеть и прочно укоренившимися в вашей голове мыслями по поводу денег. Только тогда в вашей жизни может что-то измениться. А улучшение настроения скажет вам (как, впрочем, и всегда) о том, что вы вышли, наконец, на верную дорогу и движетесь напрямиком к исполнению своего желания.

Для человека естественно быть богатым. Процесс «*Кошелек*» – как раз то, что нужно в данном случае. Он поможет посылать вибрации, которые станут притягивать к вам деньги, а не ограничивать их приток.

*Наилучший результат от данного процесса вы получите в том случае, если находитесь на Эмоциональной Руководящей Шкале в пределах следующего вибрационного диапазона.*

6. Надежда.

7. Удовлетворенность.

8. Скука.

9. Пессимизм.

10. Неудовлетворенность, раздражение, нетерпение.

11. Смятение.

12. Разочарование.

13. Сомнение.

14. Беспокойство.

15. Осуждение.

## 16. Разочарование, уныние.

Что представляет собой сам процесс? Для начала возьмите стодолларовую купюру и положите в свой кошелек. Держите ее там постоянно. Когда бы вы ни доставали кошелек, вспоминайте, что там лежат сто долларов. Получайте удовольствие при мысли об этой купюре. Напоминайте себе о ней почаще, чувствуя, как возрастает при этом ваша уверенность в себе и в будущем.

Итак, в течение всего дня периодически думайте о том, на что бы вы могли потратить эту сотню долларов. Например, если проходите мимо хорошего ресторана, подумайте, что при желании могли бы зайти туда и съесть какую-нибудь вкуснятину. То же самое и в универмаге: если вам приглянулась какая-нибудь вещица, напомните себе, что вы, если бы только захотели, могли бы ее купить. Еще бы – ведь у вас всегда есть в кошельке целых сто долларов.

Имея при себе банкноту в сто долларов и не тратя ее, вы получаете огромное вибрационное преимущество каждый раз, когда *думаете* о ней. Другими словами, если вы вспомните о ста долларах и потратите их на первую же понравившуюся вещь, то сможете реально почувствовать свое финансовое благосостояние только один раз. Совсем другое дело, если вы будете *мысленно* тратить по сотне долларов раз двадцать или тридцать за день. В этом случае у вас появится вибрационное *ощущение*, будто бы вы израсходовали две

или три тысячи долларов.

Каждый раз, испытывая желание купить или сделать что-нибудь на эти сто долларов, вы усиливаете ощущение финансового благосостояния и таким образом улучшаете свою точку притяжения: *Я могу купить и то, и это. Я могу приобрести все, что хочу...*

Поскольку вы действительно можете это сделать (а не пытаетесь представить себе то, что на самом деле неосуществимо), то избавляетесь от ненужных сомнений, которые лишь «мутят воду» в чистом потоке финансового благополучия. Процесс «*Кошелек*» чрезвычайно прост, но при этом обладает невероятной эффективностью. А главное – он способен быстро изменить точку притяжения во всем, что касается проблемы финансов.

Сейчас мы рассмотрим контрастную ситуацию «Материальный достаток». Читая следующий пример, обратите внимание на то, сможете ли вы обнаружить, где именно «гнездятся» вибрации противодействия, которые мешают благоприятному развитию событий для этой супружеской пары. Затем, когда будете читать пример осознанного использования процесса «*Кошелек*», понаблюдайте, сумеете ли вы почувствовать вибрационное улучшение.

Мой муж и я работаем уже много лет, и у нас есть некоторые накопления – небольшие, но на жизнь хватит. Нам пришла в голову мысль основать собственное дело, и нашелся друг, который смог одолжить нам стартовый капитал.

Но сейчас, по прошествии двух лет, мы по-прежнему живем только за счет прежних накоплений. Наши деньги подходят к концу. Утекают, как вода сквозь пальцы. *Я беспокоюсь. Я волнуюсь. Я чувствую уныние.*

*Процесс «Кошелек» в действии:* Итак, мы решили проехаться на машине. У каждого из нас в кошельке лежит по сотне долларов. Мы собираемся час (или около того) поката́ться по нашему району и *мысленно* тратить эти абсолютно реальные доллары снова и снова. Как только один из нас увидит то, что ему понравится, мы тут же с большим удовольствием *мысленно* это купим. Ведь у нас, несмотря ни на что, есть с собой эти деньги. Так что мы действительно *могли* бы приобрести ту или иную вещь, стоит только захотеть. Но мы просто покатаемся на машине, будем заходить в магазины, смотреть на витрины. А если что-нибудь привлечет наше внимание, то *мысленно* купим это.

- Для начала перекусим в этом кафе. Оно мне нравится.
- Остановимся возле цветочного магазина и купим огромный букет цветов.
- Давай купим этот мангал для шашлыков и гриля. Будем потом пировать на свежем воздухе.
- А может, приобретем качели для наших внуков?
- Давай-ка притормозим возле того мужчины, продающего дрова. Потом сможем развести костер.
- Я бы записалась на процедуры в косметический кабинет.

- А я, пожалуй, сделаю модную стрижку у хорошего парикмахера.
- Останови, пожалуйста, возле того обувного магазина. Мне нужны новые туфли.
- Да, и мне тоже.
- Какой чудесный плед. И цена подходящая!
- Можно заодно купить несколько красивых цветочных горшков.
- А мне нравятся вон те разноцветные фонарики.
- Что ты думаешь по поводу нового почтового ящика?
- Давай купим мульчи для клумбы перед домом.
- Надо бы нам и машину вымыть.
- Мне приглянулось это кресло-качалка. Можно будет поставить его на балконе.
- Неплохо бы и садовый шланг прикупить...

Играя в эту игру впервые, вы можете почувствовать, что мысли о предполагаемых покупках сочетаются у вас с прежними невеселыми раздумьями о том, что вам *не хватает* денег. Поэтому в первые минуты игры вы, вместо того чтобы почувствовать облегчение, начнете испытывать эмоциональный дискомфорт. Тогда, определившись с тем, что хотите приобрести, остановитесь на мгновение и уверенно скажите сами себе: *«Если бы мне это действительно было нужно, то я мог бы это купить. Причем прямо здесь и сейчас»*. И ваше волнение утихнет. Будете играть в игру дольше – и всякое

беспокойство исчезнет без следа. А исчезнет беспокойство – исчезнет и противодействие. Ситуация обязательно начнет изменяться к лучшему. Уйдет противодействие – придет богатство. Вот так.

# Глава 6

## Применение процесса «Колесо Внимания»

Процесс «*Колесо Внимания*» является, наверное, одним из самых эффективных. С его помощью можно быстро улучшить вибрационные отношения между желанием и убеждениями. Занимаясь этим процессом, вы почувствуете, как ваши Энергии приходят в вибрационное соответствие.

Представьте себе, что вы стоите возле крутящейся карусели и хотите запрыгнуть на нее. Но карусель крутится слишком быстро, и все ваши попытки оказываются безрезультатными. Разница между скоростью карусели и вашей скоростью слишком велика, и поэтому вас просто отбрасывает в сторону. Но если карусель замедлит свой ход, то вы сможете улучшить подходящий момент и вскочить на нее. Теперь, с какой бы скоростью карусель ни закрутилась, вы уже сумеете на ней удержаться.

# 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.