

ТАЙНАЯ СИЛА

ВНУТРИ
ВАС

*Джон Ф.
Демартини*

СЕМЬ
СПОСОБОВ
ОБРЕСТИ
ФИНАНСОВОЕ,
ДУХОВНОЕ
И СЕМЕЙНОЕ
БЛАГОПОЛУЧИЕ



Джон Ф. Демартини
Тайная сила внутри вас.
Семь способов обрести
финансовое, духовное и
семейное благополучие

Текст предоставлен правообладателем.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8624165

Демартини Дж. Ф. Тайная сила внутри вас. Семь способов обрести финансовое, духовное и семейное благополучие.: ИГ «Весь»; СПб; 2012

ISBN 978-5-9573-2442-3

Аннотация

Эта книга – для тех, кто интуитивно ощущает, что обладает скрытым в глубине души богатством, тайной внутренней силой, с помощью которой можно полностью изменить жизнь. Каждый в жизни сталкивался с так называемыми препятствиями, воспринимая их как некую данность. И, возможно, далеко не для каждого столь же очевидно, что на самом деле человека способны остановить лишь страх и чувство вины; однако же, эти эмоции не смогут помешать, если вовремя с ними справиться. Если вы чего-то боитесь, ощущаете беспокойство, если вас мучают сожаления и угрызения совести, если вы чувствуете неспособность двигаться дальше и как будто «сбились с пути», все, что вам нужно –

лишь уравновесить эти иллюзорные эмоции, в чем эта книга и призвана вам помочь. Выполнив несложные действия под руководством вдохновенного учителя Джона Ф. Демартини, вы сможете раскрыть в себе удивительную внутреннюю силу и начнете жить полноценной жизнью! Автор рассказывает, как нейтрализовать эмоциональный заряд, связанный с каким-либо событием или человеком, которые, возможно, до сих пор контролируют вас, как определять свои истинные ценности, как подарить здоровье и жизненные силы своему телу, обретая гармонию разума, как преодолеть барьеры ложных убеждений и другие препятствия на пути к успеху в бизнесе.

Содержание

Введение	6
Единственное, что способно вам помешать	10
Семь страхов: не позволяйте им встать на вашем пути!	13
Страх первый: недостаток интеллекта	13
Страх второй: физическая несостоятельность	14
Страх третий: поражение	15
Страх четвертый: нужда	16
Страх пятый: общественное мнение	17
Страх шестой: отчуждение	18
Страх седьмой: авторитет	19
Нейтрализуйте страх	21
Глава 1	28
Сокровище вашего разума № 1: вопросы	30
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Джон Ф. Демартини

Тайная сила внутри вас. Семь способов обрести финансовое, духовное и семейное благополучие

Тем, кто интуитивно ощущает обладание скрытым в самых глубинах их существа огромным богатством; богатством, обнаружив и освоив которое, можно вызвать к жизни силу столь мощную, что само осознание обладания подобным потенциалом способно привести в трепет и пробудить в нас вдохновение. Пусть же книга «Тайная сила внутри вас. Семь способов обрести финансовое, духовное и семейное благополучие» поможет вам раскрыть душу и разум навстречу новым и до сих пор неведомым возможностям и достижениям, пусть она станет ключом к осознанию вашего великого дарования.

Введение

*Постучись в грудь свою,
И спроси сердце, что ему ведомо.*
Уильям Шекспир

Вы обладаете семью тайными сокровищами – невероятными богатствами, заложенными в вас изначально. Когда вы обнаружите их, яркое сияние ваших сокровищ запечатлеет ваш образ в сердцах обитателей этого мира и даже за его пределами. Смелое заявление, не так ли? Однако уверяю вас, что это действительно так.

Поработав с бесчисленным количеством людей – как на групповых семинарах, так и индивидуально – я сделал одно поразительное открытие: каждый из этих людей на самом деле был куда богаче, более щедро одарен природой и Богом теми самыми личными сокровищами, чем он сам был способен осознать и, следовательно, продемонстрировать в тот или иной промежуток времени. Вот ведь удивительное свойство человеческой натуры: наше величие может быть погребено под пластами иллюзий, быть невидимым, подобно подводной части айсберга, но наши души неустанно побуждают нас нырнуть в неизведанные глубины, дабы обнаружить наше истинное великолепие.

Зачем бы взяли в руки эту книгу, если что-то изнутри не

подталкивало вас к этому, намекая на то, что вы – это нечто большее, чем вы о себе думаете в данный момент? Где-то в глубине души вы знаете, что, прочитав книгу вроде этой, получите шанс приблизиться к осознанию собственного величия, и, если вы будете не просто читать, а следовать предложенным советам, у вас действительно появится возможность овладеть новыми знаниями, улучшить качество своей жизни и расширить сознание; вы начнете «откапывать» зарытые в вас сокровища и...

- Можете максимально увеличить потенциал своего организма, здоровья и благосостояния.

- Узнаете, как строить гармоничные отношения и привлечь любовь в свою жизнь.

- Обнаружите силу, которой уже обладаете.

- Разовьете в себе врожденные качества лидера.

- Узнаете, как достичь финансового благосостояния, и осознаете, что все – включая вас – заслуживают процветания.

- Разбудите вдохновение и поразитесь тому, какие чудеса окружают вас в обыденной жизни.

- Раскроете свой профессиональный потенциал, занимаясь тем, что любите, и любя свое дело.

- Осознаете собственное бессмертие, и ваша жизнь наполнится величием.

Я очень старался излагать свои мысли просто, но при

этом также стремился не переборщить с упрощениями и не переходить на жаргон. Мне хотелось бы, чтобы эта книга пробудила в вас вдохновение, независимо от того, впервые вы открываете для себя собственную внутреннюю силу, или уже проштудировали достаточно литературы, посвященной вопросам самопознания и самосовершенствования. Здесь мы обсудим широкий спектр тем, охватывающих всю вашу жизнь, даже за пределами земного существования.

Зачем, спросите вы, рассматривать что-либо, выходящее за пределы этой жизни? Зачем говорить о бессмертии? А затем, что наверняка вы, подобно большинству людей, сознательно или подсознательно стремитесь создать нечто, что будет жить после вас, оставить свой след в вечности, за пределами вашей земной жизни. Например, если вы верите в жизнь после смерти, то стремитесь к духовному совершенствованию; а может, вам хотелось бы передать потомкам свои лучшие творческие идеи и вдохновляющие мысли, или основать собственную компанию, которая будет продолжать работать и после того, как вы отойдете от дел; иметь много денег в конце жизни, а не закончить свои дни в бедности; произвести на свет наследника, который продолжит ваш род; внести свой вклад в общественную историю, или даже отыскать «источник молодости» – это ваше бессмертие требует выражения. Как бы то ни было, книга «Тайная сила внутри вас» поможет вам «откопать» несметные внутренние сокровища и пробудить к жизни ваше самое настоящее и могуще-

ственное «Я».

Как и в предыдущих моих книгах, в каждой главе вам будет предложено несколько простых упражнений – вообще, наверное, в эту книгу я включил больше практических элементов, чем в какую-либо другую. Вдобавок к этим упражнениям, включенным в основной текст, в качестве приложения имеются инструкции по применению моей новейшей методики, *Метода Демартини*, которые содержатся в приложении А в виде справочного материала, поскольку понимание и освоение того, что вы здесь прочтете, зависит от сбалансированности восприятия вашего разума – интеграции двух, казалось бы, совершенно противоположных концепций, формирующих в результате совершенно новую точку зрения, которая откроет перед вами доселе невиданные горизонты мысли, возможностей и любви.

Единственное, что способно вам помешать

Каждый из нас в жизни сталкивался с так называемыми препятствиями, воспринимая их как некую данность. И, возможно, далеко не для каждого столь же очевидно, что на самом деле нас способны остановить лишь страх и чувство вины; однако же, эти эмоции не смогут помешать вам, если вовремя с ними справиться. Если вы чего-то боитесь, ощущаете беспокойство, если вас мучают сожаления и угрызения совести, если вы чувствуете неспособность двигаться дальше и как будто «сбились с пути», все, что вам нужно – лишь уравновесить эти иллюзорные эмоции, в чем эта книга и призвана вам помочь.

Как-то давным-давно я разговорился с соседкой, работавшей у себя во дворе, в то время как я выдергивал сорняки на участке вокруг дома. На тот момент ей было больше восьмидесяти лет, и, помню, она сказала мне: «Джон, если ты не посадишь цветы, ты все время только и будешь бороться с сорняками!» Я задумался – неужто правда, посадив несколько любимых растений, можно избавиться от тех, которые ты не хочешь видеть на своей земле? И вот я посадил свои «цветы» (у меня тогда под рукой ничего не было, кроме семян бобов), и, к моему великому удивлению, они проросли, и вскоре для сорняков просто не осталось места! Позже

я понял, что наш разум живет по тому же принципу: если не сажать цветы в саду разума, мы обречены воевать с сорняками; так страх и чувство вины «прячут» от вас ваши внутренние сокровища, зарытые глубоко в землю, под порослью сорняков. Борьба с этими эмоциями-сорняками можно, нейтрализовав их воздействие. Качество вашей жизни зависит от качества вопросов, которые вы задаете, а качественные вопросы – это те, которые помогают организовать правильное восприятие той или иной ситуации и последующие действия. Например, если вам кажется, что вы рискуете «потерять» что-либо или кого-либо, вам стоит рассмотреть и противоположную возможность: а что я таким образом «приобрету»? Если вы боитесь «поражения» в чем-либо, поверните ситуацию другой стороной: в чем заключается ваш «успех»? В чем польза так называемого поражения?

Подобные этим нейтрализующие вопросы лежат в основе большинства методов, представленных в этой книге. Вы прочтете о различных способах нейтрализации всех возможных мифов и ошибочных представлений о самих себе, о других людях и о мире, в котором живете. Возникновение таких мифов обусловлено одним из величайших препятствий на пути личностного развития – преувеличенными, односторонними ожиданиями, мешающими претворению в жизнь величайшего закона Вселенной и скрывающими истинное величие каждого человека в этой Вселенной. Довольно часто люди хотят видеть себя теми, кем на самом деле не являются.

Вы представляете, каким самообесцениванием это чревато? (Это не опечатка: я действительно имел в виду самообесценивание, или самодевальвацию.) Вы представляете, как способны деморализовать и унижить человеческое достоинство эти миражи и фантазии?

Безусловно, есть разница между фантазиями и смелыми замыслами; смелые замыслы – это мечты, которые можно осуществить и которые соотносятся с вашими ценностями. Фантазии неосуществимы и не соотносятся с вашими ценностями, поэтому вы не будете воплощать их, и, даже предприняв какие-то действия, не сможете продолжать двигаться в этом направлении – в результате чего потом будете себя казнить за то, что «не оправдали ожиданий». Только то, что действительно вам по сердцу, то, в чем вы уверены, то, ради чего, по-вашему, вы и живете на этой планете, способно пробудить ваше вдохновение. Вдохновение – одно из ваших самых блистательных сокровищ; открыв этот заветный ларец и заглянув внутрь, вы уже не сможете сопротивляться силе своего вдохновения.

Семь страхов: не позволяйте им встать на вашем пути!

Повторюсь: в глубине души вы уже знаете, насколько вы блистательны, и причина, по которой вы, возможно, не в полной мере осознаете это сейчас, в том, что некий страх затмевает ваше сияние. Вероятно, вам уже приходилось слышать о существовании семи основных жизненных страхов, идеально дополняющих наши семь тайных сокровищ. Нельсон Мандела, в своих комментариях к постулатам *A Course in Miracles*, сказал, что мы боимся собственной силы; мы не боимся своего ничтожества – нас страшит собственное величие. Как это правдиво! Зачастую мы позволяем этим семи страхам препятствовать нашему стремлению к осуществлению мечты или замысла. Когда вы будете готовы к борьбе с ними, пусть эта книга поможет вам нейтрализовать их влияние на вас и даст вам возможность обнаружить собственное величие, которое является вашим главным сокровищем.

Страх первый: недостаток интеллекта

Один из страхов, не позволяющих людям стать теми, кем они на самом деле являются, воспользовавшись своими несметными сокровищами – это подспудная боязнь оказаться недостаточно умными. То есть люди верят, что для

претворения в жизнь своих планов им недостает ученой степени, знаний, умственных способностей, хорошей памяти и т. п.

Уже из самой первой главы этой книги вы узнаете, что это не должно останавливать вас. Каждый из нас в своем роде гений – даже те, кого считают не слишком умными и неспособными к развитию блестящего интеллекта. Уж я-то знаю! Когда я был ребенком, учитель сказал моим родителям, что я неспособен к учебе и никогда не добьюсь особенных успехов; но что значат подобные предсказания перед лицом вашего врожденного гения?

Читайте дальше и вы узнаете, как мне удалось опровергнуть это ложное пророчество и раскрыть свой собственный гений.

Страх второй: физическая несостоятельность

Возможно, вы считаете, что ваше тело неидеально – вас не устраивает ваш рост, вы сомневаетесь в собственной привлекательности, или считаете себя слишком старым, или вам не нравится ваше телосложение, и вас беспокоит недостаток энергии. Зачастую восприятие собственного тела мешает людям прожить жизнь так, как им хотелось бы; иной раз они сомневаются в том, что способны выдержать те усилия, которые потребуются для достижения цели или для то-

го, чтобы сохранить достигнутое. Позвольте обнадежить вас: делая то, что вы любите, и любя то, что делаете, вы почувствуете себя моложе и ощутите прилив жизненных сил! Осмелюсь даже утверждать, что при этом вы станете лучше выглядеть и дольше проживете.

Я гарантирую: если вы будете заниматься любимым делом и делиться с миром своим финансовым успехом, вы с большей вероятностью, чем в противном случае, заработаете еще больше денег, а, как известно, люди с более высоким уровнем финансового благосостояния и живут дольше. Ваше физическое тело будет соответствовать тому, во что вы верите всем сердцем. Помните, всегда есть люди, которые добиваются успеха несмотря ни на что: человек маленького роста становится игроком в баскетбол, а девочка, которая была «гадким утенком», превращается в супермодель; у них есть мечта, и они не позволяют каким-то физическим недостаткам остановить их на пути к ее осуществлению.

Ваше тело так много делает для вас; из главы, посвященной сокровищам тела, вы подробнее узнаете о том, как раскрыть тайны бессмертия.

Страх третий: поражение

Страх поражения способен сломить вашу волю и помешать вам уверовать в собственные способности. Большинство людей, сталкиваясь с этим страхом, предпочитают кон-

центрироваться на том, что наверняка умеют делать, и не рискуют подвергнуться испытанию себя. В конечном итоге, они лишают себя возможности заниматься тем, чем им больше всего хочется, а все из-за страха... Но, если вы живете, занимаясь нелюбимым делом, что вы потеряете в результате так называемого поражения? Правда в том, что если вы, будучи действительно преданы какому-то делу и увлечены им, терпите «поражение», вы непременно подниметесь и все начнете сначала – я бы сделал именно так!

В процессе чтения этой книги ваше представление о поражении, несомненно, станет меняться – вы начнете видеть в нем не трагический финал, но элемент системы обратной связи, что нейтрализует в вашем восприятии его влияние на вашу жизнь. Сокрушительные «поражения» всегда несут с собой драгоценные дары, подобно тому, как великие «успехи» всегда имеют отрицательные моменты. Вы обнаружите, что некоторые из ваших величайших сокровищ находятся под гнетом видимого поражения; присмотритесь повнимательней, и в каждой неудаче вы найдете нечто замечательное.

Страх четвертый: нужда

Люди, которые знают, чем хотели бы заниматься в жизни, но никак не могут наконец за это взяться, постоянно оправдывают свое бездействие рассуждением о том, что, решившись последовать за своей мечтой, могут потерять деньги,

или не смогут достаточно заработать. Мой же опыт свидетельствует: делать то, что нравится, и любить свое дело – самый верный путь к благосостоянию. Я убежден, что на самом деле неудач не бывает, только если вы не идете против себя; если вы уверены в своих ценностях, своих мечтах и в своем призвании в жизни, вас ждет успех, в том числе и финансовый, о чем вы подробнее узнаете из главы о финансовых сокровищах. Более того, если вы готовы признать, что чего-то не знаете и нуждаетесь в некоторой помощи, это ускорит достижение желаемых результатов и принесет вам заслуженную награду за стремление к осуществлению своей мечты.

Страх пятый: общественное мнение

Еще один страх, который останавливает людей – это страх быть отвергнутыми окружающим миром; они боятся, что если последуют своим мечтам, то насмешки и отчуждение будут преследовать их повсюду. Однажды я консультировал одного джентльмена, юриста, который всегда делал то, чего от него хотели родители: он прилежно отучился на юридическом факультете, потом занялся практикой – а затем наступил кризис. Он никогда на самом деле не стремился стать адвокатом; когда этот джентльмен пришел на мое занятие по программе *The Breakthrough Experience* («Прорыв»), в рамках которой я помогаю людям преодолеть воображаемые препятствия и разобраться в собственной жизни, в какой-то

момент он начал плакать; этого человека всегда учили «держаться лицо», но теперь он столкнулся с правдой в своей душе, и это заставило его зарыдать. А правда заключалась в том, что он любил автомобили, особенно покупать и продавать их – «порулить и продать», по его собственному выражению, и я спросил его тогда: «А почему вы не стали зарабатывать этим на жизнь?»

И он ответил со слезами на глазах: «Я просто никогда не думал, что смогу заслужить уважение, занимаясь этой профессией». Освоив приемы, о которых вы прочтете в этой книге, этот человек, в конце концов, осознал, что большинство его страхов являются просто проекциями и что на каждого человека, который может осудить его выбор, найдется другой, который его похвалит. Сегодня этот бывший адвокат зарабатывает сумасшедшие деньги, продавая классические модели автомобилей – он любит то, чем занимается, и людям приятно иметь с ним дело; он вкладывает в работу всю свою душу, и его энергия и жизнелюбие приносят великолепные плоды.

Прочтите главу о профессиональных сокровищах и вы узнаете, как именно он смог осуществить столь глобальную перемену в своей жизни.

Страх шестой: отчуждение

Еще один страх, способный парализовать ваше стремле-

ние к осуществлению мечты – это страх потерять уважение родных и близких. Возможно, ваши родители говорят вам, что «на этом нельзя заработать», а может, у вас есть дети, и вы считаете, что не можете себе позволить рисковать, что все слишком ненадежно. Возможно, ваша половина угрожает уйти от вас, если вы начнете воплощать свои мечты?! Окружающие могут думать, что вы сошли с ума, но знаете что? Проживать жизнь, не занимаясь любимым делом – вот настоящее безумие! Так что рискнуть стоит; идя на этот тщательно продуманный риск, вы позволяете и другим людям жить без страха; вы даете им тоже возможность быть честными по отношению к самим себе. Такие отношения, в которых люди заботятся друг о друге – не просто потому, что они родственники, но потому, что уважают отличительные особенности друг друга и искренне благодарны за них, – обладают особым магнетизмом, способным помочь вам в ваших устремлениях. Подробнее об этом читайте в главе, посвященной единению и семейным сокровищам.

Страх седьмой: авторитет

Многие люди боятся жить, не соответствуя некой «авторитетной» системе предписаний; зачастую этим «авторитетом» становится некий религиозный институт, хотя в этой роли может выступать кто угодно, чьего осуждения и наказания вы боитесь: тот, кто является авторитетом в учебе, в

семье, в профессии и т. д. Другими словами, вы, возможно, боитесь, что ваша жизнь пойдет вразрез с их морально-этическими принципами и прочими нормами, и поэтому не позволяете себе заниматься тем, что вам действительно нравится – из-за страха, что кто-то может счесть это «неправильным».

Вот изречение Дельфийского оракула: «Познай самого себя, будь самим собой и люби самого себя». Интересно, что произошло бы, будь все мы честны с самими собой? В процессе чтения этой книги, и особенно главы, посвященной лидерству и вашим социальным сокровищам, вы сможете пересмотреть значимость авторитетных для вас фигур и подняться на новый уровень, где вы сами станете для себя высочайшим авторитетом. Только представьте себе, чего вы сможете добиться и кем стать, когда с умом воспользуетесь всеми своими сокровищами и распорядитесь ими с любовью!

Нейтрализируйте страх

Давайте определим страх как предположение, выраженное в ощущениях или созданное воображением, о том, что вы больше потеряете, чем приобретете, получите больше негатива, чем позитива, больше боли, нежели удовольствия – от кого-то или от самого себя. Испытывая страх, вы тем самым предполагаете существование лишь одного варианта развития событий; таким образом, страх всегда является иллюзией: правда в том, что жизнь всегда, в любом случае, предлагает вам два различных варианта.

Каждое событие вашей жизни, подобно магниту, имеет два полюса, положительный и отрицательный, то есть всегда предполагает пару противоположных точек зрения на него. Таким образом, если вы считаете, что можете столкнуться с потерями, стоит задуматься, что вы сможете приобрести; если вы ожидаете негативной реакции, вам нужно поискать положительные моменты; если вы предполагаете трудности, заручитесь чьей-либо поддержкой и действуйте так всегда. Пребывая в состоянии страха, например боязни не угодить кому-то, кто является для вас авторитетом, или страха своей недостаточной компетентности в чем-либо, задайте себе вопрос, рисуя ситуацию с другой стороны!

Например: «Если я считаю, что знаю об этом недостаточно, то о чем я знаю достаточно? Как, с моим нынешним зна-

нием, я смогу осуществить то, чего хочу, еще более эффективно, чем если бы обладал какими-то другими знаниями?»
Нейтрализуйте свои страхи, представляя ситуацию с совершенно другой стороны! Если я боюсь получить чей-то отказ, я спрашиваю себя: «Чем для меня полезен этот отказ?», параллельно задаваясь вопросом: «Кто будет поддерживать меня в этот момент?»

Когда вы задаете вопрос, который исправляет искаженное представление о ситуации, вы тем самым нейтрализуете ее, и страх растворяется как по волшебству! Если вам кажется, что вы можете потерпеть неудачу, спросите себя – если я действительно «провалюсь», какую пользу я мог бы извлечь из этого? Какое преимущество смогу приобрести таким образом? Если мне кажется, что я рискую «потерпеть неудачу» на этом пути, то в чем я смогу «преуспеть»?

Вспомните о распространенной дилемме, с которой приходится сталкиваться родителям, особенно матерям, которые чаще вынуждены разрывать между уходом за ребенком и работой. Женщина – профессионал в своем деле – может опасаться «потери» достигнутых карьерных позиций, если ей придется уйти с работы, чтобы самой заниматься ребенком. Если же она вверит заботу о ребенке кому-то другому, она, возможно, будет переживать по поводу того, что «потерпела поражение» как мать. Однако, что происходит, если она делает выбор, а потом задает себе вопросы для нейтрализации своего отношения к ситуации? Если она стара-

ется искренне ответить на эти вопросы – дает свои собственные, честные ответы – тогда сама эта «проблема» способна привести ее к обнаружению всех семи ее тайных сокровищ! Может быть, эта женщина придет к выводу, что, развиваясь в своей профессии, она приносит пользу всей семье не только тем, что обеспечивает стабильный доход, но и тем, что подаст пример занятия любимым делом? Чему это учит ее ребенка? А может, женщина решит, что ее настоящим призванием в жизни является именно воспитание ребенка, независимо от того, какое значение она придавала ранее своей работе? Или... или... или...? Ища в своем разуме и сердце ответы на собственные вопросы, эта женщина может обнаружить бесценные сокровища.

Столкновение со своими страхами по поводу «поражений» и последующее их рассеивание с помощью грамотно задаваемых вопросов, а также искренняя заинтересованность в изменении своей точки зрения требуют от вас способности к работе с парадоксами, или кажущимися противоположностями. Вы также должны быть готовы к тому, что эти противоположности будут существовать всегда и везде. На протяжении всего вашего пути к блистательной жизни и освоению тайных сокровищ, спрятанных внутри вас, вы будете получать поддержку, но будете и испытывать трудности. Все мы больше желаем получать поддержку, нежели подвергнуться испытаниям, но реальная жизнь всегда обеспечивает нам и то и другое, поскольку и то и другое необхо-

димом для развития человеческого существа. Это и называется полноценной жизнью, это духовное развитие, это опыт бытия человеком.

Пусть ни удовольствия, ни трудности, ни поддержка, ни испытания, ни взлеты, ни падения не помешают вам осуществить ваши мечты! Просто считайте эти противоположности элементами системы обратной связи, призванными помогать вам на вашем пути. В отсутствие позитива или негатива вы бы привыкли к чему-то одному и стали бы избегать другого; поймите, что вы сможете ощутить свое величие в полной мере, только если ваш жизненный опыт будет сочетать в себе обе противоположности!

Постановка вопросов учит вас внимательнее слушать себя и внезапно дарит вам любовь и бесконечность. Если вы не даете себе труда приглядеться, прислушаться, то вы просто реагируете, и, продолжая воспринимать все лишь с одной стороны, раз за разом все увеличиваете слой пыли и грязи, все надежнее заглушающий ваше сияние, и все глубже закапываете свои семь тайных сокровищ. Воспринимая события уравновешенно, отстранившись от исходных эмоций, вы обретаете свободу, трансформируя неправильное восприятие в энергию и свет, который озаряет ваш разум и сердце! Когда вы одновременно видите обе противоположные стороны проблемы, в этот момент ваш просветленный разум способен к синхронному мышлению. Тогда вы внезапно осознаете, что вас никто не осуждает и не одобряет, вы просто лю-

бимы.

Любовь – это синтез притяжения и отторжения, похвалы и осуждения, хорошего и плохого, добра и жестокости. Когда нас ослепляет страсть, мы неспособны разглядеть недостатки ее объекта, когда же нас переполняет негодование, мы уже не видим достоинств. На самом же деле, и то и другое существует и проявляется одновременно. И если мы вдруг обретаем способность видеть сразу и то и другое, мы наблюдаем то, что Фома Аквинский называл синхронией. Если же мы видим одно и не замечаем другого, мы живем в мире диахронии. Диахрония означает развитие во времени; а синхрония – это пребывание в бесконечном разуме и нестареющем теле, как любит выражаться Дипак Чопра.

Я повторяюсь: вредная привычка нашего общества, этот опиум для народа, мусор, под которым погребена большая часть наших сокровищ – это ложное представление о том, что мы должны проявлять лишь одну сторону своей натуры, пренебрегая ее противоположностью: мы должны быть добрыми и никогда жестокими; милыми и никогда неприятными; всегда позитивными и никогда негативными. Однако жизнь устроена совсем не так, но мы лелеем фантазию, будто она обязательно оправдает наши ожидания! Когда-нибудь мы будем жить в лучшем мире... достигнув совершенства, мы будем счастливы... но это никогда не происходит! Многие люди возлагают все свои надежды на загробную жизнь, где имеет значение только одна сторона человеческой нату-

ры, и все то, что захватывает нас здесь, на Земле, переносится в некий небесный дворец, ожидающий их когда-нибудь. Эти люди совершенно игнорируют возможность обрести все это уравновешенное великолепие прямо здесь и сейчас!

Дайте себе время немного поразмыслить об одном замечательном законе, который вы можете начать применять в своей жизни прямо сейчас: в тот момент, когда вы слышите похвалу и осуждение, похвала, поддерживающая вас, уравновешивается осуждением, испытывающим вас; первая делает вас зависимым, а второе поддерживает вашу независимость; и то и другое необходимо вам для духовного роста и оптимизации своего развития!

Однажды, на чемпионате по гольфу British Open в Шотландии, мне довелось понаблюдать за легендарным гольфистом Тайгером Вудзом. Его на этом чемпионате сопровождал некий человек, вероятно, психолог, который постоянно оценивал его действия; когда Тайгер собирался совершить великолепный удар и, вполне возможно, ощущал некоторое возбуждение и внутреннее ликование, тот человек говорил ему: «Да, но у нас впереди еще много лунок», – таким образом успокаивая спортсмена, чтобы тот не слишком радовался заранее. Если же мячу было суждено угодить в песок, тот же самый наставник говорил: «Ты очень близок к победе; ты сможешь это исправить, выложись по полной!» Этот человек обеспечивал спортсмену обратную связь, чтобы поддерживать его в равновесии, настроить связь с его спокойным,

настоящим и всемогущим «Я», чтобы он не слишком ликовал и не слишком расстраивался.

Если вы стремитесь открыть в себе семь тайных сокровищ, берите пример с мудрого подхода Тайгера к своей игре: не поддавайтесь ни унынию, ни самонадеянности! Думайте только об игре! Настройтесь на выполнение задачи и достижение основной цели! Пусть каждый день начинается с принятия обеих сторон этой жизни; только это означает полноценное существование! Представьте, что жизнь – это магнит, и пусть оба его полюса ежедневно проявляют себя в ваших мечтах и возможностях, которые предоставляет вам жизнь, чтобы «выманить» сокровища из их «тайников». Вот он – магнетизм возможностей!

Вся эта книга задумана для того, чтобы помочь вам осознать это величие и этот магнетизм в самих себе – таких, какие вы есть. Вам ничего не нужно в себе «исправлять», лучше позвольте предложить вам множество различных способов отшлифовки бриллиантов, дарованных вам. Поймите, что больше нет необходимости скрывать ваши семь тайных сокровищ; переверните страницу, и заветный ларец лишь приоткроется перед вами, но, без сомнения, вы сразу увидите мерцание того, что находится внутри... вас!

Глава 1

Гений: сокровища вашего разума

Здоровый разум владеет миром.

Сенека Младший

«Кто вы?» – переспросил я.

Мы находились в конференц-зале отеля, где я проводил один из своих семинаров, на котором присутствовало около ста человек. Человек, который только что встал и назвал перед всеми свое имя, выглядел смущенным; он повторил медленнее и громче: «Меня. Зовут. Джо».

Усмехнувшись, я сказал: «Джо, я спрашиваю, кто вы, а не как вас зовут».

Он тоже засмеялся и ответил: «Простите, я думал, вы плохо слышите. В общем, я учитель биологии в средней школе в Филадельфии». Помедлив пару секунд, он добавил: «Разведенный муж и отец, который любит своих детей».

«Хорошо, спасибо. Но я задаю вам более абстрактный вопрос: кто вы на самом деле?»

Джо замешкался, но затем ответил: «Я человеческое тело... приводимое в движение сложной нервной системой». Было видно, что он доволен собой. Мы продолжали в том же духе, пока наконец не добрались до самой сути вопроса и пока все в том зале не поняли: каждый из нас обладает неве-

роятным, бессмертным разумом – сознанием, умственной и творческой силой. Вот чем мы действительно являемся. Я объяснил группе, что речь, конечно, идет не просто о мозге; сказать, что человек – это серое вещество его мозга, все равно что отождествить его с рукой или желчным пузырем. Вы – это не только ваша работа, ваши отношения и достижения и тому подобные вещи, которые люди слишком часто склонны отождествлять с собой.

Нет, вы – это квинтэссенция всех тех неосязаемых, несказанных сокровищ вашей души, которые мы также можем назвать богатствами разума: ваши стремления и вдохновения, восприимчивость и проницательность, ваш рассудок; все эти драгоценные камни могут ослепить своим сиянием, и даже возраст здесь не важен. В детстве меня заклеямили «неспособностью к обучению» и сказали, что я ничего особенного не добьюсь, но даже любой, подобный мне, всегда несет в себе бесценные внутренние дары и способен в полной мере воспользоваться ими. В некоторых людях эти сокровища глубоко скрыты до поры, но все мы в равной мере наделены ими. (Да, я сказал «в равной мере», то есть и вы и Эйнштейн изначально сделаны из одного теста; более подробно об этом позже.) Некоторые люди так далеко запрятали свои сокровища, что забыли куда; но независимо от того, насколько забыты, заброшены и глубоко зарыты ваши дары, эта глава поможет вам снова открыть для себя все сокровища вашего удивительного разума.

Сокровище вашего разума № 1: вопросы

Когда мне было 17 лет, я встретил Поля Брэгга, ставшего одним из главных учителей в моей жизни. Этот жизнерадостный седовласый мужчина однажды вечером прочел воодушевляющую лекцию о потенциале человеческого существа вообще и о здоровье в частности, и тогда я впервые открыл для себя принципы и законы Вселенной. Закончив, он обвел взглядом всех присутствующих в аудитории и сказал: «У вас есть десять минут, подумайте о том, чему бы вы хотели посвятить свою жизнь. Сегодня вечером вы должны определить свое предназначение».

Что-то переменялось во мне тем вечером. Я сидел на полу и вспоминал свою жизнь вплоть до этого момента. В то время я был заядлым серфингистом и жил с приятелями в палатке на пляже. Я бросил школу в четырнадцать лет и отправился путешествовать один, и вот меня забросило на Гавайи; кроме того, я все еще не оправился после пережитого отравления стрихнином, содержащимся в листьях местного растения, которыми я завтракал почти каждый день.

Перед моим внутренним взором предстала миссис МакЛафлин, моя первая учительница, заявившая моим родителям: «Боюсь, что ваш сын никогда не сможет читать, писать, нормально общаться и вообще добиться каких-нибудь успе-

хов; он вряд ли далеко пойдет, он не способен учиться».

Потом я вспомнил, как проезжал автостопом через Эль-Пасо, штат Техас, и повстречал там одного бездомного мудреца, который сказал мне: «Есть только две вещи, которые у тебя никто никогда не сможет отнять: твоя любовь и твоя мудрость!». Затем я увидел себя лежащим в палатке, почти при смерти, а потом открыл глаза и посмотрел на Поля Брэгга, который сидел там, живой, энергичный и вдохновенный – посвятивший себя чему-то и побуждающий меня двигаться к моей цели! И вдруг меня осенило – я знаю, чем хотел бы заниматься! Я понял, что хочу посвятить свою жизнь тому, о чем говорил этот человек: этим вселенским законам, в частности потому, что они имели отношение к телу, разуму и духу – к здоровью. Я решил, что хочу стать мастером-учителем, целителем и философом, как этот человек! Я хочу путешествовать по всему миру, ступить на землю каждой страны, существующей на этой планете, и делиться своими открытиями!

Затем Поль Брэгг провел с нами управляемую медитацию с визуализацией, которая привела меня в состояние воодушевления, и я вдруг увидел себя, стоящего на балконе, который возвышался над огромной площадью, и вещающего сотням и тысячам людей.

Это последнее, что я был готов увидеть в собственном сознании, находясь там, в небольшой комнате отдыха отеля на северном побережье Оаху { Остров Гавайского архипелага,

на северном побережье которого собираются серфингисты со всего мира. – *Примеч. пер.* }, но именно это я и увидел, и образ этот был настолько ясным и реалистичным, что мне показалось, будто я уже нахожусь там, на этом балконе. Эта картина до сих пор стоит у меня перед глазами – откровение столь волнующее, что и по сей день вызывает у меня слезы.

Покинув собрание тем вечером, я поставил перед собой задачу: постичь силу человеческого разума и тела на самом глубоком уровне, и моя жажда знаний заставила меня освоить более двухсот шестидесяти дисциплин и прочитать более двадцати восьми тысяч пятисот текстов. А все потому, что один очень здоровый пожилой человек задал мне один интересный вопрос: «В чем твое предназначение?» Он также был первым человеком, заставившим меня поверить в то, что я гениален – можете представить, насколько невероятной в то время для меня была подобная мысль! Однако он настаивал на том, что мы все гении, и дал мне задание на эту тему: каждый день я должен был говорить себе: «Я – гений, и я пользуюсь своей мудростью». Несмотря на то, что я вовсе не чувствовал себя гением и не обнаруживал в себе никаких признаков гениальности или хотя бы мудрости, я должен был просто повторять эти слова силы каждый день (эти и множество других слов силы вы сможете найти в конце каждой главы этой книги).

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.