



ВАДИМ ЗЕЛАНД  
**ВЕРШИТЕЛЬ  
РЕАЛЬНОСТИ**

ТРАНСЕРФИНГ  
РЕАЛЬНОСТИ

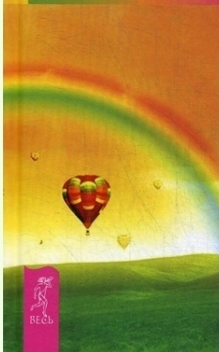
Практический  
курс  
оффинга



ТРАНСЕР  
РЕАЛЬН  
ступени I-

ВАДИМ ЗЕЛАНД

**ВЗЛОМ**  
ТЕХНОГЕННОЙ СИСТЕМЫ



ВАДИМ ЗЕЛАНД  
ТРАНСЕРФИНГ РЕАЛЬНОСТИ I-V  
ВЕРШИТЕЛЬ РЕАЛЬНОСТИ  
ПРАКТИЧЕСКИЙ КУРС  
ВЗЛОМ ТЕХНОГЕННОЙ СИСТЕМЫ



**Вадим Зеланд**  
**Взлом техногенной системы**  
**+ Трансерфинг реальности**  
**1–5 + Практический курс**  
**Трансферфинга за 78 дней**  
**+ Вершитель реальности**  
**Серия «Трансерфинг реальности»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69391831](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69391831)*

*Взлом техногенной системы + Трансерфинг реальности +  
Практический курс + Вершитель реальности: Весь; Москва; 2023  
ISBN 9785944302977*

### **Аннотация**

Взлом техногенной системы, Трансерфинг реальности.  
Ступень I – V, Практический курс Трансерфинга за 78 дней,  
Вершитель реальности.

# Содержание

Взлом техногенной системы	6
Предисловие	6
Часть I. Трансерфинг	11
Вы способны создать себе любой мир	11
Начало трансформации	20
Я все могу!	27
Слайды влюбленных	41
Гидравлика намерения	53
Мириады отражений	62
Poker face	75
Часть II. Техносфера	87
Захват внимания	87
Техногенное сознание	93
Артефакт намерения	101
Страшная тайна	107
Шаг из строя	113
Механика старения	116
Холодно и голодно	126
О мышах и лисицах	139
В здоровом теле здоровый вес	155
Существует два ложных стереотипа	156
Каков же выход из положения?	157
Болезнь – это наводнение	157

Сосуды – иссохшие русла	158
Мышцы – береговые гребцы	158
Что не используется, то атрофируется	159
Ненужных мышц не бывает	159
Что делать?	160
Трансерфинг или трансгрессия?	163
Детский импринт	176
Я видел радугу!	188
Часть III. Биосфера	211
Живые вопросы	211
Жизнь – не химия в пробирке	222
Конец ознакомительного фрагмента.	223

**Вадим Зеланд**

**Взлом техногенной системы**

**+ Трансерфинг реальности**

**+ Практический курс +**

**Вершитель реальности**

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2022

\* \* \*

# Взлом техногенной системы

## Предисловие

Уважаемый Читатель!

Перед вами книга, сотворенная Силой. Не я ее писал, – она меня двигала. Могу это утверждать с полной уверенностью, поскольку, во-первых, написать такое сам я бы не смог. А во-вторых, без поддержки Силы, как следует из названия, это было бы невозможно. Почему? Потому что содержание книги, в чем вы скоро убедитесь, полностью соответствует ее названию. Говорить о таких вещах просто так, без разрешения, никому не позволительно. Можно рассуждать о концах света, об инопланетянах, о приверженцах чему угодно и противниках чего угодно, о любых изъянах и пороках нашего общества, даже о тайном мировом правительстве, которое якобы правит миром. Но ни о каком *взломе самой системы* говорить нельзя. Это табу. Вы разве когда-нибудь слышали о чем-нибудь подобном?

Речь пойдет не об экологии окружающей среды. Есть другая, но не менее серьезная проблема, поскольку она, не раскрываясь пока в явном виде, несет в себе угрозу самому ценному, что есть у человека, – его свободе и индивидуальности. Это вопрос *экологии духа*, который почему-то мало кого за-

ботит. Внимание уводится в сторону вопросов незначимых и несущественных, в то время как мир стремительно меняется с обратной, невидимой стороны. Может показаться, что ничего не происходит. На самом деле происходит *ничто*.

Внешне это никак особо не проявляется – вроде бы все идет своим чередом, наша цивилизация следует путем технического прогресса. В действительности прогресс, в той форме, когда его плоды приносят пользу человеку, уже закончился и двинулся в направлении, выгодном собственно системе как самостоятельно развивающейся структуре. Система, как опухоль, начала активно разрастаться сама, теперь уже независимо от воли человека. Все указывает на то, что данный процесс вышел из-под контроля.

Для человека это не проходит даром, его способности блокируются, возможности резко сокращаются – именно с той целью, чтобы он не мешал системе развиваться так, как ей надобно. Но человек ничего подобного не видит и не чувствует, потому что «операция» проводится под общим наркозом, в состоянии глубокого сна, о чем пациент, опять же, не подозревает. В его сознание прошивается код:

*Сиди на своем рабочем месте, в своей ячейке, и нажимай на кнопки, как положено. Создавай продукты системы и потребляй все, что она дает тебе. Подчиняйся правилу маятника: «Делай, как я». Следуй принципу социума: «Если все так делают, значит это правильно». И не вздумай покидать обций*

*строй. Но главное – будь всегда на связи, в сети. Будь в системе. Не расставайся с необходимыми для этого гаджетами. Внимай входящему потоку информации. Участвуй в общем хоре кликаний и лайканий, чтобы всегда резонировать с паутиной, быть частью ее. Не ищи свой путь – тебя направят. Не думай, не утруждай свою голову – тебе расскажут и покажут. Твое дело – учиться кликать и лайкать на самом что ни на есть примитивном уровне, формировать у себя необходимые условные рефлексy, чтобы правильно лайкнуть в нужном месте в нужное время – кнопкой ли мыши, покупательской корзиной, или избирательным бюллетенем. А когда настанет час, будь готов пополнить многочисленные ряды шагающих общим строем туда, куда... Ну, в общем, тебе укажут куда. Ты, главное, будь готов, винтик.*

Представьте, вы пришли на свою работу или учебу, а там – коллективное сновидение. Все стремятся добиться успеха, но действуют как во сне, на уровне каких-то общепринятых алгоритмов и инстинктов. Вам бы тоже хотелось преуспеть и выделиться из общей массы. Но каким образом вам это удастся, если вы – рядовой винтик, шагающий в общем строю, с такими же, как у всех, сознанием и энергетикой? Сейчас все образованные, все знают «Секрет». И вы знаете. Ну и что? Какое у вас преимущество перед остальными? Ничего. У вас очень мало шансов.

Техногенная система, по своей сущности, абсолютно де-

структивна, как в отношении биосферы нашей планеты, так и для человека. Однако поскольку в мире все стремится к равновесию, на всякое действие, нарушающее гармонию, всегда найдется противодействие. В таком противоборстве и рождается Сила, о которой я упомянул. Речь идет не о том, чтобы сломать систему. Скорей всего, это сделать невозможно, разве что она сама себя разрушит или будет уничтожена каким-нибудь природным катаклизмом.

Зато есть шанс значительно повысить качество своей жизни, если знать принципы работы системы и правила игры, которые объявлены не были. Можно находиться в системе, использовать ее в своих целях и в то же время быть не привязанным к ней.

Представьте теперь другую картину. Ваше сознание свободное и чистое. Энергетика на порядок выше, чем у остальных. Вы перестали думать «как все» и делать «как все». Вышли из строя, не покидая его. Прикинулись сновидящим, но проснулись. Теперь вам уже совершенно ясно, что все вокруг спят, а вы – бодрствуете. Тот, кто выходит из общего строя, всегда получает преимущества:

- Взглянуть со стороны, куда шагают все остальные.
- Избавиться от «прищепок» и стереотипов социума.
- Научиться видеть и понимать то, что другие не видят и не понимают.
- Прекратить, наконец, стремиться быть первым, а стать уникальным.

Когда вы освободитесь от ограничений и условностей, которые навязала вам система, у вас появится шанс отомстить ей за то, что вашу личность снисвелировали. Вы – уникальны, а теперь уже и свободны. Это шикарная привилегия. Пользуйтесь своей привилегией.

# Часть I. Трансерфинг

## Вы способны создать себе любой мир

Сейчас очень модно говорить о том, что мысль материальна. Могу вам как физик авторитетно заявить, что это полная чушь. Мысль нематериальна уже хотя бы потому, что она не фиксируется никакими физическими приборами и не имеет скорости распространения. Как только вы о чем-то подумали, ваша мысль тут же оказалась на краю Вселенной, безо всякой задержки. Электроэнцефалограмма регистрирует мозговые импульсы как результат мыслительной деятельности мозга, но не сами мысли. Точно так же мигание лампочек на компьютере показывает не сами программы, а процесс их обработки. С энергией проще – ее можно зафиксировать, почувствовать и даже увидеть на осциллографе. А вот с мыслями в этом отношении гораздо сложнее. Если кому-то удастся «силой мысли» двигать предметы, то это, опять же, не так. Предметы двигает энергия – вот она – материальна. Мысль – нет.

А вообще, что такое мысль, вы не задумывались? Понятно лишь одно: она несет в себе какую-то информацию. Но что это такое, можете объяснить?

Аналогично нельзя объяснить, что такое бесконечность.

Вот вы представьте, мы двигаемся все дальше и дальше от Земли, выходим за пределы Солнечной системы, за пределы Галактики, пролетаем все звездные скопления, вырываемся за границы нашей Вселенной, потом, возможно, встречаем уже другие вселенные, и так бесконечно – представить невозможно, как ни старайся. Лично в моем уме такое положение вещей вызывает жуткий дискомфорт. Ну как же так?

Мало того, существует еще более неудобный факт: бесконечность и точка – это топологически одно и то же. Представьте теперь, что мы движемся в бесконечность не наружу, а вовнутрь – в молекулу, в атом, пролетаем электроны, вращающиеся вокруг ядра подобно планетам, внедряемся в протон, внутри протона уже кварки пошли, и так далее, тоже бесконечно далеко и долго. Ни конца, ни начала нет, и не отыскать. И нет опоры, фундамента, на который можно приземлить свой разум, чтобы хоть что-то понять.

Что же делать? Приходится довольствоваться моделями, которые хотя бы в первом грубом приближении объясняют, кто мы такие и в каком мире живем. Иначе «наш ум просто с ума сойдет». А ведь оно так и случается: если разум теряет опору в этом мире, его «точка сборки» смещается в какой-то другой, параллельный мир, в результате чего человек, по мнению окружающих, «сходит с ума». Впрочем, как ни объясняй, какие модели ни строй, все равно вопросы как были, так и остаются открытыми.

Модель Трансерфинга тоже является лишь одной из мно-

жества возможных интерпретаций, предназначенной для того, чтобы хоть более-менее внятно растолковать разуму, как обращаться с этой странной и непостижимой реальностью. Единственное утешение в том, что эта модель если и не все объясняет, то, по крайней мере, работает.

Основной принцип состоит в том, что *вы своими мыслями формируете свою реальность*. Казалось бы, почему такое вообще возможно, если мысли нематериальны? А потому что мысли находятся не в голове, а в нематериальном, метафизическом пространстве вариантов, где стационарно хранится все, что было, есть и будет. Мысли – как те же каналы в телеприемнике. А человек – просто совершенный биотелевизор, способный по своему желанию подключаться к тому или иному сектору пространства, где и находятся эти самые мысли – «телепрограммы». И подобно телевизору человек не «генерирует» программы – он их принимает.

Все живые существа в нашем мире «подключены» к какой-нибудь программе. У растений свои программы – строго фиксированные. У тех, кто умеет ползать, плавать, бегать, летать, программы более гибкие, но тоже «прошиты» достаточно жестко, на уровне инстинктов. Один лишь человек способен свободно и осознанно перескакивать с одного «канала» на другой. Но и он не использует эту свою возможность в полной мере, в силу того, что слишком увлекается «сериалом», который «крутится» в реальности. И этот, чаще всего унылый, сериал не прекращается потому, что «пере-

ключатель каналов» заклинило на одной и той же кнопке.

Но ведь человек способен взять свой «пульт» и включить другой канал. Да, реальность изменится не сразу. Сначала по инерции будет крутиться все та же программа. Однако если достаточно продолжительное время упорно давить на нужную кнопку, в старом сериале постепенно начнут проявляться черты новой программы, и в конечном итоге новая реальность полностью заместит собой прежнюю. Вот так материализуются мысли. Единственное условие, которое надо накрепко усвоить, заключается в следующем: *для того чтобы мысльформа материализовалась, необходимо систематически и достаточно долго фиксировать на ней внимание.*

В теории Трансерфинга имеется несколько «демонстрационных» моделей, иллюстрирующих, как *это* работает. Одна из них создана по аналогии с настройкой радиопередатчика на определенную частоту. Вы попадаете на ту линию жизни, параметры которой соответствуют вашему «мысленному излучению». То есть на какую волну настроились, в такой реальности и окажетесь.

Хотя термины «мысленное излучение» и «энергия мыслей», которые я употреблял в первых книгах, не совсем корректны и служат скорей для облегчения понимания, нежели объяснения устройства мира. Мы все время забываем, что стоим перед зеркалом мира, поэтому многое нам представляется перевернутым. Повторяю, мы не «излучаем мысли», а совсем наоборот, – подключаемся к ним, поскольку нахо-

дятся они там, где и положено быть нематериальным объектам – в метафизическом пространстве. Как именно происходит такое подключение, никто не знает. Суть в том, что, во-первых, мы будто подсвечиваем фонариком своего внимания какой-либо сектор пространства вариантов и воспринимаем информацию, которая там находится, отчего нам кажется, будто мысли родились у нас в голове. И во-вторых, если эта подсветка будет длиться достаточно долго, тогда соответствующая мыслеформа воплотится в реальность – материализуется.

Другая модель подобна зеркалу. Окружающая действительность – это зеркальное отражение (ну если не в точности зеркальное, то очень близкое к нему) того образа, который сидит в ваших мыслях. Все очень просто: ваша задача состоит лишь в том, чтобы сформировать такой образ, какой вы хотите увидеть в зеркале. Желаете видеть веселое лицо – улыбнитесь; хотите, чтобы отражение двинулось навстречу, – сделайте шаг вперед. Однако трудность состоит в том, что люди очень легко попадают в плен зеркальной иллюзии. Они как замороженные, не отрываясь, смотрят в зеркало – в окружающую их действительность. И подобно тому, как это происходит во сне, забывают себя – свой образ. У них просто из головы вылетает, что надо следить за образом и осознанно поддерживать его в желаемой форме.

Казалось бы, ну что тут сложного? Оторви внимание от зеркала, переключи на образ, сформируй этот образ, ка-

ким хочешь его видеть, а уж потом наблюдай, что будет твориться в отражении. Но нет, человек все делает наоборот: столкнулся с «суровой действительностью», испугался, поверил, что так оно есть и так будет всегда, принял, зафиксировал в своем ментальном шаблоне и живет теперь в этой мрачной реальности, не в силах оторвать взгляд от зеркала, обратиться взором в себя, в свои мысли, и щелкнуть там хоть каким-нибудь переключателем.

Опять извечный вопрос: что делать? Первое – *поддерживать осознанность*, чтобы зеркало не завораживало, как во сне. Второе – *смотреть не в зеркало, а в себя*. Только при этих двух условиях окружающая действительность, то есть слой вашего мира, начнет потихоньку, не сразу, но постепенно поддаваться. Главное – постоянно и непреклонно удерживать в мыслях нужный образ, что бы там ни творилось в действительности. Все равно отражение, в конце концов, придет в соответствие с образом. Куда оно денется!

На самом деле *вы способны создать для себя любой мир*. Когда ваше внимание, либо осознанно и настойчиво, либо произвольно и навязчиво, фиксируется на каком-то мысленном образе, окружающая вас реальность начинает трансформироваться. Происходят странные вещи. То, на чем вы заостряете внимание, буквально заполняет ваш мир и принимается то и дело попадаться на глаза. А другие вещи, прекратившие владеть вашими мыслями, напротив, куда-то бес-

следно исчезают. Как такое может быть? Ведь реальность на всех одна?

Не совсем так. Она-то одна, но у каждого имеется свой, отдельный *слой* этой реальности. *Меняется не общая реальность – меняет конфигурацию слой вашего мира.* Рядом с вами другой человек может существовать совсем в иной реальности. Это может казаться невероятным, но это действительно так. Просто весь мир очень многообразен. Этого многообразия хватает на множество всевозможных конфигураций для отдельного слоя. Своими мыслями вы строите уникальную, индивидуальную *версию* своего мира. Туда попадает или не попадает то, что присутствует или отсутствует в ваших мыслях.

Так женщина, которая ненавидит пьяных, постоянно сталкивается с ними в реальности. Как известно, *что вас раздражает, то владеет вашими мыслями.* Да еще и поляризация от избыточного потенциала вступает в действие – раздражители так и прилипают на слой вашего мира, словно железные опилки на магнит. В итоге, если наша особа преуспеет в своей ненависти к пьянчугам, они тотально заполонят ее слой. В мир этой бедной женщины вторгнется буквально прорва шатающихся, валяющихся и пристающих к ней алкоголиков. И все мужья у нее будут алкоголиками. И дети тоже.

Аналогично мужчина, который где-то в глубине души осознает, что далек от совершенства, а потому всячески старается убедить себя, что все бабы шлюхи или в лучшем слу-

чае дуры, будет снова и снова нарываться именно на таких. Женщины «высшей лиги» будут обитать далеко за пределами его слоя, потому что он сам сделал свой выбор и объявил об этом миру.

Похоже на фантастику? Нет, это и есть – зеркальная реальность, в бесконечном множестве ее проявлений. Быть может, кому-то картина нашего мира, которую я нарисовал, покажется пугающей. Но пусть вас это не беспокоит. Все это лишь внешняя, видимая сторона дуального зеркала. Реальность, которая скрыта от нашего взора, еще более пугающая.

## **Резюме**

■ Мысли нематериальны, они находятся не в голове, а в метафизическом пространстве.

■ Мысли подобны телевизионным каналам.

■ Человек не генерирует и не излучает мысли, а подключается к ним, как биотелевизор.

■ Человек способен осознанно и намеренно переключаться с одного канала на другой – управлять ходом своих мыслей.

■ Человек не использует эту свою способность в полной мере, в силу того, что слишком увлекается «сериалом», который «крутится» в реальности.

■ Мыслеформа – это фиксированная «телепрограмма», к которой человек может подключиться и транслировать в окружающий мир.

■ Для того чтобы мысльформа материализовалась, необходимо систематически и достаточно долго фиксировать на ней внимание.

■ Реальность на всех одна, но у каждого человека имеется свой, отдельный слой реальности.

■ Своими мыслями вы строите уникальную, индивидуальную версию своего мира.

■ Туда попадает или не попадает то, что присутствует или отсутствует в ваших мыслях.



### **Заметки на полях**

*Главная ошибка человека состоит в том, что он выступает в роли пассивного зрителя – смотрит завороченно в зеркало реальности, не в силах оторвать от него свой взор. Подобно биотелевизору он смотрит телепередачи, навязанные ему извне. Почему так происходит, вам станет окончательно понятно лишь к концу книги. Чтобы создать свой мир, нужно смотреть не на внешний экран (в зеркало), а на внутренний (в себя). Не принимать чужие телепередачи, а транслировать свои.*

# Начало трансформации

Теперь вопрос: как задать нужную конфигурацию своего слоя? Очень просто. Возьмите листок бумаги и напишите мыслеформы – лаконичный портрет окружающего вас мира и вашего места в нем, буквально в нескольких фразах, как бы вам хотелось это видеть.

Например: «Я забочусь о своем мире, а мой мир заботится обо мне. Мой мир всегда обо всем позаботится и все устроит. Мне не о чем беспокоиться. У меня все идет как надо. Постепенно моя планетка превращается в уютный уголок. Мне все удастся. Я отлично выгляжу, и с каждым днем все лучше и лучше. Я очень обаятельная личность, от меня исходит внутренний свет, люди это чувствуют и испытывают ко мне симпатию. У меня отличное здоровье, мощная энергетика и суперинтеллект. Я легко справляюсь с любыми задачами. И Сила со мной, Сила ведет меня, поэтому я все делаю гениально и блестяще».

И так далее, можете переделать на свой лад, конкретизировать, дополнить, расширить: к чему стремитесь и что хотите получить в итоге. Так вы создадите своего рода конфигурационный файл, типа `config.sys`, для «операционной системы» вашего мира.

Записать именно на бумаге такую вот конфигурацию вашего мира будет нелишним уже потому, что это системати-

зирует и упорядочит мысли. Вы наверняка никогда не сядились и не задумывались специально, какой бы вам хотелось видеть окружающую действительность. Вот и сформулируйте свое видение.

«Конфигурационный файл» вам понадобится на первое время, пока все записанные параметры не пропечатаются четко в вашем уме. Только не вешайте этот листок на стену для всеобщего обозрения. Ваши мыслеформы – это интим между вами и вашим миром, вместе с которым вы их будете реализовывать.

Теперь о том, что с этим делать дальше. Первое. Всякий раз, когда вы смóтрите на мир (то есть в зеркало), смотрите на него через призму заданной конфигурации. Или другими словами, сначала в себя, а лишь потом в зеркало. Что бы там снаружи ни творилось, вы должны фиксировать луч внимания на том, что вас устраивает и что вам нравится, и в то же время старательно отводить этот луч от тех вещей, которые раздражают или мешают. Пусть они будут, эти помехи. Пока. Вам нет до них дела. Вы от них просто отворачиваетесь. Скоро весь этот мусор сдует с вашей планетки.

Например, так можно отфильтровать людей, с которыми вам приходится сталкиваться. Задерживайте свое внимание на приятных и красивых людях – женщинах, мужчинах – кто и что вас больше интересует. Любуйтесь ими, общайтесь с ними, улыбайтесь им, доставляйте себе удовольствие от их общества. А тех, кто вам неприятен, просто вежливо терпи-

те, прикрывая на них веки и сдавая себя в аренду. И уж тем более если общаться с ними нет надобности, просто избегайте их, отворачивайтесь, проходите мимо, не останавливайтесь на них луч внимания. Постепенно ваш мир будет заполнен приятными людьми повсюду и, что самое удивительное, даже в тех местах, где на приятное общество рассчитывать не приходится.

Не всегда все будет получаться гладко и так, как бы вам хотелось. Время от времени вам придется сталкиваться с негативными аспектами реальности. Но вы все равно спокойно и методично пропускайте весь этот хлам через фильтр своей конфигурации. Все равно упрямо твердите себе, что мир лучше знает, как о вас позаботиться, и все идет как надо, потому что принцип координации намерения, если ему следовать, работает безотказно.

Второе. Декларируйте свои мыслеформы при всяком удобном случае, особенно когда находите им подтверждение. Отводите для этого специальное время, а также носите мыслеформы с собой постоянно, в фоновом режиме, чтобы повторять их почаще, как молитву. Таким образом, вы, во-первых, научитесь управлять ходом своих мыслей, что равносильно тому, чтобы управлять реальностью. А во-вторых, преобразуете окружающую вас действительность к тому виду, какой вам нужен.

Буквально это следует понимать так. Вы вставляете в свой «кинопроектор» нужную «киноленту» и крутите ее система-

тически, постоянно. Пусть мысли иногда уходят в сторону, пусть иногда включаются негативные ленты, – не боритесь с этим, просто спокойно и педантично возвращайтесь к своей картине опять и опять. В результате, какая лента будет крутиться в вашем виртуальном проекторе, такое кино вы и будете смотреть в реальности.

Не важно, как вы будете произносить мыслеформы – вслух или про себя. Слова – вторичны, они – всего лишь дребезг воздуха. Значение имеют только мысли, притом лишь те, что транслируются постоянно, систематически. Если вы станете дни напролет ходить словно живой телеприемник и транслировать одну или несколько намеренно выбранных и фиксированных программ, слой вашего мира постепенно придет к заданной конфигурации.

Подчеркиваю, мыслеформы необходимо транслировать систематически. Это конкретная работа, а не витание в облаках. И это единственный «Секрет», который вы должны знать и который секретом вовсе не является. Никаких тайн. Все эзотерические знания в открытом доступе, хоть и не для всех. Тот, кто эту «тайну» для себя открыл, становится Вершителем своей реальности. Вся сложность лишь в том, что результат проявляется не сразу, и нужно иметь терпение и упорство, чтобы непреклонно, и пусть даже пока вслепую, посылать Вселенной правильную, свою конфигурацию, несмотря на то, что там, опять же пока, творится совсем не то, чего бы желалось.

Следует еще знать, что мысли, которые прокручиваются механически, неосознанно и бездумно, не имеют большой силы. Внешнее намерение запускается только мыслями, идущими от сердца, произносимыми с чувством, в единстве души и разума.

Добавочную силу приобретают мыслеформы записанные. Недаром говорится: «Что написано пером, то не вырубишь топором». Когда вы не просто продумываете что-то, но добавок декларируете это в письменной форме, душа и разум активизируются и стремятся прийти к единству. По этой причине у писателей нередко в жизни реализуются сюжеты, события, люди, о которых те пишут в своих книгах. Могут этот факт лично подтвердить.

В письме, особенно если оно составлено с чувством и адресовано конкретному лицу, содержится сила мысли в квадрате. Так что надо иметь в виду, с посланиями следует обращаться осторожно. Сейчас повсюду в Интернете наблюдается типичная картина: кто-то, в стремлении излить свою желчь, посылает всем либо одному человеку какую-нибудь свою ругательную, пренебрежительную или враждебную мыслеформу. Если вы бывали на виртуальных площадках для общения, то знаете, там всегда найдутся люди, которые захотят вас чем-нибудь уколоть, опустить вас, испортить настроение. Это не значит, что эти люди плохие, скорее наоборот, зачастую они одиноки и несчастны, отчего и пытаются каким-то образом самоутвердиться за чужой счет либо

повесить свои проекции на других.

Казалось бы, ну столкнулся ты с тем, что тебе не нравится, так проходи мимо, и отправляйся туда, где тебе хорошо, и бери то, что тебе по душе. В любом случае, если кто-то что-то сказал или создал, наверно, это кому-то нужно, и, наверно, тому были причины, как верно и то, что чужое имеет такое же право на существование, как и твое, которое ты с гордостью лелеешь. Но нет, этот человек не пройдет просто так мимо. Он обязательно «поставит территорию», напачкает и лишь потом, довольный собой, отправится дальше.

Я на таких людей смотрю с благоговейным ужасом, как на членовредителей. Им и в голову не приходит, что, если они своим недружелюбным выпадом или критиканством доставили кому-то несколько неприятных минут, это неизбежно вернется к ним бумерангом. А как же иначе? В той или иной форме, а возможно, и в еще большей степени, обязательно вернется. Это все равно что выплескивать помой из ведра против ветра. Разница лишь в том, что бумеранг не сразу возвращается, и не всегда таким, как его запустили. Поэтому люди, не видя причинно-следственных связей, не понимают, что платить, то есть получать по носу, все равно придется, и продолжают раскидывать мусор по своей же планетке.

Совершенно очевидно, бросать в кого-то злобный бумеранг чисто практически очень невыгодно. Наоборот, вместо того чтобы напачкать, не лучше ли оставить на этом месте цветок? Послать кому-нибудь слово поддержки, участия,

благодарности. Несмотря на то, что иногда очень хочется излить свою желчь, лучше этого не делать. Лучше пройти мимо либо намеренно перевернуть свое отношение – с минуса на плюс. Как ни странно, «переконфигурировать» свой бумеранг со зла на добро очень легко – в любой момент – стоит лишь проснуться, понять и захотеть. Доброе послание будет таким же сильным, каким могло бы быть злобное, и удовлетворения отправителю доставит куда больше – как в эту минуту, так и потом. Ведь бумеранги любви и добра, – они ведь тоже возвращаются? Еще как!

## **Резюме**

■ Конфигурационный файл выполняет важную функцию – он упорядочивает и проясняет мысли, желания, цели.

■ Смотрите на мир через призму заданной конфигурации.

■ Фиксируйте луч внимания на том, что вас устраивает и что вам нравится, уводя его в сторону от тех вещей, которые раздражают или мешают.

■ Декларируйте свои мыслеформы при всяком удобном случае, особенно когда находите им подтверждение.

■ Какая лента будет крутиться в вашем виртуальном проекторе, такое кино вы и будете смотреть в реальности.

■ Мыслеформы необходимо транслировать систематически.

■ Мыслеформы записанные приобретают добавочную си-

лу.

■ Принцип бумеранга: если не хотите увидеть в отражении враждебность, агрессию, осуждение, неприятие – не отправляйте туда соответствующие образы.



### **Заметки на полях**

*Конфигурационный файл приведет в порядок ваши мысли. Далее, с одной стороны, вы узким лучом своего внимания отфильтровываете только годное из всего, что попадает к вам в слои вашего мира, а с другой – намеренно транслируете в окружающую действительность все то, чего там пока не хватает, но что бы вам хотелось там видеть. Вы становитесь как бы одновременно и прожектором, и кинопроектором. Это первые шаги вашего чудесного превращения из приемника в транслятор. Вы увидите, как вслед за вашим преображением последуют качественные изменения в вашей реальности.*

## **Я все могу!**

Итак, мы имеем четыре методики, с помощью которых можно трансформировать слой своего мира: *конфигураци-*

*онный файл, луч внимания, кинопроектор и бумеранг*. Рассмотрим, как происходит трансформация на конкретных примерах.



Есть ли какое-нибудь объяснение тому, что три дня подряд я натываюсь на кошек? То соседская на глазах умирает; то на следующий день в фильме (первый раз за год пошла в кино) тоже кошка умерла; то на балкон (пятый этаж!) забредает неизвестный черный кот и орет ночью; и т. п. Вообще я стала замечать много взаимосвязей, точнее, повторяющихся слов, вещей, действий, но не понимаю, к чему все это.

Все очень просто: в слое вашего мира накапливается то, на чем вы фиксируете внимание. Сначала, подобно приемнику, ловите из входящего потока информации какой-то сигнал, а затем, если он завладел вашим вниманием, начинаете его транслировать, отчего сигнал, по цепочке обратной связи, становится все сильнее.



Я ищу работу. Все предложения мне делают крупные западные компании (как я и хочу), но это сигаретные или пивоваренные компании. Я не пью, не курю и четко решила для себя, что не хочу в них работать –

это против моих правил. Но мне упорно продолжают поступать предложения от таких контор. Когда меня спрашивают друзья о том, как дела с работой, я всем говорю, что предложения только от «сигаретников» и пивоваров. Может быть из-за того, что всем это повторяю, я сама и привлекаю именно те компании?

Ваши мысли владеет то, чего вы активно не приемлете. Вы не просто отказываетесь – вы продолжаете упорно повторять свой отказ, а значит, фиксируете внимание, потому и получаете соответствующую реализацию в зеркале реальности. Можно не курить и не пить, но при этом спокойно относиться к тому, что другие это делают. Почему бы не позволить другим быть другими?



В последний месяц постоянно «222» на глаза попадают. Интуитивно как-то. Бывает, смотрю куда-то, например на километраж, а там по 3–4 одинаковых цифры (и не только двойки). Когда смотрю на часы, цифры так же повторяются странным образом: 11–11, или 22–22, и так очень часто. Раньше такого не было, а в последние несколько месяцев – постоянно. Что могут означать знаки в виде цифр?

Ровным счетом ничего. В слое вашего мира преобладает то, что попадает в луч вашего внимания, особенно если это вас удивляет или раздражает. Примеров можно привести

сколько угодно. Если вы испытываете отвращение к бомжам, они постоянно будут попадаться вам на глаза. Если вам досаждают соседи или попутчики, вы обязательно будете с ними сталкиваться. Если вам нравятся красивые девушки, и вы заглядываетесь на них, такие станут встречаться еще чаще. Если вы очень злитесь, когда вас обсчитывают в магазине или подсовывают плохой товар, это будет повторяться снова и снова.

В данном случае вы зафиксировались на цифрах. Началось все с того, что вашим вниманием завладело попавшееся на глаза симметричное число. Ваши мысли, так или иначе, отражаются в зеркале мира и реализуются в окружающей вас действительности. Поэтому через некоторое время вам опять встречается странное число. Вы уже удивляетесь, а душа и разум всегда сливаются в единстве, если чувство достаточно сильное, в результате чего перед зеркалом возникает четкий образ. Дальше процесс идет по нарастающей. То, на чем зафиксировано ваше внимание, буквально *заполняет слой вашего мира*.

Обыденный человеческий разум едва ли поверит в то, что мысли таким вот образом способны формировать окружающую действительность. Так и хочется все списать на избирательность восприятия, не правда ли? Неужели я, своими мыслями, создаю этих бомжей, соседей, красавиц? Да они и так объективно существуют, а я чрезмерно заостряю на них внимание, вот они и мозолят мне глаза!

Однако все не так просто. Избирательность восприятия действительно имеет место, но это лишь половина дела. Если вы понаблюдаете, то с удивлением обнаружите очень странный феномен: когда что-то перестает вас трогать, оно исчезает из вашей жизни, и наоборот, стоит вам на что-либо «запасть», как оно начинает неотступно преследовать. Причем совершенно отчетливо видно, что восприятие здесь ни при чем. Вы прекратили обращать внимание на бомжей, и те стали попадаться очень редко – куда же они подевались? Вы нашли себе пару, успокоились, и красивые девушки уже встречаются не так часто – их что, меньше стало? Вы смирились с тем, что вас раньше очень раздражало – мусор на улицах – и улицы вдруг стали чище. Почему?

Объясняется это тем, что у каждого человека слой мира имеет определенную автономность, или «отдельность». Все эти слои накладываются и пересекаются между собой, но в то же время двигаются независимо друг от друга в ту сторону, куда их притягивает *луч внимания владельца*. Реальность на всех одна, как стол, но карты на этом столе перемешиваются. Как только владелец слоя фиксирует луч своего внимания на определенном объекте, его слой (карта) начинает движение в ту область, где имеется большое скопление таких объектов. Действительно, вы не материализуете всех тех персонажей, на которых сконцентрированы ваши мысли – это слой вашего мира «едет» туда, где их больше.



Я пишу музыку и тексты в стиле рэп. Очень часто бывало так, что события, о которых я писал, потом происходили в действительности либо со мной, либо с кем-то другим. У меня было почти шоковое состояние, когда я узнал об одном случае из новостей, который я описывал в своем тексте за неделю или две до этого. Этот текст был типа story-telling и полностью вымышленным, то есть большой куплет, в котором рассказывается придуманная мной ситуация под музыку и в рифму. Такие ситуации были уже не раз и не два, и я теперь более аккуратно с этим обращаюсь. Теперь я понял, почему такие исполнители, как 50cent, заработали большое состояние на своем рэпе, – они напевали тексты о своем достатке еще задолго до его появления. Теперь я буду осознанно выбирать темы и фильтровать то, что пишу.

Комментарии излишни.



В мире происходят массовые стихийные бедствия. Если я правильно понял, все, что с нами случается, – результат наших мыслей. Допустим, у одного человека могли быть мысли о том, что с ним что-то случится, но нельзя же утверждать, что то же самое было в голове

у всех людей, попавших в катастрофу?

Мнение о том, будто все, случившееся с нами, является результатом наших мыслей – это не Трансерфинг, а так называемая «чистая эзотерика», то есть метафизика, возведенная в абсолюте. И мнение это – ошибочно.

Мы живем в дуальном мире, который состоит из физической и метафизической составляющих, поэтому нужно учитывать и то и другое. В «уравнении физической реальности» слишком много переменных. Когда происходит некое особое стечение обстоятельств, в результате которого реализуется какая-нибудь фатальная переменная, в жизни любого, даже очень позитивно настроенного человека может случиться всякое. Разве удастся полностью избежать землетрясений, если живешь в сейсмоопасной зоне? Можно говорить лишь о *корреляции* ваших мыслей с *вероятностью* несчастного случая.

К тому же вы существуете не один в этом мире. Слои многих людей пересекаются во времени и пространстве. Поэтому невозможно полностью изолировать слой своего мира и обустроить его чисто, без внешних примесей. Конечно, чужие примеси будут всегда, от них никуда не денешься. Но что касается катастроф и бедствий, если не будете обращать внимание на такие новости, тогда *с большой долей вероятности* в слой вашего мира они не проникнут.



Если слой моего мира формируется по большей части моими мыслями, тогда выходит, что, если я по поводу чего-то хоть капельку вождедею (т. е. боюсь, что не выйдет), у меня, по идее, вообще ничего не должно получаться.

Наш мир устроен не настолько примитивно, чтобы реагировать как автомат, по принципу «либо да, либо нет». Реальная действительность складывается из мириад единиц и нулей. В результате получается сложная система, в которой все одновременно и детерминировано и случайно. Казалось бы, случайностей быть не должно. Любое следствие имеет свою причину. Однако *в силу сложности системы на деле мы наблюдаем не детерминированное, а вероятностное поведение реальности*. И мы сами тоже не так просто устроены. У нас нет в голове лампочки, которая либо горит, либо не горит. Наша психика гораздо сложнее. А наше взаимодействие с реальностью – еще на порядок сложнее.

Поэтому, когда строятся предположения о том, «что будет, если», речь идет не об абсолютных законах и строгих алгоритмах, а о тенденциях и вероятности. Вы разве не обратили внимания, что в Трансерфинге нет законов, а есть только принципы? Например, чем сильнее вожделение (желание и одновременно боязнь), тем меньше вероятность получить

желаемое. Но никто ведь не утверждает, что вы точно ничего не добьетесь, если будете хоть немного бояться. И напротив, если у вас будет это самое «горчичное зерно веры», вы можете горы свернуть. Но опять же, никто вам не скажет, сколько именно этой веры требуется, чтобы получить результат. «Горчичное зерно» здесь, конечно, метафора.

Так что ничего абсолютного нет. И слава богу, потому что иначе, если бы любое желание или малейший страх сразу же осуществлялись, в мире воцарился бы хаос.



Получаю со всех сторон информацию о грядущих катаклизмах и готовлюсь встретить это дело. Ощущаю себя сталкером. Хожу по улицам, и такое чувство, будто я в каком-то чужом мне мире нахожусь. Все крутится, вертится, магазины продают кучу всякого хлама, совершенно ненужного и неприятного. Запахи, звуки неестественные... Проблемы людей кажутся несущественными... Цивилизация схлопывается в матрицу? Очень неуютно.

Сталкер должен наблюдать за всеми этими матричными проявлениями отстраненно. Пусть себе будут. Вы не сможете все это как-то «победить». Наоборот, с таким отношением наберете в свой мир лишнего хлама. Не стоит проявлять неприятие к тому, что вам не нравится и активно выражать свое недовольство, или, пуще того, вступать в битву с маят-

никами. То, к чему вы питаете неприязнь, обычно владеет вашими мыслями, а следовательно, наполняет слой вашего мира в избытке. Нужно, наоборот, принять то, что вас раздражает (как бы просто «к сведению»), пропустить через себя и помахать на прощание ручкой. Когда вы это отпустите, оно вас тоже отпустит.



Хочу задать вопрос по поводу злого намерения. Вы писали, что это плохо кончится для того, кто направил такое намерение. Хотелось бы узнать, почему так происходит? Ведь если у меня твердое убеждение, что я при этом не пострадаю, тогда для меня так и должно быть? Что за сила здесь действует? Закон космической справедливости, который карает преступника? Но ведь вы говорили, что кармы нет? И существует ведь черная магия, адепты которой отдают себе отчет о своих действиях и не боятся быть наказанными?

Кармы не существует – для вас, – если ее нет в вашем «конфигурационном файле». Карма – это вещь субъективная, так же как и судьба. Кто смирился с тем, что судьба predetermined, так оно и будет – для него. Для того же, кто взял управление судьбой в свои руки, она будет управляема.

Существует, однако, объективный закон бумеранга: если кинете кому-нибудь недоброе пожелание, оно к вам вернется, так или иначе, в той или иной форме. Ведь мир – это зер-

кало – «как аукнется, так и откликнется».

С черными магами ситуация иная. Они действуют не прямо, а через посредство своих маятников, поэтому бумеранг к ним не возвращается. Так что, если хотите кому-то досадить, нужно уметь использовать соответствующий маятник либо совсем не заниматься такими вещами. Невыгодно.



Несколько лет я учился в разных центрах духовного развития. Но по прошествии некоторого времени стал замечать, что, несмотря на всю действенность методик, они не приближают меня к основной цели – беспроblemному существованию. Получалось «топтанье на месте с подпрыгиваниями». Меня такой результат не устраивал. Притом, что лично у меня результаты после почти семилетней практики «подпрыгивания» были вполне впечатляющими – я мог сносно управляться с погодой, например останавливать дождь, материализовывать земельные участки, машины и т. д. Однако постоянной волны удачи, беспроblemного существования не получалось. За успехом все равно шло поражение.

Для того чтобы привести слой своего мира в устойчивое, беспроblemное состояние, необходимо систематически, с неизменным постоянством практиковать принцип координации намерения и технику амальгамы, которые описаны

в книге «Трансерфинг реальности». *Весь секрет – в постоянстве.* Зеркало работает с задержкой, поэтому стабильная реальность создается не разовыми усилиями, а устоявшимися привычками и образом мышления. Амальгама и координация должны войти в привычку. Это необходимо и достаточно для того, чтобы непрерывно скользить на волне удачи. Все просто: требуются постоянство и последовательность в мыслях и действиях. Однако люди, по обыкновению, действуют непоследовательно – быстро загораются и быстро остывают, отчего и получают в своей жизни череду черных полос, иногда прерывающихся временными «подпрыгиваниями».



Потеряла состояние целостности и внутренней радости. Пытаюсь вспомнить, как это было, ощутить, но ничего не выходит. В голове много мыслей, они переплетаются, и ни одной завершенной идеи. Я не паникую, но мне это состояние очень не нравится. Что можно предпринять в такой ситуации? Я знаю, чего хочу: уверенности, душевного комфорта и радости.

Необходимо *выправить реальность* – вывести слой своего мира из мутного облака на чистую область пространства вариантов. Как это сделать?

Имеется один рецепт, простой, как все гениальное. Когда

ребенок плачет, как его успокоить? Уговоры не действуют. Надо повозиться с ним, проявить заботу, участие, уделить ему внимание. Так вот, когда вам плохо – это ребенок плачет внутри вас. Позаботьтесь о нем. Несмотря на то что многие из нас выглядят серьезными, солидными, крутыми и т. д. – все мы, в сущности, остаемся детьми. Вспомните об этом. «Покатайте себя на карусели», что означает «займитесь тем, что вам больше всего нравится». Возьмите для исправления реальности специальный тайм-аут, в течение которого вы будете просто отдыхать, не думая о проблемах. Скажите себе: «Сегодня мы с моим миром идем гулять!» Это время стоит того, ведь слой очистить необходимо – от него многое зависит. Купите любимое лакомство: «Кушай-кушай, мой хороший, поправляйся». Посвятите весь день себе, своим удовольствиям. Поухаживайте за собой, заботливо уложите себя в кроватку: «Спи, мой хороший, твой мир обо всем позаботится».

Спустя какое-то время вы почувствуете, как окружающая действительность начинает приобретать все более теплые, уютные оттенки – слой выходит из мутной области. После этого постарайтесь приложить некоторые усилия, чтобы *принцип координации намерения*, а также техники трансформации реальности – *конфигурация*, *луч внимания*, *кинопроектор* и *бумеранг* – вошли в привычку, стали образом ваших мыслей и мировосприятия. И однажды наступит день, когда вы себе скажете: *я все могу*.

## Резюме

■ В слое вашего мира накапливается то, на чем вы фиксируете внимание.

■ Вашими мыслями может завладеть то, чего вы активно не приемлете.

■ Когда что-то перестает вас трогать, оно исчезает из вашей жизни, и наоборот, стоит вам на что-либо «запасть», как оно начинает неотступно преследовать.

■ Слой мира двигается туда, куда его притягивает луч внимания.

■ Вы способны сыграть любую пьесу в любых декорациях.

■ В то же время не все определяется одними лишь мыслями, поскольку мир дуален, а так же потому что слои разных людей могут пересекаться.

■ В силу сложности системы мы наблюдаем не детерминированное, а вероятностное поведение реальности.

■ Стабильная реальность создается не разовыми усилиями, а устоявшимися привычками и образом мышления.



### Заметки на полях

*Далее мы на конкретных примерах разберем типичные вопросы, которые возникают в процессе*

## **Слайды влюбленных**



Можно ли в целевой слайд вставлять конкретного человека?

Обустривая слой своего мира методами Трансерфинга, вы материализуете из пространства вариантов все, что намерены иметь. Это аналогично тому, как вы ходите в магазин и приносите оттуда в дом необходимые вещи. Пространство вариантов действительно содержит все блага, которые можно материализовать: дом, автомобиль, яхта, успешное продвижение по карьерной лестнице и т. д. Это шаблон, в котором хранятся сценарии и декорации. А существует ли нечто такое, чего там нет?

Там нет вашей любви или ненависти, вашего душевного комфорта или угнетенности, радости или грусти. Понимаете, чего там нет? Там нет вашей души. И знаете, в чем разница между реальными людьми и персонажами пространства вариантов, с которыми вы встречаетесь в сновидениях? В том, что у тех персонажей, в отличие от людей, отсутствуют душа и самосознание. Они – просто шаблоны, манекены, или псевдоживые программы. Если в осознанном сновидении вы по-

попробуете задать кому-либо из них вопрос наподобие «А вы знаете, что я сплю, а вы мне снится?» – ничего, кроме глупого смеха, в ответ не услышите, потому что они не способны понять смысл таких вопросов. Персонажи сновидений действуют по заданному сценарию, как герои компьютерной игры или фильма. Что прописано для них на данной киноленте, которую вы в данный момент смотрите, то и будет.

Конечно, таких кинолент, с различными сценариями, – бесчисленное множество. Поэтому поведение персонажей может пластично меняться, в зависимости от ожиданий разума, который выступает и в роли зрителя, и в роли кинемеханика (генератора идей). Разум, когда смотрит сновидение, своими ожиданиями и представлениями вносит мгновенные коррективы в сценарий, отчего и кинолента в тот же миг меняется. В результате возникает иллюзия, будто сон человек не смотрит, а проживает, как реальную жизнь. Но все же это иллюзия. Все, что там происходит, – не является реальностью, хотя в то же время существует реально и объективно (по аналогии: кино – иллюзия, а кинолента в коробке – реальность). И персонажи там – не живые, а бездушные шаблоны.

Что происходит, когда вы вставляете конкретного человека в свой слайд? Вы подсвечиваете лучом внимания киноленту из пространства вариантов с персонажем данного человека – его шаблоном. Но что толку? Ведь его – живого – там нет. Это все равно что смотреть кинофильм и думать,

что общаешься с героем картины в действительности. Точно такая же ситуация с вызовом «духов умерших». Участники спиритических сеансов наивно полагают, что общаются с «умершими» – людьми, которые когда-то умерли и теперь обитают где-то в потустороннем мире. На самом деле те «лица», так скажем, с которыми они общаются, никогда не рождались и никогда не умирали. Это все те же персонажи сновидений – слепки, копии, киноленты, которые как лежали, так и продолжают лежать где-то на полках пространства вариантов. А вот сами подлинники – души умерших – уже либо давно возродились в новом теле, либо витают в сферах, к которым только Богу открыт доступ.

В принципе, конечно, можно крутить слайд, в котором вы вместе и любите друг друга. Это сценарий, а следовательно, в пространстве вариантов он имеется, и его теоретически можно вытащить из метафизического мира в физический, то есть материализовать. Но повторяю: другой человек – это не пассивный предмет, а живое существо, которое активно реализует свое намерение. Может быть, у вас что-то и получится со слайдом, но это будет малоэффективно, потому что живой человек не сидит стационарно в пространстве вариантов, а все время куда-то бежит. Пока вы будете его «слайдить», он быстренько найдет себе более «земного» партнера.

Вообще, оказывать влияние на людей противоречит принципам Трансерфинга. В магазине вы можете выбрать какой угодно товар. Но если вы там попробуете кого-нибудь схва-

тить за локоть и увлечь за собой, что из этого выйдет? Вот в этом и вся проблема. А может быть, человеку вовсе не нужны ваши слюни, которые вы потенциально стараетесь ему навязать в своем любовном слайде?

Я не знаю, какие тут действуют механизмы, но, скорей всего, душа человека, которого «слайдят», это чувствует. И если ей это не понравится, человек может почувствовать к вам неосознанное отвращение. Вы этого хотите? Так что лучше не экспериментировать с метафизикой, а наладить прямой контакт, используя принципы фрейлинга. Межличностные отношения – это тот случай, когда нужно общаться с живым человеком, а не летать в облаках и мечтах. А если пока никого на примете нет, используйте слайд с некой абстрактной личностью, идеалом. Тогда в определенный момент вы повстречаетесь с человеком, близким к этому идеалу.



А если я представляю человека радующимся («энергетический деликатес») – почему в этом нет никакого нарушения? Вы писали, что это подарок на ментальном уровне. В моем конкретном случае этот человек – девушка. Я просто пытаюсь представлять, как дарю ей любовь, не ожидая ничего в ответ. Но если «слайдить» конкретного человека нельзя, то почему дарить энергетический подарок – можно, ведь это тоже

представление человека в несвойственной для него ситуации?

Вы дарите ей любовь! А вы уверены, что она нуждается в вашей любви? Разве в технике энергетического подарка сказано, что это вы должны доставлять человеку удовольствие? Там говорится, что надо представить человека в ситуации, когда он сам доволен: катается на велосипеде, сидит с кружкой пива, играет в футбол и т. д. Ваше присутствие в этой картине совершенно излишне. В книге также говорится, что нужно еще угадать, какой преподнести подарок. А для этого необходимо проявить к человеку искренний интерес: в какой ситуации он почувствует себя комфортно, чего ему недостает? И это не слайд как таковой, а ваш энергетический подарок. Человек испытывает удовольствие рядом с вами, потому что ваше энергетическое излучение содержит в себе то, чего ему не хватает.

Надо внимательней читать книги. Именно читать, по крайней мере, первый раз, а не слушать. Потому что тот, кто слушает, многое буквально пропускает мимо ушей. И читать нужно именно книгу, а не электронный текст. Книга – живая сущность. Когда вы с ней общаетесь непосредственно, она вам помогает. Это абсолютно достоверный факт.



Каким образом действовать в том случае, если целью является человек, потенциальный партнер в любовных отношениях? Моя цель – найти человека, который полностью удовлетворял бы моей потребности во взаимной любви. Визуализировать образ мне в достаточной степени неплохо удается. Но это длится уже достаточно долго, а знаков или каких-то наметок на изменение ситуации нет. По правде говоря, я живу визуализацией целевого слайда уже больше десятка лет.

Причин тому может быть две. Первая: холостая визуализация. Слайд должен держаться на «пленке» намерения. Вам необходимо не просто представлять в мыслях картины исполнения желаний, а именно намереваться получить результат, да и ноги передвигать в направлении к цели. Вторая: вы проходите мимо открывающихся дверей, словно ваши глаза и уши закрыты. Если в какой-то мере имеют место обе причины, то ситуация следующая.

Я собрался в лес по грибы. Блуждаю там и представляю, как много грибов собрал, как приготовил их и съел. Слайд – идеальный, во всех отношениях. Не хватает лишь одного: все мои мысли и действия заняты только визуализацией – я просто мечтаю, глаза на верхушки деревьев, а под ноги и не смотрю вовсе. А может, и корзинку дома оставил. Или вообще, «собираю грибы», лежа на диване. Грибы на диван сами не припрыгают, нужно все-таки пойти и собрать их.



Никак не могу принять себя. То есть принять и полюбить. Для этого вечно ставлю себе условия: вот была бы я красивой, тогда любила бы себя, и т. д. В глубине души понимаю, что все это нелепые условности. Но дело в том, что у меня есть определенные недостатки во внешности: шрам на губах, неровный нос... Хотя, по правде сказать, девушка я вполне симпатичная, но вот эти недостатки все портят. Вернее, не они сами, а мое к ним болезненное отношение. Все время считала, что из-за внешности останусь одна.

Но в 20 лет вышла замуж, родила дочь. И все же, постоянно чувствовала, что делаю что-то не то. Муж мой был прекрасным человеком, добрым, заботливым, а главное, любил меня и дочь. Мне казалось, я тоже его люблю. Но... сколько помню, все годы в браке ощущала себя несчастной. Все время беспричинно плакала. А объяснить причину слез не могла. Только чувствовала, что душа горько плачет, как ребенок.

И вот однажды друг семьи принес нам аудиокниги по Трансерфингу. Я заинтересовалась очень, начала крутить целевой слайд. И что же? Сработало. Но... то, как я это делала... может, и нельзя было так делать. Я представляла себя счастливой, любимой, а главное, любящей, но только с другим человеком, не с мужем.

И все пошло наперекосяк. Он что-то почувствовал

и ушел. Если честно, я рада, что он ушел. На душе стало так легко и уютно, но... он, мой муж, до сих пор любит меня и страдает, никак не может простить.

И вот по Интернету я познакомилась с одним мужчиной. Мы начали общаться. Потом он приехал. Он мне очень понравился. Просто аж пронзило меня. Но он, видимо, не чувствовал ничего подобного. Как-то не клеилось у нас. Он уехал, но сказал, что мы можем общаться. Но вот беда, он не выходит на связь. На звонки не отвечает. А когда все-таки ответил, то сказал, что мы будем общаться, но позже, то есть надо подождать. А сколько ждать? Не хочу терять его. Хочу вернуть. Тем более что он не сказал мне «нет» прямо. Вот теперь в качестве целевого слайда представляю его и себя как счастливую пару. Можно ли так?

Нужно хорошенько усвоить одну простую истину. Во-первых, если ваша половинка от вас ушла, значит это не ваша половинка. Вы сами подумайте: разве может ваша половинка вас бросить? Абсурд. Но люди, к своему несчастью, обычно не понимают этой простой вещи. Во-вторых, если человек ушел, вернуть его невозможно. Кто думает иначе, глубоко заблуждается. Здесь тоже все просто. Никакой «психологический огород» городить не требуется. Даже если иногда и удастся кого-то вернуть, то ничего путного из этого не выходит. Но это другая тема, и к ней мы вернемся позже.

На самом деле вам нечего возвращать, потому что вы ничего не теряли. Не стоит тешить себя иллюзиями и тем са-

мым бессмысленно растрачивать время своей жизни. Этого времени не так много. Надежду вселяет в вас то, что он «не сказал „нет“ прямо». Однако далеко не всегда и не каждый может вот так прямо и твердо сказать «нет». А есть люди, которые вообще «нет» говорить не умеют. К тому же следует знать, что если для женщины ситуация «Я не сказала „да“, милорд». – «Вы не сказали „нет“» – указывает на скорей обнадеживающую неопределенность в ее мыслях, то для мужчины означает его однозначный отказ. Мужской менталитет в этом отношении совершенно недвусмысленный, даже можно сказать, «черно-белый».

«Слайдить» конкретного человека можно лишь в том случае, если другого выхода не остается. Однако вам этого делать не следует, потому что вы встретили не свою половинку. Когда встретите своего мужчину, за него не придется бороться – он сам к вам потянется. А с этим, вероятнее всего, горя хлебнете. Так что переживать не о чем. Используйте технику амальгамы и координацию намерения.

А по поводу недостатков внешности – ерунда какая! Наоборот, подобные недостатки, не вписывающиеся в общие стандарты, придают только пикантность. Вы думаете, мужчины западают только на кукольную внешность? Глупости. На этот счет можете совершенно успокоиться и принять себя как новорожденного младенца, как есть. Тогда и все окружающие вас примут автоматически. Окружающий мир – это просто зеркало.



Наверное, вы правы. Но как понимать «хлебну горя с ним»? То есть если даже мне удастся как-то привлечь его в свою жизнь обратно, то счастья мне с ним не будет?

Дело в том, что если дверь Ваша, она принимает вас охотно, все идет легко и приятно. Если же с самого начала что-то не ладится, или дверь сперва открывается, а затем захлопывается перед носом, значит дверь чужая. В нее можно иногда протиснуться, но ничего хорошего из этого, как правило, не выходит. Поэтому жалеть здесь не о чем, абсолютно.

Точно так же и с вашей половинкой. Вам просто пока не удалось встретить Свою. Здесь вы не одиноки. У большинства людей та же проблема. Найти Свою цель и Свою половинку – две наиболее сложные задачи в жизни. Все остальное тривиально. Душе свойственно увлекаться и влюбляться. И ей часто, бывает, кажется, что она нашла свое. Но потом выясняется, что это было лишь мимолетное увлечение. Надо не отчаиваться, а продолжать искать. Если есть намерение, все получится.



Видимо, «слайдить» человека – это своего рода вторжение в его реальность, в его внутренний мир?

Но все же хотелось бы знать последствия в случае, если бы я продолжала представлять его в своем целевом слайде... Что может произойти? Я должна знать, к чему это может привести, и понять, придется ли мне нести ответственность за это?

Ни к чему это не приведет, и никакой ответственности вы нести не будете, если только не заболите чувством вины. Ответственность моральную несут те, кто воспользовался услугами мага с целью приворожить кого-либо. Это грязные технологии. Обычный человек не имеет прямого доступа к сознанию другого человека. Маятники имеют. Маг взламывает себе доступ через посредство маятника. Если цель достигается, заказчик получает «зомбированную любовь». И разумеется, такое искусственное счастье рано или поздно оборачивается бедой.

Единственное, чего можно добиться слайдом, это притянуть человека в слой своего мира. Возможно, вы будете чаще попадаться друг другу на глаза, и, возможно, представится случай наладить контакт. Но «влюбить в себя» данного человека с помощью слайда не удастся. А вот обратный эффект получить вполне вероятно, как я уже говорил, если его душа почувствует, что ее «слайдят», и если ей это не понравится. А не понравится ей это почти наверняка. Представьте, вы без сознания, а вас, без вашего ведома, грубо говоря, кто-то «имеет».

С другой стороны, если уж очень хочется как-то привлечь

человека в свою жизнь, и другого способа нет, можно пойти на такую крайность, как слайд с конкретным лицом. Только делать это, как вы, наверно, понимаете, следует искренне и тактично. То есть не позволять себе то, что не могли бы себе позволить в реале.

## Резюме

■ Слайдить конкретного человека нежелательно, потому что это неэффективно, а может и дать обратный эффект.

■ Слайдить конкретного человека можно лишь в том случае, если другого выхода не остается.

■ Единственное, чего можно добиться слайдом, это притянуть человека в слой своего мира.

■ Необходимо не просто представлять в мыслях картины исполнения желаний, а именно намереваться получить результат, да и ноги передвигать в направлении к цели.



## Заметки на полях

*Межличностные отношения – это тот случай, когда нужно общаться с живым человеком. Используйте фрейлинг. Подробнее о нем в книге «Трансерфинг реальности».*

# Гидравлика намерения



Если у меня уже сформировалось «намерение иметь», нужно ли мне заниматься визуализацией?

Когда у вас будет *намерение иметь*, необходимость в таких вопросах отпадет сама собой, потому что вы уже получите то, что иметь *намерены*. Ну а поскольку вы все же спрашиваете, значит придется еще потрудиться.

Если *намерение иметь* чистое, без примеси сомнения и страха, Привратник Вечности пропускает вас в супермаркет пространства вариантов, и вы без проблем берете Свое. Вспомним классический пример с газетным киоском. У вас нет сомнения в том, что вы получите свою утреннюю газету (решимость иметь). Вы спокойно идете и покупаете ее в киоске (решимость действовать). Когда в наличии чистая *решимость иметь и действовать*, вы безусловно получаете то, что хотите. Хотите ходить по воде? Да не вопрос.

Если же хоть какие-то крупинцы сомнения или страха присутствуют, придется работать с целевым слайдом, никуда не денешься. Работа заключается в том, чтобы *накачать намерение верой*, как это делает гидравлический насос: хоть понемногу, по капле, но регулярно и целенаправленно.

В результате таких систематических действий накапливается огромная сила. При этом и зона вашего комфорта расширяется, и в окружающей действительности происходят заметные трансформации. Из сектора метафизического пространства, который вы упорно подсвечиваете своим вниманием, в физический слой вашего мира буквально под давлением закачивается то, чего там раньше не было, да и быть не могло. Вот так работает «гидравлика» вашего намерения.

А для большего укрепления веры я буду по ходу изложения приводить отзывы читателей, которые говорят сами за себя.



Ощущаю себя как Нео в Матрице, вдруг осознавший, что все это иллюзии. Трансерфинг полностью утвердил меня в понимании такой простой вещи, что мир есть ничто. И я смотрю в него без страха и с радостью, как в детстве. Иногда, конечно, забываешься, начинаешь трепыхаться в бесполезном беспокойстве, но потом стряхиваешь с себя наваждение. Вы действительно открыли мне свободу, и я могу с ней делать все, что захочу. Например, наложить свои правила и жить по ним. Не забывая, что я сама их сотворила. И взять себе все, что хочу. Наполнить жизнь тем, что нравится. Волшебное чувство, которое, как оказалось, было у меня в детстве.

Вообще-то, мир не совсем иллюзорен. Он состоит из двух составляющих: материальной и нематериальной. Об этом тоже не следует забывать. Но одним из замечательных свойств этой дуальности является то, что мы способны перетаскивать вещи из метафизического мира в мир физический.

Пространство вариантов, в отличие от хранилища информации, подразумевает возможность реализации того или иного варианта событий. Вы можете не только взять диск с полки и посмотреть его, но и *запустить свою трансляцию*, так что ваше кино будет крутиться в реальности.



Трансерфинг воспринял на одном дыхании, как часть своей жизни. Результаты не заставили себя ждать, но это были лишь мелочи. Нужна машина – пожалуйста, расширить квартиру – без проблем, причем варианты как бы сами находили меня. Но я и представить себе не мог, что сила намерения безгранична, что ей неведомы такие ограничения, как пространство и время.

Короче, жил я раньше как все, все как у всех, но ничего хорошего. Душа просила, просто умоляла, сделать одно, а разум, под воздействием «доброжелателей», делал совсем наоборот. Так продолжалось до тех пор, пока душа не обратилась к разуму и не сказала: «Дай я попробую, уступи

мне штурвал, только один разок, на минутку». Разум нехотя согласился. Произошло невозможное. Реальность изменилась в течение суток! Разум был в шоке, а душа пела и летала! Я понял, что такое Путь, который имеет сердце!

Каждый человек – властелин своего мира, просто с детства его уродует социум (матрица). Просто при принятии каких-либо решений, особенно в ключевых моментах жизни, надо послать подальше всех «доброжелателей» и советчиков, погрузиться в тишину, выключить дурацкий телевизор, пойти в лес, закрыться в комнате, перестать думать, взвешивая все за и против, и просто вслушаться в тихий голос своего сердца. Его ответ и будет единственно правильным решением, даже если он на первый взгляд и нелогичен.

Ведь в жизни человека все, что нужно для счастья, находится всегда у него под носом. А если человек нашел путь с сердцем, то все остальное (разные материальные блага) приложится сами собой, по мере надобности. И это не простые рассуждения, я это ЗНАЮ. Всем удачи и счастья! В жизни нет ничего невозможного! Главное, ни при каких обстоятельствах не падать духом! Жизнь намного загадочнее и удивительнее, чем самая крутая фантастика.

Могу только добавить, что телевизор надо иногда выключать не только тот, что снаружи, но и тот, что внутри, в голове. Как ни странно, люди не могут сделать одну элементарную вещь: остановиться, усадить себя за стол, взять листок

бумаги и ручку и сформулировать требования к миру и своему месту в нем, как хотелось бы видеть. Сформировать свой конфигурационный файл, чтобы потом, хотя бы раз в день после пробуждения, загружать его в слой своего мира, как в операционную систему. Никто этого не делает. Удивительно. Люди бегают, как заведенные. Вечно некогда, все потом, а в итоге *все никогда*. Все-таки попробуйте задать конфигурацию, как было описано в одной из предыдущих рассылок, и увидите, что это, во-первых, действительно стоящая задача, а во-вторых, убедитесь, что она таки работает.

И еще один пример, весьма наглядный в практическом плане.



Я езжу на работу на машине. И по пути на работу, и обратно иногда подвожу голосующих на дороге людей. Не только потому, что лишние 50–300 рублей в день мне не помешают. Мне это еще и нравится. Нравится водить машину. Нравится элемент азарта в этом занятии. Нравится общаться с незнакомыми людьми (правда, не всегда и не со всеми).

Эти 2–3 часа в день почти никак не пересекаются со всей остальной моей жизнью. Я уезжаю из дома, окунаюсь на час-полтора в эту игру, приезжаю на работу и там – еще один мир, еще одна жизнь. Заканчивается еще один рабочий день – и вот еще час, два, редко три,

когда я кручусь на машине, неизбежно приближаясь к дому. Я мог бы этим и не заниматься. Но лишился бы при этом не только некоторой суммы денег, которую пришлось бы компенсировать из зарплаты, но и какого-то дополнительного интереса в своей жизни.

И вот в один прекрасный день я познакомился с Трансерфингом. И мне пришла в голову такая мысль: ведь это мое движение из дома до работы можно представить как некую «модель Трансерфинга». Это как маленькая жизнь: с началом, концом, путем, удачами и неудачами, случайностями и закономерностями, возможными трагедиями (ДТП), надеждой на счастливые встречи (например, Прекрасная Незнакомка, садящаяся в мою машину), злыми врагами (гаишники с радаром, прячущиеся в кустах) и т. д.

И самое главное – весь ход этого процесса полностью зависит только от моего **ВЫБОРА**. От того, какой я выберу маршрут. От того, возьму ли я на борт вот этого голосующего небритого мужчину, от которого пахнет перегаром и плохо выстиранным бельем. От того, проскочу ли я этот перекресток на желтый, или послушно остановлюсь у стоп-линии. И т. д. Причем если вдуматься, то результат этой небольшой поездки действительно **ПОЛНОСТЬЮ** зависит от моего выбора. Во всем. Все, что случается на моем пути, зависит от того, какой выбор я перед этим совершил!

Кстати, а что есть **РЕЗУЛЬТАТ** в данном случае? Ну, конечно, во-первых, чисто цифровой итог – сколько

денег удалось заработать. Но это далеко не все. Есть еще состояние, в котором я приезжаю на работу и домой. Это может быть или какой-то неприятный, тягостный осадок, или наоборот, светлое, хорошее настроение от удачной приятной поездки, от общения с симпатичными людьми.

Когда я понял, что ход этих поездок полностью укладывается в те принципы, которым должен следовать трансферер, то решил, что попробую придерживаться следующего:

■ понизить до нуля важность цифрового результата поездки. Если что-то заработаю – отлично. Если нет – хрен с ним, завтра будет лучше;

■ никогда не бороться за клиента, не пытаться кого-то обогнать, не торговаться, никогда не брать людей, которые чем-то неприятны;

■ при выборе маршрута поменьше «рассчитывать», а полностью полагаться на какие-то внутренние импульсы: ехать туда, куда хочется, куда тянет, на каком маршруте больше душевного комфорта;

■ на дороге всем, как правило, уступать, никогда не ввязываться в бессмысленные соревнования;

■ может быть, главное – не жалеть НИКОГДА и НИ О ЧЕМ, не расстраиваться даже в случаях, когда меня просто нагло обманывают, кидают.

Ну, например, еду в правом ряду по проспекту Маршала Жукова, вижу голосующую девушку в белой курточке, внутренне уже радуюсь – она моя! И в это время из соседнего ряда газует ржавая «копейка»,

подрезает меня, так что приходится тормозить «в пол», и успешно снимает МОЮ девушку. Раньше я бы грязно выругался про себя (а то и вслух), обматерил бы и хозяина «копейки», и девушку зачем-то, и (самое главное!) – себя, за то, что лоханул. Теперь я стараюсь и в такой ситуации улыбаться – типа, ну и придурок же... доездишься, голубок... А девушка что ж, последняя что ли? Другую найдем, получше!

Это на 100 % работает. Раньше, если поездка начиналась с какого-то облома, я внутренне расстраивался и, как правило, дальше все проходило как-то неудачно. Теперь, когда мне это пофиг (или почти пофиг), неудачное (по старым понятиям) начало поездки НИКАК не влияет на дальнейший ее ход.

И вот конкретный вопрос: стал ли я при этом больше зарабатывать? Отвечу честно – не знаю! Может быть, да. А может быть, и нет, я просто не вел никаких подсчетов. Во всяком случае, никакого «скачка» в этих заработках не произошло. Но я заметил явное изменение в другом. Мне стали попадаться на дороге какие-то совершенно другие люди! Куда-то исчезли грубые пьяные компании, после которых салон приходилось усиленно проветривать, высокомерные «мажоры», которые сразу начинают меня учить, как я должен вести машину, даже «лиц кавказской национальности» (против которых я, в общем-то, ничего не имею) стало как-то меньше. Зато стало больше симпатичных влюбленных парочек,

разговорчивых сорокалетних женщин, мужчин – любителей (как и я) классического рока и футбола. Будто бы то уменьшение внутреннего напряжения, которого я добился, повлияло на слой моего мира, окрасив его в более яркие и добрые тона.

## Резюме

■ Люди бегают, как заведенные. Вечно некогда, все потом, а в итоге все никогда. Надо все-таки перестать откладывать жизнь на потом и начать жить сейчас.

■ Систематическая работа с целевым слайдом накачает ваше намерение верой, как это делает гидравлический насос, хоть понемногу, по капле, но регулярно и целенаправленно.



## Заметки на полях

*В голове мыслей нет. Они находятся в пространстве вариантов. Когда вы занимаетесь визуализацией, вы фактически берете оттуда нужную киноленту и начинаете крутить свое кино. Если это делать достаточно долго, кино материализуется в реальности. Таков принцип «вытаскивания» из пространства вариантов той реальности, которая вам нужна.*

# Мириады отражений

Мы продолжаем углубленное изучение некоторых сложных вопросов Трансерфинга. Судя по письмам, много белых пятен остается в технике слайдов.



Дело в том, что я уже совершенно определенно знаю, чего хочу. Я хочу жить для себя, иметь собственный дом, путешествовать, заниматься самосовершенствованием, изучать языки и пр. Иметь свое (пусть и любимое) дело мне не хочется. То есть источником для достижения цели должны стать наследство или другие инвестиции. Правильно ли я делаю, что работаю только с целевым слайдом, в котором я виртуально живу в своем доме, иногда вожу свой автомобиль? Или мне нужно создать слайд, где я подписываю документы на получение наследства?

Слайд должен содержать картину достигнутой цели, то есть: свой дом, путешествия и т. д. Подписание документов на получение наследства – это уже не цель, а средство. Не нужно программировать средство достижения цели, если вы не знаете о нем наверняка. Каким образом цель будет достигнута – не вашего ума дело. Дело разума – фокусировать внимание на целевом слайде, иначе процесс ста-

нет только тормозиться. Если вы будете устойчиво держать внимание на картине, где вы уже наслаждаетесь всеми благами, через определенное время откроется соответствующая дверь, то есть путь, ведущий к цели. Что это будет за дверь, неизвестно. Но откроется она только в том случае, если вы на данном этапе позволите себе не знать и не думать о ней. Просто доставьте себе удовольствие от созерцания целевого слайда. Когда же откроется дверь, душа и разум должны прийти к соглашению, что это средство подходит. Когда соглашение будет достигнуто, все получится.



Всю свою сознательную жизнь я жила в ощущении, что бьюсь головой о невидимую стену. А с другой стороны, меня всегда преследовало чувство, даже знание того, что за этой стеной удивительная, прекрасная бесконечность, в которой возможно все.

Боль и тоска вели меня от одной книги к другой. С каждой новой книгой – сначала дикий восторг от нового мироощущения, а потом грусть от того, что все возвращается на круги своя. Боль остается. Жизнь не меняется.

От ваших книг восторг, как и ранее, испытываю невероятный. Немного переживаю, конечно, что, как и в предыдущих случаях это пройдет. Но в моем королевстве эти переживания дозволены.

Испытываю затруднения с техникой слайдов. Каким должен быть слайд, как его составить?

Жизнь не меняется именно потому, что вы неотрывно, замороженно смотрите на киноэкран и питаетесь лишь восторгом от того, какими чудными могут быть картины, которые вам показывают. Читая чужие книги, вы смотрите чужие слайды. От этого, конечно, ничего не изменится.

Кино, телевидение, прочие средства массовой информации и даже книги – это все мир иллюзий, гениальное изобретение матрицы, созданное с той целью, чтобы заблокировать способность человека творить свою реальность. Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не вносило своим творчеством хаос в упорядоченный процесс движения системы. Система – она движется туда, куда нужно ей. А куда нужно вам?

Ваш собственный слайд за вас никто не составит. Вам необходимо перестать, наконец, любоваться на чужое кино и начать создавать свое. Правило игры очень простое: *какая лента крутится у вас в голове, такое кино вы и будете смотреть в своей реальности.*

Представляйте себе это не так, как следует делать «по инструкции», а как получается. Именно как получается, потому что визуализация – вещь сугубо индивидуальная, и у всех она происходит по-разному. Никаких особых инструкций здесь нет. Главное условие: играть роль теперь должны вы сами, и играть так, чтобы получать от этого удовольствие.



Работаю с целевым слайдом, но никак не могу отключить мозг. Сразу в голове возникает куча проблем. Причем на пустом месте (а что подумают другие, а как это смотрится со стороны, а это вообще невозможно, а как же, а что же и т. д. и т. п.). Вроде все понимаю – это маятники, их нужно игнорировать, но не получается, мысли крутятся как заводные. Выпьешь – голова отключается, но я не хочу пить, а другого способа не вижу.

Затыкать свою мыслемешалку совсем ни к чему. Напротив, это весьма трудоемкое, и к тому же совершенно бессмысленное в рамках техники Трансерфинга занятие. Вопрос не в том, чтобы заглушить свой «кинопроектор», а в том, чтобы заправить туда нужную киноленту. Если ваш собственный кинопроектор остановится, сознание улетит уже в другое кино, которое, опять же, не ваше, а чье-то чужое (уже и неизвестно чье).

Побочные мысли будут возникать, это неизбежно, так устроен наш разум. *Главное, чтобы основной вектор ваших мыслей указывал на цель.* Вы можете сомневаться, бояться, даже впадать в уныние, однако снова и снова возвращайтесь к целевому слайду, несмотря ни на что.



Моя компания разрабатывает и производит молодежную одежду, товар продается в магазинах наших клиентов, которым мы даем товар на реализацию. Хочу улучшить продажи с помощью визуализации. Столкнулся с дилеммой: нужно визуализировать, как в каждый магазин заходит покупатель и покупает нашу одежду, но ведь магазинов много, и товаров не одна единица?

В данном случае не обязательно «видеть», как товары продаются хорошо. Достаточно просто с убежденностью декларировать мыслеформу. Например, можно использовать технику «Генератор намерения»<sup>1</sup> без визуализации, просто с мыслеформой как декларацией вашего намерения. Декларируя свое намерение, вы посылаете в зеркало мира образ, который рано или поздно проявится в отражении. Главное, делать это систематически. Не забывайте о том, что зеркало реагирует с задержкой.



Мы с мужем обсудили мечту каждого в отдельности и обнаружили, что они почти сходятся. Мы мечтаем

---

<sup>1</sup> Описание техники в книге «Апокрифический Трансерфинг».

иметь собственный дом на побережье, который будет нашей резиденцией, «порше», яхту и путешествовать по миру. Но вы нигде не пишете, что мечта может быть общей для двоих. Отсюда вопросы по визуализации. Даже словесно описав друг другу дом, обстановку, двор, яхту и прочее, все равно мысленно мы представляем это по-разному. Не будет ли это тормозить исполнение мечты и перестройку на желаемые для нас линии жизни? Может, визуализацией следует заниматься одному человеку? Или пусть каждый из нас занимается визуализацией, это не помешает? Ведь наша визуализация базируется на общей мечте. Яхту захотел муж, в моей мечте ее не было. Я согласилась с ней умом, а душой принять пока не могу. Мне кажется, что это очень дорого (хотя парадокс, логически понятно, что покупка земли и дома обойдется значительно дороже).

Визуализацией можно и нужно заниматься вдвоем. В свой слайд вставлять только свои атрибуты. Например, если лично вас яхта не увлекает, не надо себя насиловать. Географические привязки лучше на первом этапе отбросить. Пусть вас не беспокоит то, что вы «замахнулись» слишком шикарно. Главное, чтобы это входило в зону комфорта. Хотя, как известно, и зону комфорта можно расширить с помощью слайдов. Как и когда цель будет достигнута, не думайте. Работайте со слайдом и ждите. Возможно, ждать придется не один год. А что же вы хотите? Сектор пространства вариантов, где вы проживаете в роскошном особняке, отстоит

достаточно далеко от текущей действительности. Требуется время, чтобы ваша реальность переместилась в этот сектор. Так что будьте терпеливы и занимайтесь техникой слайдов систематически. Если не откажетесь от своей цели, вы ее получите.



Вы говорите, что визуализировать конкретного человека в качестве своей пары нельзя. А если вы уже пара, тогда можно ли заниматься визуализацией, как вам вместе хорошо и становится еще лучше?

Вопрос не в том, можно или нет, а имеет ли смысл. Если вы уже пара, пора перестать визуализировать и заняться собственно любовью. Любовь приходит однажды, и приходит сама. Но когда она появилась, за ней следует ухаживать и поддерживать ее, как огонь в очаге. Межличностные отношения можно строить по принципам фрейлинга, слайды здесь уже ни при чем. Это конкретная работа, а не только веселое времяпровождение. Но это не так сложно. Главный принцип здесь в том, чтобы правильно ориентировать вектор внимания и намерения: не получать, а давать. Поскольку вы стоите перед зеркалом, вам надо всего лишь сделать первый шаг, чтобы изображение двинулось навстречу. Как только вы отказались от намерения получить и заменили его намерением дать, вы получаете то, от чего отказались. Все действи-

тельно просто, но если этой работой не заниматься, любовь скоро погаснет.



Создается ли избыточный потенциал, если при визуализации я представляю, что уже имею желаемое, но при этом так сильно этому радуюсь, что иногда даже слезы выступают? Потому что в жизни я так же себя веду, если чему-то очень радуюсь, то даже заплакать могу от счастья и благодарности. Или это тоже является избыточным потенциалом?

Радуйтесь, сколько хотите, это не повредит. Только слайдами нужно заниматься систематически, целенаправленно, тогда и эйфория уляжется, и результат будет.



Я люблю смотреть фильмы жанра «мистика, ужасы, боевики». Но ведь во время просмотра таких фильмов человек переживает за главного героя и даже в какой-то степени ставит себя на его место. Получается, что мысли зрителя, который регулярно смотрит фильмы такого рода или читает подобные книги, транслируются на негативные секторы пространства вариантов и должны быть реализованы?

Ответ утвердительный. Если вы отказываетесь от роли ак-

тивного творца и полностью погружаетесь в роль пассивного зрителя, потребителя внешней информации (а с большинством людей все именно так и происходит), ваша способность создавать свою реальность сходит на нет. И тогда, например, если у вас в ушах, глазах и мыслях постоянно крутится «Владимирский централ», вы там будете. На чем фиксируется ваше внимание, то неизбежно, в такой же или другой форме, появится в вашей жизни.



Будущее хочу связать с кинематографом, а точнее, режиссурой. Пока возможностей начать дорогу к цели не вижу, но по этому поводу не волнуюсь, дабы оставить это на усмотрение внешнего намерения. Но для этого ведь нужно крутить слайд конечной цели. Вот тут у меня затруднение.

Представляйте все, что связано с будущей работой. Не думайте, что правильно, а что неправильно – просто доставляйте себе удовольствие от вашей виртуальной реальности. Когда начнут открываться двери, сами увидите, что и как дальше делать.



Уже в подростковом возрасте я просыпался во сне,

то есть понимал, что сплю. Каждый раз, попадая в сон, я, как правило, сначала проверял: а сон ли это? Делал какую-нибудь несуразность или то, что не умею делать в реальности, – если получалось, тогда, понеслась!

В удачные периоды жизни, когда я чувствовал себя на волне удачи, мне казалось, что мой мир – это сон, а я в нем хозяин. Силой мысли я рушил здания, летал как супермен со скоростью ракеты, ходил сквозь стены, в общем, тешился, как мог. Причем все было легко, потому что у меня в голове засел стереотип, что сон – это мой мир, и я там что хочу, то и творю.

Вопрос же в другом. В ваших книгах есть такая идея, что думаешь о плохом – плохое приходит. Но почему-то у меня есть талант: чем ярче картинка и чем реальнее я себе представляю какое-то будущее событие, тем с меньшей вероятностью оно сбывается.

Намеренно я не могу себя заставить рисовать красочные картинки по тем или иным возможным событиям. По идее, должны реализовываться самые яркие слайды. Но в реальности почему-то реализуются самые тусклые.

В своем вечном копании поиска различных истин и устройства мироздания я все больше прихожу к идее, что нет никаких идей. Есть только, как вы это называете, единство души и разума. А идеи – это часть материального мира, и мы же их и создаем.

Что верно, то верно. Как на самом деле устроен наш мир,

никто не знает и, скорее всего, не узнает, потому что картина мира не статична и не «одновариантна», а бесконечно многообразна в своих проявлениях, как бесконечный ряд отражений между двумя зеркалами, поставленными друг против друга. Вы не пробовали подходить к одному зеркалу с другим зеркалом в руках? То, что вы там увидите, как раз и является наиболее адекватной моделью нашего мира – бесконечность зеркальных отражений. Мы способны исследовать и понять лишь отдельные отражения – те или иные проявления многогранной реальности. С какой концепцией (зеркальцем) подойдете к зеркалу мира, такое отражение и получите. Если в основе вашего зеркальца заложены принципы материализма, получите соответствующую картину мира. А если идеализма (хоть субъективного, хоть объективного – не важно), мир тоже не будет возражать и построит вполне логичное и непротиворечивое отражение.

Так что приходится довольствоваться моделями, которые хотя бы в первом грубом приближении объясняют, кто мы такие и в каком мире живем. Сколько моделей мира возьмете, столько и будет. Важно другое: чего можно добиться с помощью той или иной модели. Например, сконструировать атомную бомбу или же создать гуманистическое общество, гармонично сосуществующее с биосферой планеты; пассивно плыть по течению или намеренно управлять своей судьбой.

По поводу вопроса о реализации или нереализации слай-

дов, в письме есть две ключевые фразы: «...мне казалось, что мой мир – это сон, а я в нем хозяин» и «намеренно я не могу себя заставить рисовать красочные картинки».

Картина слайда должна лежать на холсте намерения, а не просто висеть в пространстве воображения. Когда вы во сне представляли себя хозяином реальности, намерения и не требовалось, поскольку ощущение «я все могу» находилось вне зоны веры или не веры – это было как само собой разумеющееся, по умолчанию. То, что душой и разумом принимается безусловно, по умолчанию, – зеркало реализует тут же, безукоризненно. Однако разум больше захвачен созерцанием зеркальной иллюзии, нежели реализацией своего намерения, поэтому у него и мало что получается.

Чтобы получалось, необходимо управлять своим «кинопроектором» намеренно. Если же качество изображения выходит неважное, значит надо брать эту крепость постоянной осадой, то есть крутить свое кино систематически.

Качественные слайды у вас получались спонтанно, непроизвольно, поэтому и висели в пространстве воображения и силы не имели. А вот тусклые картинки, которые вы пытались рисовать намеренно, со временем реализовывались. Именно поэтому я советую не придавать большого значения собственно технике визуализации. Главный залог успеха – систематическая и целенаправленная работа.

## **Резюме**

■ Слайд должен содержать картину достигнутой цели, а не сценарий и средства ее достижения.

■ Какая лента крутится у вас в голове, такое кино вы и будете смотреть в своей реальности.

■ Нет нужды останавливать внутренний монолог. Главное, чтобы основной вектор ваших мыслей указывал на цель.

■ В случаях, где трудно создать визуальный образ, можно использовать словесную мыслеформу, в том числе в технике «генератор намерения».

■ Межличностные отношения следует строить по принципам фрейлинга, слайды здесь не нужны.

■ Если у вас в ушах, глазах и мыслях постоянно крутится «Владимирский централ», вы там будете.

■ Картина слайда должна лежать на холсте намерения, а не просто висеть в пространстве воображения.

■ Если качество изображения выходит неважное, надо брать эту крепость постоянной осадой, то есть крутить свое кино систематически.



### **Заметки на полях**

*На самом деле все эти вопросы просты и очевидны, но мы подробно на них останавливаемся, потому что сам принцип, «крутить свое кино», не настолько*

*очевиден, как кажется.*

## **Poker face**



Вы писали, что необходимо прокручивать слайд хотя бы полчаса в день. Это плотно засело у меня в голове. Если посмотреть со стороны, то ясно, что эти «полчаса» – вещь условная, такая же, как «чистить зубы» или «делать зарядку». То есть важна не столько правильность и обязательность, сколько систематичность, периодическая настройка на частоту цели. Но на практике все превращается в маленький кошмар.

Происходит следующее. Несколько дней или неделю я каждый день прокручиваю слайд не меньше чем полчаса, и все замечательно. Но вот в один прекрасный день, например, просыпаюсь с мыслью о том, что «надо» выделить время на прокрутку, и тут же возникает сопутствующая боязнь того, что свободного времени может и не быть. Разум не хочет ничего слушать: он нагнетает такой избыточный потенциал, что любая, даже мнимая угроза регулярности работы со слайдом оборачивается жуткой тревогой, когда все в груди сжимается. Важность цели зашкаливает. Тут же вспоминаю ваши слова

о том, что визуализация не должна превращаться в обременительную обязанность, и от этого становится еще тревожнее. Заколдованный круг. А лучше сказать – дурдом!

Надо время от времени себя отпускать, устраивать себе выходной, когда никакой работы вообще не делается. У Кастанеды такая практика называется «неделанием». Когда вы *осознанно* позволяете себе ничего не делать, накопленная энергия избыточных потенциалов тоже рассеивается, как и в действии. В то же время намерение предстоящего действия натягивается, как тетива. И когда после ничегонеделания эта тетива приходит в движение, высвобождается ранее накопленная сила.

Еще один способ. Для того чтобы систематическая работа не была в тягость, необходимо превратить ее в привычку, но для этого потребуются на первом этапе некоторые волевые усилия. Потом, когда дело станет привычкой, оно перестанет напрягать.

А еще лучше занять привычку прокручивать слайд в фоновом режиме, когда вы занимаетесь повседневными делами. Это наиболее эффективно. Так, что бы вы ни делали, постоянно, снова и снова возвращайтесь мыслями к своей цели, сопоставляйте всю входящую информацию с тем, к чему стремитесь. Другими словами, держите целевую киноленту в своем проекторе всегда, на постоянной основе. Действуйте осознанно и ни о чем не беспокойтесь.



По поводу визуализации, последнее время с ней подзапутался, или скорее перенапрягся. Стоит ли тратить время и силы на представление полной и четкой картины, или все же делать это как получается?

Насиловать себя не стоит, здесь нужна *сосредоточенность*, а не усердие. Сосредоточенность и усердие – разные вещи. Лучше просто доставить себе удовольствие. Нам всегда легче всего сосредоточиться на том, что нам приятно.



Поставила себе цель получить квартиру, т. к. живу в общежитии. Поначалу, когда я представляла себе новое жилье, в сердце появлялась радость, хотелось прыгать, петь и танцевать. Но в процессе я поняла, что это не совсем та цель, которая мне нужна. Хочется не квартиру в городе, а загородный дом, мысли о нем приносят больше удовольствия. Но ситуация такова, что в первую очередь меня интересует сейчас именно переезд в свое жилье, и, наверное, я пока не готова к глобальным переменам (вне зоны комфорта).

Заказывать надо сразу по полной. Это и зону комфорта расширит, и направит вас на линию жизни, которая так или иначе выведет вас к цели кратчайшим путем. Конечно,

если цель достаточно амбициозная и сложная, внешнее намерение может предоставить сначала варианты поскромнее. В таком случае надо радоваться этим скромным подаркам и знать, что дорогие подарки еще впереди.



Надо ли крутить слайд как полнометражный фильм? То есть непрерывные события в течение какого-то времени с моим непосредственным участием? Или можно какой-то коротенький фрагмент прокручивать много раз?

Как хотите. В технике слайдов нет никаких жестких ограничений и правил. Вы можете и должны это делать так, как считаете нужным и как вам удобно. Когда вы делаете все так, как вам удобно, вы это делаете хорошо. Главное, чтобы это было не в тягость, а доставляло удовольствие, и чтобы слайд был не чужой картиной на экране, а вашей собственной виртуальной жизнью, тогда он со временем постепенно воплотится в действительность. Временные рамки тоже не нужно ставить. Можно сказать, *у каждого должна быть своя техника слайдов.*



У меня есть подруга, у нее невероятно сильная

энергетика, все, что она пожелает, исполняется самым невероятным образом. Она хочет помочь мне в моих делах. Мы сначала решили, что ей нужно визуализировать меня с нужными людьми и обстоятельствами, но у нее это не получилось, она ни разу не видела, как делается мой бизнес. В общем, ничего не получается у нее. Как ей лучше работать в моем направлении?

Никак. В вашем распоряжении только слой вашего мира. У каждого человека своя реальность, даже если они живут рядом. Вы не способны оказать ментальное (метафизическое) воздействие на чужую реальность. Так же и другие люди не могут воздействовать на вашу. Общую реальность совместными усилиями создавать можно, только следует разделять компетенции. Например, ваш бизнес – это лично ваш бизнес, на него ваша подруга повлиять не сможет. А вот построить общий дом, в котором вы будете жить вместе, – вполне реально.



Я учусь во ВГИКе и сейчас с одним другом снимаю короткометражку. Сценарий основан на моих переживаниях и частично на моей истории. Только вот конец фильма отличается от конца моей истории, который еще не наступил. К тому же я исполняю в этом фильме главную роль. Когда мы отсняли первую

сцену, то поняли, что сценарий нужно переделывать. Целыми днями я прокручиваю варианты окончания истории. И каждый раз, когда я придумываю что-то интересное, а потом записываю это, моя жизнь начинает двигаться по направлению написанной мной истории. Мне кажется, я скоро сойду с ума.

Как видите, зеркало действительно работает по принципу *«какая лента крутится в вашем «кинопроекторе», такое кино вы и смотрите в реальности»*. И если не просто обдумывать и представлять слайд, а еще и записывать, то эффективность заметно возрастает. Поэтому я и советую: не ленитесь записывать свои мыслеформы – таким образом вы буквально создаете конфигурацию своей реальности. Утром можно задавать установки на достижение чего-либо, а вечером констатировать свои успехи и подвижки. И то и другое будет все прочней прошиваться в вашем ментальном шаблоне, а соответственно, и в реальности.



С визуализацией вроде все ясно, но как справиться с сомнениями? Они постоянно вклиниваются в слайд.

С сомнениями бороться не надо. Если они нахлынули, позвольте им немного побултыхаться у вас в голове, а затем опять непреклонно возвращайте свое внимание на цель, будто она уже достигнута. Флюгер внимания может время

от времени гулять, главное, чтобы среднестатистический его вектор указывал твердо на цель. Со слайдами необходимо просто систематически и прилежно работать. Тогда временные сомнения не помешают.



Свою цель я формулирую так: независимая, обеспеченная, комфортная жизнь, без необходимости работать. Однако как, по-вашему, может выглядеть целевой слайд, отражающий состояние, что эта цель уже достигнута? Кроме, конечно, денежных счетов в банках. Не подумайте, что вам пишет бездельник, лежащий на диване. Я успешный специалист и автор нескольких книг. Однако раньше трудился по специальности увлеченно, а теперь (когда возраст подошел к сорока), стало поднадоедать.

Просто систематически крутите в мыслях праздник жизни, каким вы его себе представляете. Ведь это не только счета в банке? Живите в своем придуманном мире виртуально. Я называю такое занятие *«целенаправленным витанием в облаках»*. Со временем откроются двери, дающие возможность на этот праздник попасть.

Зеркало мира – это вообще такая классная штука, что прямо дух захватывает. Не нужно ломать голову, каким образом может осуществиться мечта – зеркало само покажет. Сложность лишь в одном: не дать себя вовлечь в зеркальную

иллюзию. В реальности, особенно поначалу, будет твориться совсем не то, что крутится в вашем виртуальном кинопроекторе. И это заставляет сомневаться, беспокоиться, паниковать. Человек в смятении бросает свою киноленту и начинает с ужасом наблюдать за разворачивающимися событиями. Вот это и есть зеркальная иллюзия.

А надо быть до конца последовательным, и я бы даже сказал, хитрым. Поиграйте в эту игру, Poker Face. Меня страшат, меня водят за нос, надо мной издеваются, а я сохраняю невозмутимость и спокойно гну свою линию. Не смотрю большими глазами на весь тот кошмар, что творится на экране, а лишь изредка хитро подглядываю и слежу главным образом за тем, какая лента крутится в моем кинопроекторе.

No, he can't read my poker face. Не дайте вовлечь себя в игру, которую вам навязывают, – делайте свою. Картина в зеркале все равно рано или поздно придет в соответствие с вашей кинолентой. Ну некуда ей просто деваться. Такие правила.



С одной стороны, намерение должно декларироваться в настоящем времени. Как будто я уже стал обладателем цели. Для примера – автомобиль. Я легко могу представить, что он у меня уже есть. Что он стоит под окнами. Представить, как я выхожу из дома, сажусь в него, завожу и еду. Покупаю

запчасти в магазине, зимнюю резину и прочее... Но как соотнести это с тем, что автомобиля пока все же еще нет? Так где же он тогда? Мой разум постоянно донимает меня этим вопросом.

Это игра такая, «верю – не верю» с зеркалом мира. Оно ведь играет с вами и вертит вами, как хочет, пользуясь тем, что ваше внимание легко захватывается сериалом, который крутится в окружающей вас действительности.

Происходит вот что: вы смотрите в зеркало, а оно вам показывает, какой повсюду неподатливый и неудобный мир, в нем очень трудно добиться успеха, надо непрестанно вертеться, как белка в колесе, считаться с обстоятельствами, подчиняться им и постоянно находиться в напряжении – чего-то добиваться, чего-то бояться, в чем-то сомневаться (особенно в себе), в общем, дергаться на ниточках подобно тряпичной кукле. Вы верите в эту иллюзию? Да легко. Игра ведь односторонняя, вы сами апатично согласились с ролью пассивного зрителя в иллюзионе.

А теперь создайте свою иллюзию для зеркала. Велите ему: *теперь смотри сюда и делай, как я скажу*. И оно тоже, представьте, охотно согласится. Зеркало будет смотреть на вас и соображать: «верю – не верю». Поверит оно вам или нет, сразу или потом – зависит от того, насколько искренне вы будете его обманывать. И конечно, насколько долго будете оставаться в роли раздающего. А то ведь опять бросите карты и уставитесь тупо в экран, и снова начнется та же кани-

тель – вам фокусы показывают, а вы верите.

Так вот, когда вы оторвете замороженный взгляд от зеркала и переведете внимание на себя, на ту киноленту, что крутится у вас в голове, реальность начнет постепенно трансформироваться. Это произойдет далеко не сразу, напротив, на экране по инерции будет крутиться старый сериал и твориться такое, что никак не согласуется с вашими установками, вплоть до фатального ухудшения ситуации. Но вы должны помнить, что за игра тут ведется и кто кого пытается обмануть.

Если станете твердо придерживаться своей линии, то вскоре увидите, как из слоя вашего мира начинают постепенно исчезать атрибуты прошлого и появляться признаки будущего – того будущего, что вы нарисовали в своей неправдоподобной легенде. Это похоже на смену декораций на сцене. Только все происходит еле заметно, словно какая-то другая реальность из параллельного мира втягивается в мир настоящий. И чем наглее будете врать, тем натуральнее это у вас будет получаться. И зеркало, в конце концов, совсем вам поверит и будет так же послушно вестись на созданную вами иллюзию, как это раньше делали вы. Так что изначальный смысл и уговор этой игры состоит в следующем: *кто создаст иллюзии, а кто их просто смотрит*. Свою роль вы выбираете сами.

## Резюме

- Нельзя превращать работу с целевым слайдом в обременительную обязанность.
- Чтобы систематическая работа не была в тягость, необходимо превратить ее в привычку.
- В слайдах решающее значение имеет сосредоточенность, а не усердие.
- В технике слайдов нет никаких жестких ограничений и правил. Вы можете и должны это делать так, как считаете нужным и как вам удобно.
- В вашем распоряжении только слой вашего мира. Вы не способны оказать ментальное воздействие на чужую реальность.
- Если не просто обдумывать и представлять слайд, а еще и записывать, то эффективность заметно возрастает.
- Со слайдами необходимо просто систематически и прилежно работать, тогда временные сомнения не помешают.
- Намеренно крутите в мыслях праздник жизни, каким вы его себе представляете. Живите в своем придуманном мире виртуально. «Витайте в облаках» целенаправленно.
- Не дайте вовлечь себя в игру, которую вам навязывают, – делайте свою.
- Поиграйте с миром в «верю – не верю». Создайте свою иллюзию для зеркала. Велите ему: теперь смотри сюда и делай, как я скажу.



## **Заметки на полях**

*Если вы упрямо и непреклонно будете крутить в мыслях свое кино, реальность рано или поздно придет в соответствие с ним. Реальности просто некуда деваться – таково ее свойство. Не только вы зависите от реальности, но и она от вас. Вопрос в том, кто владеет инициативой.*

# Часть II. Техносфера

## Захват внимания

Недавно я с удивлением обнаружил, что происходит нечто странное. Меня постоянно в письмах *переспрашивают* о том, что и так подробно расписано в книгах. Буквально картина следующая. В книге ставится какой-либо прямой вопрос и тут же дается на него прямой и четкий ответ. А человек, прочитавший эту книгу, пишет мне письмо, где задает тот же самый вопрос, чуть ли не слово в слово.

Раньше я не придавал этому большого значения, списывая все на обычную невнимательность. Однако в последнее время такое повторяется все чаще и чаще, откуда можно сделать вывод, что это уже не отдельные случаи, а *явление*, некая закономерность.

Ощущение такое, будто значительная часть внимания человека, читающего книгу, захвачена кем-то или чем-то. Это как с энергией – если человек болен, львиная доля его энергии задействована, отвлечена на борьбу с болезнью. Или если человек взвалил на себя непосильный груз обязательств, большая часть его свободной энергии, опять же, заблокирована, зарезервирована под эти обязательства.

В первых книгах я как-то писал про захват внимания ма-

ятником, когда человек, чем-то раздраженный, озабоченный или испуганный, словно впадает в ступор, погружается с головой в свою проблему, как в сновидение, и перестает видеть и осознавать, что творится в его реальности. Но тогда я не описывал это как массовый феномен. Сейчас же явно прослеживается массовая закономерность. Я рассматриваю этот феномен как тревожный знак, потому что буквально *года два-три назад он еще не был так ярко выражен*. Поэтому впоследствии я буду еще не раз возвращаться к анализу данного явления.

Например, Трансерфинг Центр<sup>1</sup> как-то объявил о бесплатном вебинаре, на который зарегистрировалось неожиданно большое количество людей. Однако реально на вебинар явилось столь же неожиданно малое количество. Стало интересно, с чем это связано (зачем же тогда регистрироваться?), и Центр провел опрос, почему люди не пришли. Причины оказались банальными: не смогли по времени, не успели, забыли, перепутали часовые пояса, пришли на вебинар не в то время либо пришли слишком рано и больше не попытались войти, указали неверные адреса, а потому не получили приглашение, и так далее.

Это говорит о том, что люди в подавляющем большинстве спят, то есть буквально действуют как во сне – не сами управляют своей жизнью, а *жизнь с ними случается*. Нетрудно, конечно, предположить, что если бы они запла-

---

<sup>1</sup> <http://tsurf.ru/>

тили за это мероприятие, тогда явились бы непременно. Но неужели одни лишь деньги способны активизировать внимание? Если такая статистика уже среди трансерферов, то что с остальными? Мне кажется, этот эффект «засыпания» сейчас быстро набирает силу и скорость. Еще несколько лет назад люди не были такими сонными.

И даже в бизнесе, где для достижения успеха осознанность должна быть на самом высшем уровне, зачастую наблюдается заикленность внимания на штампах и стереотипах. Например, недавно от одного сервиса коммерческих рассылок мне поступило предложение о сотрудничестве. Цель состояла в том, чтобы перевести базу моих читателей с [Subscribe.ru](http://Subscribe.ru) на этот новый сервис. Однако когда они узнали, что база адресов на [Subscribe.ru](http://Subscribe.ru) авторам рассылок недоступна (да я бы и не стал этого делать самолично, без ведома подписчиков), мне предложили платить за свои статьи, которые я буду писать, а они рассылать. Такой подход меня озадачил, поскольку бренд Трансерфинга привлекает к себе людей, а следовательно, работает на увеличение базы подписчиков сервиса, что само по себе гораздо более ценно, нежели деньги, которые можно заработать на авторе.

Но дело даже не в этом. После того как я отказался сотрудничать на платных условиях, мне заявили следующее: «Мы будем публиковать ваши статьи бесплатно при условии, что в них не будет упоминания о ваших продуктах». Понимаете, как работает гениальная мысль бизнесмена? Оказыва-

ется, философию Трансерфинга можно запросто положить на одну витрину с колбасой или кроссовками. То есть я могу в своих статьях разглагольствовать о чем угодно отвлеченном, только о Трансерфинге – ни-ни – это продукт!

Здесь, очевидно, внимание занято одной всепоглощающей страстью: вместо намерения сделать первый шаг перед зеркалом, чтобы отражение двинулось навстречу, наблюдается стремление во что бы то ни стало схватить это отражение и силой притянуть к себе. Психология, недалеко продвинувшаяся от детского «Дай!». И одновременно судорожный страх перед тем, чтобы, не дай бог, сделать кому-то бесплатную рекламу. Просто внимание несвободно, потому оно и не в состоянии уловить смысл принципа «откажитесь от намерения получить, замените его намерением дать, и вы получите то, от чего отказались».

Я, например, в этом отношении абсолютно свободен и не стану ворочаться по ночам из-за того, что кто-то заработал на моих рекомендациях. Да на здоровье! Если я что-то рекомендую, то делаю это не с целью кого-то продвинуть, а чтобы облегчить другим поиск надежных ресурсов, которым можно доверять. И мне невдомек, почему все вокруг так озабочены и щепетильны по поводу бесплатной рекламы.

Еще одна простая иллюстрация эффекта захвата. Когда какая-нибудь компания выезжает на природу, что делается в первую очередь? Распахиваются двери автомобиля, и врубаются радио на полную громкость. Казалось бы, странно,

вместо того чтобы отдохнуть от городского шума и послушать тишину леса и пение птиц, включается все та же долбежка по мозгам. Может быть, все у нас такие любители музыки или свежих новостей?

Сравните современного человека и того, кто жил тысячу лет назад, когда не было газет, кино, радио, телевидения, интернета и мобильных телефонов. Это совершенно разные люди! И главное отличие даже не в уровне интеллекта, цивилизованности или образования. Дело в том, что *современный человек конкретно посажен на информационную иглу* – он уже не в состоянии обойтись без внешнего потока информации. Вот этот поток, созданный системой, и порождает *эффект захвата внимания*.

Вам может казаться, что вы полностью сосредоточены на том, чем заняты в данный момент, но на самом деле *активна лишь незначительная доля вашего внимания*. Большая же часть *связана* невидимой нитью с информационной паутиной Системы, *зарезервирована* под внешний управляющий поток, как депозитная ячейка в банке.

А еще одна, не менее значительная часть внимания *заблокирована*, находится в состоянии гибернации. Блокировку индуцирует *синтетическая пища*, как и любой другой продукт, вызывающий измененное состояние сознания, в большей или меньшей степени.

Итак, в современной реальности идут два параллельных процесса: *захват* и *блокировка* внимания. Эти процессы

являются неотъемлемой частью более сложного механизма развития Системы – матрицы.

## Резюме

■ Люди в подавляющем большинстве спят, буквально действуют как во сне – не сами управляют своей жизнью, а жизнь с ними случается.

■ Вместо намерения сделать первый шаг перед зеркалом, чтобы отражение двинулось навстречу, люди пытаются схватить это отражение и силой притянуть к себе.

■ Современный человек конкретно посажен на информационную иглу – он уже не в состоянии обойтись без внешнего потока информации.

■ Поток информации, созданный системой, порождает эффект захвата внимания.

■ Активна лишь незначительная доля внимания. Большая же часть зарезервирована под внешний управляющий поток, как депозитная ячейка в банке.

■ Еще одна, не менее значительная часть внимания, заблокирована, находится в состоянии гибернации. Блокировку индуцирует синтетическая пища.



## **Заметки на полях**

*Феномен захвата внимания, который наблюдается в последние годы, – первый симптом и признак того, что система, как опухоль, начинает активно разрастаться. Для человека это не проходит даром, его способности блокируются, возможности резко сокращаются. Мы начали с обсуждения основ Трансерфинга и трудных вопросов, а теперь переходим к тому, из-за чего эти трудности возникают.*

## **Техногенное сознание**

Одновременно с развитием *техники и технологий* должно формироваться и соответствующее *техногенное сознание* – сознание киборгов, если хотите. Первое без второго невозможно – все взаимосвязано. Питаешься синтетикой – становишься киборгом, становишься киборгом – питаешься синтетикой. Для человека все это означает одно – он превращается в ячейку матрицы. И это уже вовсе не фантастика.

Почему об этом нигде четко и ясно не говорится? Это, опять же, закономерно. Во-первых, системе такого рода информация невыгодна, а во-вторых, осознанность людей уже в достаточно сильной степени заблокирована, а внимание захвачено – оно постоянно уводится в сторону вещей второстепенных и несущественных.

Что можно противопоставить этим процессам? Многие

на пути духовного поиска обращаются с надеждой к древним эзотерическим учениям и практикам. В чем-то это может служить опорой, но особых надежд на практики, которым тысячи лет, возлагать не стоит, потому что разрабатывались они в то время, когда люди были совсем другими и жили в совершенно иных условиях.

Можно еще вытянуть свою осознанность на более высокий уровень и чисто ментальным способом, путем постоянного наблюдения за собой, своими мыслями и действиями, за окружающей реальностью. Однако постоянно себя воспитывать и находиться в готовности номер один достаточно трудно, для этого требуются дисциплина Воина и значительные волевые усилия. Далеко не каждому это дано, и очень немногие станут такой практикой заниматься.

С учетом всего вышесказанного практика питания натуральной и по возможности живой пищей представляется наиболее простой, естественной и в то же время эффективной. Это как минимум снимает *блокировку внимания*. Сознание действительно проясняется и освобождается, не говоря уже о подъеме общего тонуса, энергетики и здоровья, что в один голос подтверждают все, кто это понял и испробовал на себе. И требуется ведь совсем немного – всего лишь понять и попробовать.

Недавно в новостях промелькнула информация о девочке, страдающей одной из форм навязчивого состояния – она вынуждена помногу раз повторять одно и то же бессмыслен-

ное действие, например считать шаги или закрывать двери. Это крайняя степень захвата внимания паразитами сознания. Доктора усиленно пичкают ее психоделиками, но это не помогает. Таким «лечением» они добьются лишь одного – превратят девочку в растение. А ведь ей помочь очень просто – достаточно изменить ее рацион – живая натуральная растительная пища и побольше свежей зелени. Паразиты сознания сами отвалятся, может даже помощь психотерапевта не потребоваться, не говоря уже о химии. Но я не могу помочь, потому что меня не слушают. Доктора не понимают что делают, поскольку их внимание так же захвачено. Все это очень грустно.

\* \* \*

Феномен захвата внимания – явление нешуточное, если не сказать, пугающее. Помните, как фантасты стращали нас захватом Земли инопланетянами? Но может быть, опасность (как это часто бывает) надвигается с совершенно иной, непредвиденной стороны?

С древних времен известно: то, что входит в человека непосредственно, формирует его физическое тело, сознание, а вслед за этим и индивидуальную реальность. Однако спустя тысячелетия этот фундаментальный принцип превратился в настолько избитый стереотип, что перестал обращать на себя внимание. Люди о нем дружно забыли и устреми-

лись на поиски каких-то новых, скрытых секретов улучшения своей жизни.

Помните сказку о Синдбаде-мореходе? Однажды путешественники прибыли в страну, где местные жители их встретили очень радушно и принялись кормить вкусной едой. Путешественники ели эту пищу в течение многих дней, и постепенно их тела превратились в толстые туши, а сознание помутнело. Они перестали объективно оценивать реальность. Как оказалось, их кормили на убой. Я не прекращаю повторять, что сказок и фантастики не бывает – это все аспекты нашей реальности, которые уже были или еще будут реализованы.

Согласитесь, разве не странно, подавляющее большинство людей вообще не задаются вопросом – что они едят, как и зачем – *они просто едят, и все*. Максимум, что их заботит, это чтобы было вкусно, или, по крайней мере, практично.

Конечно, степень осознанности в этом вопросе у всех разная. Например, представьте себе старушку, которая, из чисто практических соображений, заговаривается макаронами, белой мукой, дробленой крупой, маргарином, рафинированным маслом, сахаром. Исходные продукты уже сами по себе никуда не годные, а конечные блюда и вовсе – пища изможденных, замученных, больных людей, каковыми и становятся очень многие после сорока лет, а то и раньше. Это наименее осознанная степень осознанности – *человек просто ест то, что*

*съедобно*. И скудная пенсия здесь ни при чем. На те же деньги можно купить гораздо больше натуральных продуктов.

У молодой хозяйки, которая смотрит по телевизору «продвинутые» передачи о здоровом питании, степень осознанности уже повыше, она уже задумывается о том, что ест сама и чем кормит семью. Однако многое из того, о чем вещают телевидение и прочие крупные средства массовой информации, так или иначе, представляет интересы крупных производителей. А крупных производителей, понятно, интересует вовсе не здоровье нации, а нечто другое. Хотя всякая реклама, само собой, идет под эгидой «натуральных здоровых продуктов».

Возьмем для примера самый распространенный продукт – белую муку. Осознанность молодой хозяйки пока не дотягивает до того уровня, чтобы понять, что белая мука (а также изделия из нее) – это чисто синтетический продукт – кулинария, доведенная до абсурда. Все ценное, что есть в зернах, находится в зародыше и оболочке. Белая мука высшего сорта получается путем очистки зерна пшеницы от оболочки и зародыша. Таким образом, все ценное удаляется, а остается лишь мертвая часть, состоящая в основном из крахмала. Эта безжизненная часть зерна предусмотрена природой как своего рода бочка с жиром для зародыша. Питаться изделиями из белой муки высшего сорта – это все равно что купить в магазине крахмал и наворачивать его ложкой за обедом.

К тому же люди не осведомлены, что мука – весьма скоропортящийся продукт. Токоферолы (витамин Е), витамины группы В и остальные полезные вещества очень быстро окисляются на воздухе. Свежесмолотая мука стремительно теряет свой товарный вид, необходимую консистенцию, влажность и прочие свойства, позволяющие из нее хоть что-то делать. Очевидно, это совсем невыгодно ни производителям, ни торговцам. Для того чтобы превратить муку в кондиционный продукт, ее подвергают основательной химической обработке. Но об этом, повторяю, мало кто осведомлен.

Более того, изделия из синтетической муки производятся на основе термофильных дрожжей. Такая практика получила широкое распространение совсем недавно, в годы Второй мировой войны. Просто с дрожжами меньше возни, чем с натуральной закваской. Кинул в тесто – и оно тут же поднялось. А что такое дрожжи? По сути, это искусственно выведенные грибы, причем их живучесть сравнима с живучестью самых опасных паразитов – их даже высокие температуры не убивают, отчего и название такое – термофильные.

Вот и представьте теперь, в вашем организме поселяется *чужой* – гриб, который начинает перестраивать вашу внутреннюю среду под себя. Пока известно лишь то, что дрожжи угнетают симбиотную микрофлору (откуда и невиданная популярность всевозможных йогуртов, опять же, синтетических, которые эту флору якобы «восстанавливают»). О прочих дегенеративных изменениях можно судить лишь по ко-

личеству смертей от новых болезней и по доходам фармацевтических компаний, потому как соответствующие исследования не проводятся (раскрытие правды очень многим невыгодно).

Что же делать молодой хозяйке в условиях, когда ее со всех сторон обложили мертвой синтетикой?

Представьте теперь другую картину. На вашей кухне стоит такое чудо – своя электромельница. (Наверно, многие даже и не догадываются, что такое чудо на свете есть.) Вы можете в любой момент размолоть зерно сами и тут же приготовить из него все, что угодно, от хлеба до кондитерских изысков. И вы будете точно знать, что никакой химии и дрожжей в ваших вкусных штучках и в помине нет. И все полезные вещества сохранены. И увидите, какой должна быть мука – не белой, как крахмал, а бурой, с крапинками драгоценной оболочки и зародыша. Вот это и будет настоящая мука, какую использовали наши прадеды и какой вы никогда не видали.

На самом деле приготовить натуральную закваску и испечь свой хлеб совсем несложно – не сложнее тривиального печенья. А если захотите получить еще и целебный продукт, то зерно, опять же, нетрудно сначала прорастить, а затем высушить. Экологическое зерно можно без проблем (во всяком случае, пока) купить в специализированных магазинах или заказать через интернет. И рецепты сейчас доступны в интернете, и электромельницу можно найти там же. А мельничка на вашей кухне станет вашей любимицей, когда

вы увидите, какое это чудо, и поймете, что она освобождает вас от неисчислимой и ненасытной оравы производителей синтетики. Но для этого необходимо, чтобы Осознанность молодой хозяйки поднялась хотя бы на одну ступеньку выше. Понимаете?

## Резюме

■ Питаешься синтетикой – становишься киборгом, становишься киборгом – питаешься синтетикой.

■ Внимание постоянно уводится системой в сторону вещей второстепенных и несущественных.

■ То, что входит в человека непосредственно, формирует его физическое тело, сознание, а вслед за этим и индивидуальную реальность.

■ Подавляющее большинство людей вообще не задаются вопросом – что они едят, как и зачем – они просто едят, и все.

■ Питание натуральной и по возможности живой пищей как минимум снимает блокировку внимания. Сознание проясняется и освобождается, не говоря уже о подъеме общего тонуса, энергетики и здоровья.



## **Заметки на полях**

*Посмотрите вокруг: спящие, немощные, болезные люди, кормятся в системных супермаркетах, морочатся в системных медучреждениях, слепо внимают рекламе... Человечество дошло до такого идиотизма, что стало уничтожать себя уже не то что через окружающую среду, но непосредственно, через пищу. Такой глупости очень трудно было ожидать от существ, называющих себя разумными.*

## **Артефакт намерения**

Предлагаю вам одну мощную и причём древнюю технику, которая в нынешних условиях захвата и блокировки внимания оказывается весьма полезной.

Потребуется некий атрибут – маленькая игрушка, сувенирчик, талисман, варежка... – любая вещица, внушающая вам симпатию. Это может быть чей-то подарок, либо вещь, купленная или сделанная вами, либо случайная находка, чем-то зацепившая ваше внимание.

Техника сводится к простому «языческому» ритуалу, который нужно выполнять утром и вечером. Вы берете в руки свою игрушку и говорите ей: «Доброе утро (спокойной ночи), мой хороший. Я люблю тебя и забочусь о тебе, а ты помогаешь исполнить мое желание». И далее произносите *декларацию намерения* о том, чего хотите достичь. Например:

*Мой мир меня любит, мой мир обо мне заботится, я встречаю свою половинку (или моя половинка находит меня – как вам больше нравится), мне предлагают отличную работу, я блестяще реализую свой проект, мне открывается возможность занять свой дом, я нахожу свою цель, мои дела идут в гору, и так далее, чего вам больше всего хочется.*

На одну игрушку – одно желание. Если желаний несколько, придется заводить несколько атрибутов, и с каждым «шептаться» по отдельности. Декларация должна быть сформулирована лаконично, ясно и конкретно, в утвердительной форме, в настоящем или продолженном времени, и не как просьба или молитва, а как намерение, безо всяких условий и объяснений. Произнося декларацию, вы должны не желать, а *намереваться*. Вы намереваетесь сделать и делаете. Намереваетесь получить и получаете. Если декларация сформулирована правильно, вас посещает характерное чувство *уверенности, знания*, что вы свое получите.

Несмотря на внешнюю простоту и невинность (или даже наивность), игрушка достаточно серьезная. Сейчас я объясню, как и почему она работает. В основе ее механизма лежат две функции. Первая, что очевидно, это *крючок намерения*. В современной реальности на человека большое влияние оказывает *эффект захвата внимания*, отчего фиксировать намерение на цели становится все труднее и труднее. Вы сами можете понаблюдать за собой, как много всяких на-

мерений постоянно откладывается на потом, как много возникает всяких неотложных дел и отвлекающих моментов, не дающих буквально на минуту присесть и сосредоточить свои мысли на цели.

А данный ритуал, который вы включаете в свое обязательное расписание, действует как лассо, фиксирующее ваше внимание на том, на чем оно непременно и систематически должно останавливаться, если хотите добиться результата.

Вторая функция уже не совсем очевидна, поскольку лежит в сфере метафизической, неосвязаемой. Наравне с миром физическим существует такой же объективный, но невидимый мир, населенный тонкоматериальными сущностями, такими же реальными, как мы с вами. Этот мир нами воспринимается лишь косвенным образом, в форме паранормальных явлений. Так же и сущности тонкого мира воспринимают наше присутствие лишь в виде каких-то отблесков, фантомных проекций другого измерения.

Представьте, что при раскопках в слое, которому миллионы лет, вы обнаруживаете предмет явно неестественного, скорее даже внеземного происхождения. Вас буквально парализует благоговейный трепет, потому что термин «удивление» здесь не подходит – слишком нереально то, что вы видите. Подобный предмет называется *артефактом*. В энциклопедии ему дается такое определение: «Процесс, предмет, свойство предмета или процесса, появление которого

в наблюдаемых условиях по естественным причинам невозможно или маловероятно. Является признаком *целенаправленного вмешательства* в наблюдаемый процесс либо наличия неких неучтенных факторов».

Точно так же *предмет, подсвеченный намерением*, представляется тонкоматериальным сущностям как артефакт, вызывая у них сильное любопытство. Мир остальных окружающих нас материальных объектов для сущностей остается невидимым. Мы, как правило, не придаем *значения* вещам, не вкладываем в них *намерения*, а лишь механически используем в качестве приспособлений, орудий труда или интерьера. Единственным универсальным связующим звеном между нашими мирами являются *намерение и любовь*. Если в материальный объект вложить намерение, он из безжизненного куска материи превращается в *предмет Силы*, который в тонком мире уже становится видимым. Для сущностей он предстает как *артефакт намерения*, обладающий признаком целенаправленного вмешательства из какой-то параллельной реальности. А если в него вложена еще и любовь, артефакт начинает светиться и привлекать к себе сущностей, как нектар бабочек.

Это самостоятельные сущности (не маятники), они все разные, большие и маленькие, развитые и не очень. Они не имеют прямого доступа к нашему миру, но очень им интересуются и, если представляется такая возможность, охотно идут на контакт. В книгах я уже писал о том, что вы спо-

способны создавать свои сущности – фантомы и поддерживать их жизнь мысленной энергией. А может случиться и так, что вам удастся привлечь и приручить уже зрелую сущность, которая станет вашим *союзником*. Артефакт намерения, ваша игрушка, является связующим звеном, своего рода телефонным проводом, между вами и союзником. В какой форме будет происходить ваше «общение», совершенно не важно – какие правила установите, такие и будут работать. От вас требуются только более-менее постоянное, систематическое внимание и подпитка энергией намерения и любви. Небольшого утреннего и вечернего ритуала будет вполне достаточно.

Итак, когда вы совершаете ритуал со своей игрушкой, на нее садится сущность, как бабочка на цветок. Она греется в теплых лучах вашей любви, а к вашему намерению с интересом прислушивается. И, в общем-то, опять же не важно, понимает сущность, что вы хотите ей сказать или нет. Она просто слушает, как сказку или песенку, а затем улетает и разносит ее повсюду, как эхо: «Мой мир меня любит! Мой мир обо мне заботится! Моя мечта, мы скоро встретимся!» Вот это эхо и является той весомой добавкой, которая заметно усиливает ваше собственное намерение.

## **Резюме**

■ Если в материальный объект вложить намерение, он из безжизненного куска материи превращается в предмет

Силы, который в тонком мире уже становится видимым.

■ Артефакт намерения является связующим звеном, своего рода телефонным проводом, между вами и союзником.

■ Декларация должна быть сформулирована лаконично, ясно и конкретно, в утвердительной форме, в настоящем или продолженном времени, и не как просьба или молитва, а как намерение, безо всяких условий и объяснений.

■ Если декларация сформулирована правильно, вас посещает характерное чувство уверенности, знания, что вы свое получите.

■ Данный ритуал фиксирует внимание на цели.



### **Заметки на полях**

*Мои книги, особенно эта, – совершенно самостоятельные сущности, личности. И эти личности сильнее меня. Они сами пишутся, не я их пишу. И они пишутся так, как они того хотят, а не как мне бы хотелось. А потом еще и в издательстве начинают командовать. Редакторы мне рассказывали, бывает, когда моя книга приходит, так буквально под себя перестраивает их распорядок, будто новая начальница.*

*Последние полгода работы над этой книгой я*

*каждый месяц находился в состоянии, что ну вот, уже конец. Но нет, какая-то Сила подкидывала еще несколько вопросов и заставляла над ними трудиться. Данная книга – сама предмет Силы – артефакт Силы, я в этом абсолютно уверен. Исполнитель я посредственный, но она все время волокла меня за шиворот и выжала из меня все, что ей было нужно.*

## Страшная тайна

Глава «Артефакт намерения» публиковалась в рассылке (сейчас рассылка уже не выходит). Здесь я отвечаю на некоторые вопросы, продолжая тему захвата внимания.



Описанная вами техника ничем не отличается от шаманских ритуалов. Вы как раньше, так и сейчас не способны сказать ничего нового.

А разве я когда-нибудь утверждал, что открываю что-то новое? Да помилуйте, наоборот, я всегда называл Трансерфинг древним Знанием, которое, между прочим, известно многим и безо всяких книг, поскольку многие из нас – очень древние души.

Неужели вы до сих пор не поняли, что все пишут об одном и том же, начиная с древних Вед и кончая Блаватской?

О современных авторах я уж не говорю. В нашем мире нет ничего нового, потому что этот мир уже достаточно стар.

Открою вам одну страшную тайну. Не говорите никому! Дело даже не в том, что нового может открыть лично для вас тот или иной автор, а в том, что нового *вы сами* способны открыть для себя, читая разных авторов. Вы с одинаковым успехом можете изучать очень серьезный философский труд, а можете читать незамысловатую сказку, – *результат, по большому счету, зависит не от внешнего источника информации, а от того, какие мысли при этом крутятся у вас в голове.*

Вопрос следовало формулировать иначе: «Читая ваш текст, я не открыл ничего нового». И далее ряд уточнений:

1. «*Нового в смысле вообще или нового для себя?*» Вы ведь понимаете, что это совершенно разные вещи?
2. «*Не открыл почему?*» Кто в этом виноват, вы или автор?
3. «*О чем я думал в тот момент, когда читал текст?*»

О том, что вы очень умный и все знаете?

4. «*Как работал мой ум, когда я читал текст?*»

Последнее уточнение весьма существенно. Мы уже как-то обсуждали, что средний современный человек является больше потребителем информации, нежели ее творцом. В процесс создания информации в нашем мире вовлечены очень немногие – менее 1 % населения. Остальные ее *толь-*

ко потребляют. И даже те, кто создает, в свою очередь тоже являются потребителями. В каком смысле?

Представьте такую несколько утрированную картину. В кинотеатре сидит некий кибернетический организм (допустим, таких уже научились делать), способный выполнять две простейшие функции: поглощать попкорн и мигать лампочками в ответ на внешние шумовые и зрительные эффекты. Когда киборг просто смотрит кино, ни о чем не думая, и жует попкорн, в его организме идут два процесса.

Первый: попкорн входит в одно отверстие и двигается по направлению к другому отверстию, подвергаясь попутно некоторым пищеварительным метаморфозам. Второй процесс: подобным же образом в соседние отверстия входит информация, вследствие чего внутри крутятся какие-то шестеренки (реакция типа «Ух ты, гы-гы!»), а снаружи мигают лампочки. Процессы, казалось бы, разные, но суть у них одна и та же: и попкорн, и информация просто входят и выходят, не порождая никаких изменений, а уж тем более творений и озарений.

Я вовсе не хочу сказать, что смотреть кино и читать книги просто так, для развлечения, не имеет смысла. Все имеет смысл, если делается осознанно. Но если шестеренки настроены лишь на потребление информации, то выдавать из своего выходного отверстия критические заключения, мол, это не ново, неинтересно, недостойно меня, – по меньшей мере, неэстетично.

Если человек, прочитав книгу, заявляет, что не нашел там ничего нового, то можно с абсолютной достоверностью полагать, что он – примитивный потребитель. А не создатель и уж точно не творец. Потому что узнать что-то новое с чужих слов – это не достижение и не творение. Достижение и творение – это когда вы, листая старые страницы, делаете новые открытия *сами*. Тогда и всякое желание покритиковать, как оставить метку на столбе, пропадает напрочь, потому что и намерение занято совсем другим, и ум работает в совершенно ином режиме.

Теперь давайте разберемся, что же все-таки нового есть в технике «артефакт намерения». Действительно, похожую технику использовали и используют язычники, маги, а также и дети. Но, несмотря на внешнюю схожесть, техники эти, по сути своей, разные.

Если быть кратким, различия состоят в следующем. Маги вкладывают в свои артефакты намерение, превращая их в амулеты, талисманы и прочие предметы Силы. Намерение работает достаточно эффективно. У язычников это уже не намерение, а скорее просьба, мольба, вера, надежда, поклонение, страх. Очевидно, техника, основанная на вере с помесью благоговения, уже гораздо слабее. У детей нет ни веры, ни намерения, но есть любовь. Они просто любят своих мишек и кукол, ни о чем их не упрашивая и не придавая особого значения. В технике «артефакт намерения» используется двойная сила – намерения и любви. Думаю, даль-

нейшие объяснения излишни.

Вопрос лишь в том, захотите ли и способны ли вы испытывать и вкладывать любовь в обыкновенную безделушку. Конечно, понятно, что любовь эта адресована не самому предмету, а сущности, которая за ним стоит. И это вовсе не сентиментальность, как может показаться, а даже скорее «любовь по расчету». Ведь вы, так или иначе, рассчитываете, что сущность, к которой вы обращаетесь через посредство игрушки, вам поможет. Но даже такая, не совсем «чистая» любовь имеет достаточную силу. Мы начинаем любить тех, о ком заботимся, а вы действительно заботитесь о своей игрушке, потому что уделяете ей особое внимание. Да и вообще, как его не полюбить, если он, такой хороший, с обожанием слушает мои сказки и песенки и помогает мне, а сам взамен ничего не требует, кроме капельки внимания к себе.

Однако повторяю, не всем такая техника подходит по складу характера и менталитета. Если она не вписывается в зону вашего комфорта, считайте, что это нормально, и используйте другие техники.



Если артефакт выполнит через какое-то время мое намерение, должна ли я с ним расстаться при появлении новой цели и завести новый? Или он, грубо говоря, многоразового использования?

А разве эхо «одноязычное»? А плеер разве только для одного диска? Конечно, одна и та же сущность может транслировать сначала одно намерение, а потом и на другое переключиться, потому что работает как эхо, или, скажем, как светлячок, который летает в тонком мире, излучая декларацию вашего намерения как программу или радиосигнал. От вас требуется только четкость и последовательность, чтобы не сбивать с толку ни сущность, ни себя.



Что делать с предметом Силы, с Союзником, когда цель выполнена? Просто перестать уделять внимание и любовь этой сущности? Но она же как дитя твое, да притом если еще и нашел этого союзника, а не создал?

Когда программа выполнена, переключайтесь на другую с тем же предметом Силы. В остальном вы и сами все понимаете. Мы в ответе за тех, кого приручили. Например, если домашний питомец вас больше «не вдохновляет», решение, что с ним делать, лежит на вашей совести. Конечно, сущности тонкого мира не проявляют себя столь же явно, как обитатели мира материального. Трудно сказать, что случится с сущностью, которую вы бросили. Она может угаснуть, а может начать жить своей жизнью. Исследований на этот счет никаких не имеется. Но ведь и люди друг друга бросают и начинают жить своей жизнью. Всякое бывает.

Решать в любом случае вам. Один лишь совет – не заводите слишком много союзников, чтобы не обременять себя в будущем.

## Резюме

■ Знания, которые можно почерпнуть из книги, зависят по большей части не от ее содержания, а от того, что читатель сам способен для себя в ней открыть.

■ Узнать что-то новое с чужих слов – это не достижение и не творение. Достижение и творение – это когда вы, листая старые страницы, делаете новые открытия сами.

## Шаг из строя

Сейчас всем, как женщинам, так и мужчинам, как молодым, так и не очень, хочется быть здоровыми, стройными, красивыми. Поэтому в последующих главах я дам информацию о том, как этого достичь. Речь пойдет о воде, воздухе и пище, поскольку *то, что мы пьем, едим и чем дышим, лежит в основе всего остального*. Все остальное, в конечном итоге, является производным. Я нисколько не преувеличиваю. С этого все начинается и продолжается по цепочке причин и следствий. Вода, воздух и пища, как материальное начало, формируют здоровье и внешний вид и определяют духовное продолжение – величину свободной энергии, внутренний настрой, мировосприятие, успех в делах и личной

жизни, способность управлять реальностью.

Возможно, кому-то покажется, что все это не имеет прямого отношения к Трансерфингу, а кого-то здоровье как понятие вообще не интересует. Ну, это до поры до времени. С годами ваше мнение кардинально изменится. И если уж разговаривать «по понятиям», очень многие просто не представляют, что значит иметь хорошее здоровье и высокий энергетический тонус, поскольку никогда этого не испытывали.

Организм, как материальная оболочка нашей души, до поры до времени не доставляет особого беспокойства. Он способен нормально ходить и даже иногда бегать, водить машину, двигать руками и ногами, раскрывать и закрывать рот, совершать колебательные движения в постели, удовлетворять простейшие потребности, отправлять естественные надобности, в общем, вести себя вполне адекватно. Но стоит поместить такой средний организм в сколь-нибудь экстремальные условия, как он тут же скисает и начинает звать маму.

То, что здоровье пока никак себя не проявляет, еще ни о чем не говорит. Организм растет и развивается до 20 лет. После двадцати начинается обратный процесс. Есть такой закон, очень неприятный закон: *если нет развития, идет деградация*. Фактически это означает, что если после 20 лет вы не прилагаете никаких усилий для развития, значит вы деградируете. Если раньше здоровье было просто дано, то после сорока лет, а для кого-то и намного раньше, за него

приходится буквально бороться. А не станешь этого делать, увидишь свою деградацию «во всей красе».

Не существует здоровья и энергии «на уровне». Есть либо движение вверх, либо вниз. Это движение почти незаметно, зато результат появляется как-то сразу и вдруг: откуда-то целлюлит вылез, или живот вырос...

Так вот, чтобы не наступило это самое «вдруг», не лучше ли вместо пассивной и бесславной деградации выбрать путь развития? Для этого нужно выйти из общего строя, шагающего прямиком в матрицу, и начать действовать грамотно, осознанно, а не как повелось в обществе спящих марионеток. Последующая информация многим покажется необычной и никак не согласующейся с общепринятыми нормами. Действительно, если вы сделаете решительный шаг из строя, то окажетесь за пределами матрицы. Вы станете делать многое совсем не так, как все остальные, но зато по сравнению с остальными получите гораздо больше энергии и свободы от маятников. Сначала то, что вы будете делать, удивит вас. Затем вы начнете удивлять, обескураживать и даже раздражать окружающих. А потом окружающие, глядя на то, что происходит с вами, будут брать с вас пример.

## **Резюме**

■ То, что мы пьем, едим и чем дышим, лежит в основе всего остального.

■ Есть такой закон, очень неприятный закон: если нет

развития, идет деградация.

■ Не существует здоровья и энергии «на уровне». Есть либо движение вверх, либо вниз.

## Механика старения

Мы с вами – не только светящиеся существа, излучающие энергию. В своей материальной основе – мы своего рода капли одушевленной воды. Старый человек представляет собой иссушенную каплю, если, конечно, он не заплыл жиром. Организм стареет, когда вода покидает его клетки. А почему она их покидает? Одна из причин в том, что воду вслед за энергией высасывают из клеток свободные радикалы – как насосом. Наверно, многие слышали и о свободных радикалах, и об антиоксидантах, но, скорей всего, смутно представляют, что это такое.

Так вот, свободные радикалы – это молекулы-вампиры – они положительно заряженные, неполноценные и зверски голодные, поскольку им недостает свободного электрона. Эти вампиры ищут, где бы урвать свободный электрон. А вырывают они его из беззащитной клетки. В результате клетка теряет энергию – жизненную силу, со всеми вытекающими последствиями. Свободные радикалы – одна из главных причин старения организма. Антиоксиданты – это, напротив, отрицательно заряженные молекулы, которые несут свободный электрон. Такие молекулы – доноры – они нейтрали-

зуют свободные радикалы.

С процессом старения все обстоит достаточно просто: *ваша внешность есть отражение вашего здоровья; а молоды вы настолько, насколько еще держится заряд в ваших аккумуляторах – клетках*. Здоровье напрямую зависит от чистоты организма. Чистота организма зависит от того, чем и как вы его питаете. Заряд клеток, или, другими словами, их «живость», так же напрямую зависит от степени «живости» вашего питания.

Живые вода, воздух и пища – это антиоксиданты. Мертвые вода, воздух и пища – это свободные радикалы. Первые подзаряжают клетки, омолаживают организм, вторые этот заряд отнимают и ускоряют процесс старения. Вот главное, что нужно знать. Истина всегда незамысловата и лежит на поверхности. Как говорил Козьма Прутков, «то, что просто, всем понятно, а то, что сложно, никому не нужно».

Привычный рацион среднестатистического человека состоит из продуктов, приготовленных на огне, – это *мертвая пища*. *Живая пища*, напротив, – та, что не подвергалась тепловой обработке. Аналогично с водой и воздухом. То, чем обычный человек дышит и что он пьет, – мертвое. И не только лишь по причине загрязнения окружающей среды, о котором известно всем. Скажем так: мы знаем лишь то, что положено знать послушному элементу системы. О многих других жизненно важных вещах нам просто не рассказывают. Все рожденное натуральной живой природой, при соприкос-

новении с техногенной цивилизацией, подвергается кардинальным, хоть и не всегда заметным, изменениям.

В природе никто, кроме человека, не готовит себе еду на огне. Вареная пища способна лишь поддерживать существование. И это не достижение человеческого разума, а его фатальная ошибка. В вареной и консервированной пище практически все полезные вещества превращаются в неорганические, мертвые. Органические вещества отличаются от неорганических на квантовом уровне. *Усваиваются только органические, живые микро- и макроэлементы, содержащиеся в живых (не вареных!) растениях.* Растения, в отличие от нас, способны не только аккумулировать химическую неорганику из окружающей среды, но и преобразовать ее в форму, приемлемую для животных организмов. Именно поэтому они располагаются на нижней ступени пищевой пирамиды.

А что происходит с теми веществами, которые не усваиваются? Организму приходится их как-то выводить, однако нагрузка столь велика, что он просто не справляется. Природа не могла наперед знать, что одно (а точнее, единственное) из живых существ на планете вздумает превращать живую пищу в мертвую.

Наблюдается странная картина: люди прилежно соблюдают наружную гигиену, а о внутренней мало кто задумывается. Между тем в теле обычного человека находится целый склад мусора – его не видеть, но по весу наберется несколь-

ко (бывает, десятков) килограммов. Выделительные системы не успевают избавляться от отходов и вынуждены рассовывать всю эту грязь, куда только возможно. В результате тело начинает очень быстро засоряться и походить на старую сантехнику, которую никогда не чистили.

Резервы у организма огромны, поэтому человек иногда умудряется продержаться до семидесяти, а то и более лет. Однако всему приходит конец. Уже находясь на середине жизненного пути, все люди начинают испытывать последствия зашлакованности: болезни, избыточный вес, вялость, да и вообще, силы уже не те, и все не так, как было раньше, в юности.

Все дело в том, что биополе очень чутко реагирует на засорение «канализации». Чакры закупориваются, энергетические каналы сужаются, поток энергии превращается в слабый ручеек, что приводит к потере жизненной силы. Главной, если не единственной, причиной дефицита свободной энергии является прозаическая зашлакованность организма. Тело обычного человека сохраняет в себе частицы погибших клеток, белковую и жировую массу – ею захламлены межклеточные пространства и буквально нафаршированы лимфатические и кровеносные сосуды. Этот мусор мешает нормальному функционированию всех систем – он препятствует «общению» клеток, снижая силу электрических сигналов, передаваемых ими друг другу. Ослабление энергетики, в свою очередь, влечет за собой патологические нарушения

в физическом теле. Получается замкнутый порочный круг.

Существует один фундаментальный принцип, истинность которого, в силу его простоты и очевидности, не может быть подвергнута сомнению: *живой организм должен получать живую пищу*. Значение этого принципа впервые отметил доктор Фрэнк Поттенджер, который еще в начале XX века провел один обстоятельный эксперимент. В течение 10 лет он кормил одну группу кошек сырыми продуктами, и все они сохраняли хорошее здоровье и выносливость. Вторая группа получала вареную пищу, в результате чего у животных развились все человеческие болезни: пневмония, параличи, выпадение зубов, вялость, нервозность и так далее, то есть пострадали практически все системы организма. Котята в первом поколении родились слабыми и больными, во втором – было много мертворожденных, а в следующем поколении кошки стали страдать бесплодием.

Еще более шокирующий пример – на людях. В советское время в некоторых областях России среди колхозников была заведена такая практика: утром они уходили в поле на весь день, а возвращались только вечером, и если дома никого не оставалось, они с утра ставили котелок с кашей и борщом в нагретую печку, чтобы к приходу все было сразу горячим. Там, где было так заведено, люди жили очень недолго и рано умирали по непонятным причинам. Причина, однако, вполне очевидна: с каждым новым подогревом пища становится еще более мертвой.

Еще один важный вывод сделал доктор Эдвард Хоуэлл, один из основоположников системы естественного оздоровления. Его открытие состояло в том, что главным компонентом, отличающим сырую пищу от той, которая прошла кулинарную обработку, являются ферменты (энзимы). Он установил, что эти «единицы измерения жизненной энергии» *разрушаются при температуре выше 41 °С*. Почему же он дал им такое высокое звание – «единицы измерения жизненной энергии»?

Ферменты – это вещества, которые делают жизнь возможной. Они необходимы в любой химической реакции, протекающей в нашем организме. Без ферментов вообще бы не было никакой активной деятельности в живом теле. Это «рабочие», которые выстраивают организм подобно тому, как строители возводят дома. Питательные вещества, витамины, минералы являются лишь строительным материалом. Все движение на «стройке» обеспечивается именно ферментами. Причем они служат не просто инертными катализаторами, ускоряющими химические реакции. Как выяснилось, в процессе своего действия ферменты дают определенное излучение, чего не скажешь о катализаторах. Ферменты состоят из белковых транспортировщиков, заряженных энергией, как в электрической батарее.

Откуда наш организм берет ферменты? По всей видимости, мы наследуем определенный ферментный потенциал при рождении. *Этот ограниченный запас энергии рассчитан*

на всю жизнь. Это все равно что получить определенный стартовый капитал. Если его только тратить, наступит банкротство. Точно так же, чем быстрее вы израсходуете энергию ферментов, тем скорее истощится жизненная сила. Когда вы достигаете такого момента, при котором ваш организм больше не способен производить ферменты, ваша жизнь заканчивается. Батарейка садится.

*Употребляя пищу, подвергнувшуюся тепловой обработке, люди беспечно растрачивают свой ограниченный запас ферментов. Как считает доктор Эдвард Хоуэлл, это является одной из основных причин всех болезней, преждевременного старения и ранней смерти. Сырые продукты содержат свои ферменты, которые позволяют осуществлять аутолиз, — пища усваивается легко, потому что главным образом варится сама в собственном соку.*

Академик А. М. Уголев проводил характерный эксперимент: в один стакан с желудочным соком он помещал вареную лягушку, а в другой сырую. Сырая растворялась полностью, а вареная только немного деформировалась поверхностно, так как ее ферменты уже были мертвы.

Так вот, если вы едите приготовленную пищу, лишенную ферментов, организм вынужден отвлекать свои резервы для ее переваривания. Вот это и ведет к уменьшению ограниченного ферментного потенциала.

Представьте, что вы решили затеять в своем доме капитальный ремонт. Есть два варианта развития событий. В пер-

вом случае вам завезли необходимые материалы, свалили все в кучу и уехали. Вам пришлось самим браться за дело и потратить очень много сил и времени, чтобы выполнить всю эту тяжелую работу. Во втором случае вместе с материалами приехали строители и сами же все сделали, а вы в это время отдыхали и занимались собой.

Именно такая разница существует между питанием обработанной пищей и употреблением сырой. Когда человек ест вареные продукты, все жизненные силы направляются на трудоемкое дело переваривания. *Ферменты, эти «работчие», которые должны быть заняты своими прямыми обязанностями – очищением и восстановлением живых тканей, вынуждены все оставить и выполнять несвойственную для них работу.* Им больше некогда заниматься организмом, и он приходит в запустение.

Вы можете себе представить такую ситуацию, когда люди вдруг перестали ходить и сидеть спокойно, а принялись носиться, как ошалелые, несмотря на страшную усталость? Точно так же различаются режимы работы организма сыроеда и «обычного» человека – один спокойно прогуливается, а другой бежит вечный марафон, пока не упадет в бессилии.

Еще одна причина старения известна как «лимит Хайфлика». Американский ученый Леонард Хайфлик открыл, что клетки организма могут делиться только ограниченное число раз – около пятидесяти, после чего просто умирают. Лимит Хайфлика зависит от теломер – концевых участков

ДНК. При каждом делении клетки теломер укорачиваются. После определенного количества таких делений теломеры уменьшаются до предела, после которого дальнейшее деление невозможно – клетка умирает.

Но это еще не все. Главный вывод, к которому пришли в ходе многочисленных экспериментов, состоит в том, что *основной причиной уменьшения длины теломер, помимо деления клеток, является воздействие свободных радикалов.* Другими словами, организм не успевает прожить положенный ему срок, потому что человек с рождения целенаправленно убивает себя мертвой пищей.

Итак, подведем итог. Организм человека подобен батарейке – живет до тех пор, пока заряд не иссякнет. Когда вы питаетесь пищей, прошедшей тепловую обработку, заряд расходуется очень быстро. Но если в ваш рацион входит только живая пища, батарейка почти не садится. Представьте, что у вас есть фонарик, который вы очень редко включаете, – батарейку можно не менять годами. А если он у вас горит постоянно, сами знаете, что надо делать с таким же постоянством. Вот только вашу личную батарейку заменить невозможно – она сядет, а вы тихо «погаснете».

А ведь можно вернуть прежнюю бодрость и даже обрести такое здоровье, какого у вас никогда не бывало! Но для этого потребуются *превратить мертвую кухню в живую.* Что у вас там – плиты, кастрюли, сковородки? Если вы захотите *взломать время* и перевернуть песочные часы своей жизни, то

скоро все эти приспособления для умерщвления продуктов исчезнут с вашей кухни.

## **Резюме**

■ Свободные радикалы – это молекулы-вампиры – они ищут, где бы урвать свободный электрон.

■ Антиоксиданты – это молекулы-доноры – они нейтрализуют свободные радикалы.

■ Здоровье напрямую зависит от чистоты организма.

■ Чистота организма зависит от того, чем и как вы его питаете.

■ Продукты, приготовленные на огне, – это мертвая пища.

■ Живая пища, напротив, – та, что не подвергалась тепловой обработке.

■ Живые вода, воздух и пища подзаряжают клетки, омолаживают организм.

■ Мертвые вода, воздух и пища заряд отнимают и ускоряют процесс старения.

■ Главной причиной дефицита свободной энергии является зашлакованность организма.

■ Ферменты – это вещества, которые делают жизнь возможной.

■ Ферменты разрушаются при температуре выше 41 °С.

■ Употребляя пищу, подвергшуюся тепловой обработке, люди растрачивают свой запас ферментов.

■ Сырые продукты содержат свои ферменты, которые позволяют осуществлять аутолиз, – пища усваивается легко, потому что главным образом варится сама в собственном соку.

■ Организм человека подобен батарейке – живет до тех пор, пока заряд не иссякнет.

■ Когда вы питаетесь пищей, прошедшей тепловую обработку, заряд расходуется очень быстро.

■ Но если в ваш рацион входит только живая пища, батарейка почти не садится.



### **Заметки на полях**

*Обратите особое внимание! Вовсе не обязательно (а точнее, даже и нежелательно) сразу бросаться в крайность и переходить на стопроцентное сыроедение. Вполне достаточно, если рацион состоит из преимущественно живой пищи. Подробнее об этом в книгах «ЧистоПитание» и «Кухня предков».*

## **Холодно и голодно**

Ко мне часто приходили письма с такими вопросами:



Ума не приложу, где найти живую пищу зимой?

Да. Холодно и голодно. Холодно, потому что голодно, а голодно, потому что холодно, и травки нет – приходится искать корм под снегом.

В то время как я писал эти строки, была середина зимы, но погода неожиданно сделала реверанс, и к нам в гости ненадолго заглянула весна. Ростки тюльпанов и одуванчиков потянулись вверх, думая, что с зимой покончено. Это они зря. Так получилось, что я, сам того не желая, зиму испугал. Или может, не испугал, а привел в замешательство, не знаю. Только произошло действительно нечто странное.

В эту зиму у нас выпало очень много снега, что для местности, где я живу, совсем нетипично. У меня даже лыж не было, потому как снега обычно мало, и он долго не держится. А в этот сезон, точнее, с начала декабря, мне приходилось каждое утро брать лопату и откапываться.

В конце концов, мне это порядком надоело, и я решил: все, покупаю лыжи. Мои близкие восприняли эту идею с большим изумлением, но я был непреклонен. Проблема состояла еще в том, что на лыжах у нас почти никто не катается, а потому и в магазинах их не бывает. Однако я уже встал на тропу войны с зимой и не сомневался, что лыжи найдутся. Или Трансерфинг не работает, что ли?

Мой поиск начался с грубого нарушения тех самых принципов Трансерфинга. (У меня такие рецидивы нередко случаются, поскольку большую часть жизни я руководствовался анти-Трансерфингом.) Я рассуждал так: в магазине рядом, под боком, лыж быть не должно, потому что это невозможно (если вообще возможно их наличие в нашем городе). Поиски лыж должны быть непременно долгими и трудными, и найти их может лишь тот, кто умнее всех, кто знает, что лыжи могут встретиться только в самом дальнем, специализированном магазине. И лишь тому они достанутся, кто пройдет все тяготы и лишения на занесенных снегом дорогах, кто испытает всю горечь разочарований от бесплодных поисков.

Так оно и вышло (как заказывал). После того как моя уютная экскурсия по всему городу не увенчалась успехом, я уже безо всякой надежды зашел в самый ближний и простой магазин, где дожидались они – специально для меня припасенные.

Принес я лыжи домой и угрожающе выставил на видное место. На следующий день пошел дождь, а снег начал таять. Это было недели две назад. И так продолжается до сих пор. Даже крещенские морозы не состоялись. Так вот, самые неугомонные из зеленых вообразили, что пришла весна, и вздумали всерьез просыпаться.

А я теперь думаю, что делать дальше? То ли скорее прятать лыжи в сарай, чтобы зима вернулась и вновь усыпила глупых зеленых, то ли ждать, чтобы, как только она снова

приблизится, идти покупать коньки. У меня еще и клюшки нет. Да много еще всего, чем можно вооружиться. В общем, не знаю пока. Поглядим – увидим.

Нечто подобное случалось и ранее, например в Гонконге, куда меня приглашали на презентацию книг. Я знал, что еду туда в сезон дождей, а потому заранее вооружился широким зонтом. За все те несколько дней, что я там находился, дождя так и не случилось. Наши гонконгские друзья все удивлялись: «Что это? С нами Зеланд?» «Нет, – отвечал я, – со мной зонтик».

Теперь вернемся к поискам корма. На самом деле, если вы не представляете, чем питаться зимой, тогда вам еще рано переходить на живое питание. Вы еще не в теме. Надо просто больше интересоваться живой пищей и всем, что с ней связано. В интернете, а в последнее время уже и на книжных полках, можно найти много информации от людей, накопивших полезный опыт.

Не советую только верить всему, что говорят о еде по телевизору, а в особенности что там вещают о живой пище. Последнее любят обсуждать, как правило, именно те люди, у которых подобного опыта нет вообще. Крупные средства массовой информации всегда, так или иначе, работают в пользу крупных производителей и торговцев. Когда вскрывается какая-нибудь «суровая правда о еде», задавайтесь вопросом: кому данная передача выгодна?

Если спуститься в зрительный зал, то можно разглядеть,

какой забавный спектакль играется на сцене: если от «суровой правды» страдают производители, выигрывает медицина, если ущемляются интересы косметики, растет рейтинг фармацевтики, если в данный момент публично избивают одних торговцев, в тот же момент торжествуют другие, и так далее, по-всякому, в разных комбинациях. Идет непрекращающаяся битва крупных маятников – за нас – покупателей и потребителей. Наше дело – в эту битву не включаться и наживки не заглатывать, а отстраненно наблюдать, как на цирковом представлении, осознавая, что это цирк.

Если вы не знаете, чего бы такого съесть или чем себя накормить, не нарушая при этом какое-то правило, сделайте одну простую вещь: *позвольте себе нарушить правило.*

При этом было бы целесообразно руководствоваться следующими принципами.

1. Если нет полной уверенности в том, что вы *хотите и можете* питаться *только и исключительно* живой растительной пищей, следует установить себе более приемлемую планку – питаться *преимущественно* живой пищей, разрешая себе исключения на данном этапе.

2. Если делается исключение, предпочтение следует отдавать тем продуктам, в которых действительно имеется что-то полезное и ценное, а не просто есть то, что съедобно.

3. Полезной и ценной можно считать ту пищу, которая, обладая высокой питательной ценностью, способна скорее очистить, нежели засорить организм.

4. Действовать не по принципу *отказа*, а по принципу *замены* одних продуктов другими, более ценными.

5. Ну и не забывать главный принцип: переход на питание живой пищей должен быть постепенным, по мере своего созревания, а не ценой волевых усилий и эмоциональной нагрузки.

Третий принцип нуждается в комментариях. Продукты, которые больше очищают, нежели засоряют, действительно имеются, даже среди мертвой (приготовленной на огне) пищи. Это, прежде всего, проростки злаковых и бобовых. В сыром виде они все, конечно, проявляют свои качества наилучшим образом, но и в приготовленном виде тоже очень хороши.

Например, проростки маша и нута очищают организм на всех уровнях – от клеток до фильтросистем, обладая при этом высокой питательной ценностью. Готовить их очень просто. Вечером перебрать (иногда встречаются камушки), залить водой и оставить до утра. Утром переложить в дуршлаг, накрыть четырьмя слоями мокрой марли и поставить в теплое место. Вечером вскипятить в кастрюле воду, добавив туда лавровый лист, душистый перец и гвоздику, бросить в кипящую воду проростки и варить до готовности. После воду слить (или не сливать, а употреблять как суп), добавить тыквенное или кедровое масло, можно немного соли или натуральной аджики, и получится блюдо, по своей питательной ценности намного превосходящее мясо, а по очист-

тельными свойствам уступающее только живым проросткам. Маш и нут обычно продают восточные торговцы на рынке. В интернете тоже все можно найти.

Только что сваренный вегетарианский борщ, как ни странно, имеет ОВП (окислительно-восстановительный потенциал), сравнимый с тем, что имеет живая вода. Конечно, борщ на мясном бульоне я не могу рекомендовать. Но если такое блюдо кому-то покажется слишком пресным, можно пассеровать на сковородке помидоры с чесноком, а капусту брать одну часть свежей, а другую кислой. Все овощи варить до полуготовности, не больше. Также ценный и полезный продукт, хоть и приготовленный.

Еще один очень полезный и забытый корм – репка. Высокое содержание кальция, железа и калия. По содержанию витамина С превосходит даже лимоны. Много фосфора и магния. Профилактика рака. Очень полезна для укрепления зубов и скелета. Очищает и оздоравливает ЖКТ. Известна как «пища строителей пирамид» благодаря своей высокой питательной ценности.

Никто не может сказать точно, действительно ли пирамиды были построены «в поте лица», но и в Древнем Египте, а также и на Руси, до появления картошки, репа была одним из основных продуктов питания. Потом, по мере развития техногенной цивилизации и повального идиотизма, очень многие ценные продукты ушли в забвение. Если вам удастся повстречать на рынке какую-нибудь древнюю старушку

с репкой, считайте, крупно повезло. Конечно, еще не перевелись люди, понимающие в этом толк, но таких уже очень мало.

Если зимой хочется съесть чего-нибудь плотного и горячего, попробуйте сварить на пароварке репку (если, конечно, посчастливится ее найти) или хотя бы картошку напололам с репкой, добавив туда же, за пять минут до готовности, несколько луковиц. Как фрукты, так и овощи однозначно надо есть с кожурой (за некоторыми исключениями, например бананы, цитрусовые), потому что в ней содержатся вещества, необходимые для полноценного переваривания данного растения. Следует только знать, что старую зимнюю картошку уже требуется очищать от кожуры – в ней накапливаются вредные вещества. Репку – не обязательно. Но зеленые участки и с репки, и с картошки нужно срезать всегда.

Здесь речь пока идет не о чисто живом питании, а об исключениях и дополнениях к нему. *Смысл в том, что если и нарушать принцип питания живой пищей, то делать это с умом, с минимальными потерями и максимальной пользой для организма.* Например, вареные каши заменять пропущенными бобовыми, картошку – репой. Еще один эксклюзивный продукт в этом отношении – дикий рис.

Хотя к рису это растение, за исключением внешней схожести, не имеет никакого отношения. В свое время дикий рис был одним из основных продуктов питания у североамериканских индейцев (как и амарант у майя и ацтеков). Чрез-

вычайно полезен для организма. Улучшает зрение, реакцию, дает необычайный прилив сил. Очень хорошо тонизирует и уравнивает нервную систему. Богат белком. Сильный афродизиак: можно с одинаковым успехом питаться как устрицами, так и диким рисом.

Готовится по-разному, в зависимости от вида. Общий принцип таков. Сначала замочить в воде на час, а то и на ночь, если не деформируется. (Прорастить дикий рис, к сожалению, не удастся, потому что он, как правило, подвергается высокотемпературной обработке с целью длительного хранения.) Варить в течение 20–25 минут (соотношение воды и риса 3:1). Затем закутать кастрюльку в одеяло на два часа. Заправить по вкусу соевым соусом (если найдете без глутамата) и кедровым маслом.

Отыскать дикий рис в продаже не так-то просто, по той же причине, что и репу – потому что люди в большинстве своем совершенно бестолковы в вопросах еды – ничего не знают и знать не хотят, а *просто едят то, что съедобно*. Потому я и говорю, что, приобщаясь к этой новой практике Трансерфинга, *питанию натуральной и живой пищи*, вы вступаете в элитный клуб.

Обычно дикий рис продается в гастрономических бутылках. В интернете тоже можно найти.

Что касается тепличных овощей и зелени, зимой лучше ими не увлекаться, а перевести фокус внимания на морскую капусту и квашеную белокочанную. Тепличные рас-

тения сильно уступают натуральным по содержанию полезных веществ. И употреблять их систематически можно лишь в том случае, если вы точно знаете, что они были выращены без использования химических удобрений.

Фрукты лучше покупать из тех краев, где они произрастают по сезону в естественных условиях. Например, бананы, апельсины, мандарины, лимоны, ананасы и прочие можно употреблять без особых опасений, если у них естественный вид, вкус и запах. Натуральные бананы (как и прочие фрукты) обычно быстро портятся, покрываясь черными пятнами.

Свежезамороженные (не бланшированные) овощи и ягоды – вполне приемлемая живая пища для зимы. Из мороженых ягод можно приготовить великолепное блюдо, которое я называю *живой йогурт*, потому что он, в отличие от супермаркетных суррогатов, оправдывает свое название по целому ряду полезных свойств. Вот его рецепт.

*Мороженые ягоды – 300–400 г*

*Яблоки – 2–3 шт.*

*Бананы – 2–3 шт.*

*Курильский чай – 2 ст. л. с верхом*

*Цветочная пыльца – 5 ст. л.*

*Перга – 1 ст. л.*

*Вода – 2 стакана*

Ягоды (смородина, черника, клубника) разморозить. (Вместо ягод хорошо пойдет половинка ананаса.) Яблоки по-

резать дольками вместе с косточками.

Курильский чай – это такая сухая травка, известная как одно из лучших средств от дисбактериоза. Дисбактериоз – это когда у человека симбиотная микрофлора становится больной и извращенной вследствие питания дрожжевым хлебом, синтетической и мертвой пищей. Практически все население страдает дисбактериозом. Проявляется он как минимум в форме снижения иммунитета и КПД пищеварительного тракта. Человек ест много, но усваивается лишь малая часть.

Итак, все компоненты загрузить в блендер и хорошо взбить. Данный продукт имеет очень высокую питательную ценность. 200–300 граммов будет достаточно в качестве весьма эффективного и полезного завтрака. Особенно ценен живой йогурт для детей и спортсменов.

Еще один, чрезвычайно полезный рецепт блюда, которое очень эффективно очищает печень, кишечник, повышает общий тонус и питает организм всем необходимым.

*Зерно пшеницы – 200 г*

*Бананы – 3 шт.*

*Масло расторопши – 5 ст. л.*

Зерно прорастить (как проращивать пшеницу, рассказано в системообразующих рецептах). Пропустить через мясорубку с мелкой решеткой сначала бананы, затем пшеницу. Добавить масло, размешать. Не только полезно, но и вкусно. Употреблять как отдельное блюдо, ни с чем больше не сме-

шивая.

И в заключение рецепт напитка. Зимой недостаток зелени можно компенсировать не только морской капустой, но и настоями на сухих травах.

*Курильский чай – 1 ст. л. с верхом*

*Иван-чай (кипрей) – 1 ст. л. с верхом*

*Каркаде (суданская роза) – 1 ст. л.*

*Ягоды шиповника – 3–4 ст. л. с верхом*

*Ягоды рябины или боярышника – 1 ст. л. с верхом*

*Живая вода – 1 л*

Шиповник размолоть на кофемолке. Все компоненты залить холодной водой (желательно живой, активированной), размешать и настаивать в течение дня или ночи. Затем хранить в холодильнике, потому что быстро скисает. Пить вкусно с медом. Удобно использовать литровый стеклянный кофейник с прессом. Все детали пресса должны быть металлическими, иначе настой трудно отфильтровать.

Все ягоды, естественно, сушить следует при комнатной температуре. И лучше это делать самому, чтобы не покупать у кого-то неизвестно что. Для меня всегда было совершенно непостижимо, как можно сушить шиповник в духовке, заваривать кипятком (да еще в термосе), а затем пить это, делая вид, будто сей напиток богат витамином С. Мне вот никак не понять, что там может остаться ценного после такой обработки? Разве что пектины... Это так же бессмысленно, как делать сироп из шиповника путем выпаривания, а затем,

поскольку витаминов в сиропе уже не остается, добавлять туда искусственные. Но все это делается, на полном серьезе и даже на «научной» основе.

В общем, что я хочу сказать: совсем даже не голодно, если владеть информацией и знать, где искать корм. А для того чтобы это узнать, необходимо и достаточно всего лишь задаться такой целью. Удачной охоты!

Подробности в книгах «чистоПитание» и «Кухня предков».

## **Резюме**

■ Если вы не представляете, чем питаться зимой, тогда вам еще рано переходить на живое питание. Не спешите, двигайтесь постепенно.

■ Можете питаться преимущественно живой пищей, разрешая себе исключения.

■ Предпочтение следует отдавать тем продуктам, в которых действительно имеется что-то полезное и ценное, а не просто есть то, что съедобно.

■ Полезной и ценной можно считать ту пищу, которая, обладая высокой питательной ценностью, способна скорее очистить, нежели засорить организм.

■ Действовать не по принципу отказа, а по принципу замещения одних продуктов другими, более ценными.

■ Переход на питание живой пищей должен быть постепенным, по мере своего созревания, а не ценой волевых уси-

лий и эмоциональной накачки.



### **Заметки на полях**

*Вообще, в любое время года основой живого питания являются проростки. Они сразу снимают самые нетерпеливые вопросы:*

- *Чем питаться зимой?*
- *Чем восполнить дефицит белка?*
- *А витамины и аминокислоты чем восполнить?*
- *Чем вообще питаться, если все кругом химия и ГМО?*

*Преимущество проростков в том, что их питательная ценность на порядок выше, чем у спящих семян. Прорастающие семена, по определению, не содержат ГМО. В них присутствуют все необходимые организму вещества, которые раньше поступали, а в особенности не поступали с животной пищей. А ценную зелень можно получать даже зимой, выращивая пшеницу в лотках на подоконнике.*

## **О мышах и лисицах**

Я продолжаю приводить в систему массу вопросов, которые приходили от читателей. Для начала можно рассмотреть

два наиболее фундаментальных. Первый: «*Почему, когда читаешь книгу, такая эйфория и восторг, а потом все это куда-то девается, проходит?*»

А почему такое спрашиваете? Сейчас вы узнаете ответ, который вам покажется настолько же простым, насколько и неочевидным.

Итак. Куда девается эйфория, почему так происходит? Да потому что, когда вы читаете книгу, вам показывают, что реальностью можно управлять как осознанным сновидением. Но когда вы отрываетесь от книги и окунаетесь в эту самую реальность, вам становится понятно, что все не так легко, как казалось. Вы опять в том же бессознательном сновидении, которое управляет вами. Из одного сновидения (книги) вы перескочили в другое сновидение (реальность), которое уже далеко не так радужно.

Ответ ясен? Все очень просто. Но неочевидно. Иначе, если бы было очевидно, вы бы не спрашивали, верно? Это сейчас, когда я произнес четкие слова, все стало предельно ясно. Но что было до этих слов? Туман в голове – вот что. Я прав? Или нет? Конечно, для кого как. *У каждого свой уровень осознанности и Силы.* Вот об этом и речь.

А вспомните, как бывало, когда вы, посмотрев какой-нибудь фильм, который вас чем-то сильно воодушевил и вдохновил, были абсолютно убеждены: «Вот это оно! И я так смогу! С этого момента я буду другим! Стану таким, как она и он!»

Но проходило совсем немного времени, и вы впадали в прежнее инфантильное и беспомощное сновидение, и все ваши обещания, которые вы клятвенно давали себе, куда-то девались, растворялись, как та же эйфория.

Второй фундаментальный вопрос (или, скорее, первый). *«Почему вообще возникают вопросы?»* Казалось бы, в книгах и так все понятно написано. А вопросы все вылезают откуда-то, и все новые и новые...

Ответ следующий: потому что вам не удастся управлять сновидением наяву – своей реальностью. Если бы удавалось, никаких вопросов не возникало бы. Верно?

А почему не удастся? Как мы уже обсуждали в прошлых темах, современный человек является больше потребителем информации, нежели ее создателем (в данном контексте точнее будет сказать «творцом»). Если вы – приемник, вы смотрите чужое кино. Если транслятор – создаете свое. Понимаете, о чем речь? Когда вы смотрите чужое кино, вы находитесь в бессознательном сновидении. *Чтобы превратить бессознательное сновидение в осознанное, необходимо самому превратиться из приемника в транслятора.*

Транслятор – это тот, кто не ведется на стереотипы и условности, которые навязывает ему социум, а имеет дерзость устанавливать свои законы и правила. Законы социума, знаете ли (в отличие от законов Природы), такая зыбкая вещь... не говоря уж о правилах. При всей объективности общей для всех реальности ваш мир – это ваш мир,

ваше сновидение – это ваше сновидение. Если вы имеете *осознанность и намерение Вершителя*, ваше сновидение (ваша реальность) становится управляемым, несмотря на, казалось бы, «непреодолимые обстоятельства».

Не надо бояться этой неумолимой фразы: «непреодолимые обстоятельства». Возьмем, например, хоть и привычный, но невероятный факт: *летучая мышь умеет летать*. Да еще как! С точки зрения здравого смысла и *известных* законов механики, этого не может быть. Ну не может такого быть! Но это работает, как и Трансерфинг.

Если вы когда-нибудь видели полет летучей мыши, то знаете, что это не похоже ни на что: ни на полет птицы, ни насекомого. В ее движении есть что-то мистическое, можно даже сказать, инопланетное. Она это делает виртуозно. Летучая мышь в сравнении с птицей все равно что НЛЮ в сравнении с вертолетом. К чему я обо всем этом? Будет понятно далее.

Вопрос главный: *как превратить себя из приемника в транслятора?* Ответ: *освободить сознание и повысить энергетику*.

Значительная часть сознания современного человека (как вы помните, когда мы обсуждали *эффект захвата внимания*) *зарезервирована* системой под внешний поток информации, а еще одна значительная часть *заблокирована* продуктами техногенной среды: синтетической пищей, химией, ГМО, электромагнитной радиацией и прочими факторами. В голове туман, мысли гуляют, как фанера на ветру,

сосредоточиться трудно, а целенаправленно транслировать «свое кино» практически невозможно.

Те же самые факторы вызывают *захват и блокировку энергии*. Часть энергии отбирает система, поскольку человек как элемент системы объективно не может пользоваться ее благами безвозмездно. Еще одна часть неизбежно гасится техносферой, опять же, поскольку человек как природное создание не может просто так «безнаказанно прохладиться» в неестественной для его организма техногенной среде. Ну и немалая часть энергии идет на текущие расходы: переваривание мертвой синтетики, борьбу с болезнями и стрессами, поддержку навешанных на себя гирек – обязательств, а также на психологические проблемы. В итоге свободной энергии, питающей осознанное намерение, практически не остается.

С возрастом сознание затуманивается еще больше, а энергия угасает еще сильнее. В результате наблюдается явление, которое я называю «*феномен старого комода*». Вы можете сами проследить этот феномен – либо на своем опыте, если вам уже немало лет, либо наблюдая за близкими в пожилом возрасте. Многие вещи, которые раньше делались энергично, с охотой и увлечением, спустя годы делаются уже «еле-еле» или не делаются вообще.

Например, раньше вы любили красиво сервировать стол, с большим увлечением занимались интерьером и обустройством дома, охотно и тщательно делали уборку, возились

с автомобилем, следили за собой, наконец. А сейчас все прежнее стремление к перфекционизму куда-то улетучилось – вам уже многое все равно и просто неохота. Стол вы уже накрываете чуть ли не «на газетке», интерьер вашего жилища вам уже безразличен, уборку делаете спустя рукава, да и вообще многое делаете как попало.

В итоге там, где раньше был праздник, блеск и лоск, сейчас царит вялое запустение, как будто доживающее свой срок и похожее на старый комод, на котором неизменно лежит пыль и скучают старенькие сувениры.

Конечно, так происходит далеко не всегда и не у всех. Многое зависит от уровня культуры, интеллигентности, воспитания... Если культурные традиции семьи достаточно сильны, в доме всегда поддерживаются прежняя чистота и порядок, и на комод не бывает пыли, несмотря на душевную усталость. И наоборот, например, если в семье практикуется регулярное «питие», феномен старого комода проявляется очень явно.

Я привожу подобные примеры в качестве иллюстрации, чтобы было понятно: если с такой энергией и сознанием не хватает сил управляться с реальностью даже на материальном плане, то уж на тонком плане – делать вообще нечего. Феномен старого комода настигнет вас так быстро и врасплох, что вы и ахнуть не успеете. Потому что вот эти два процесса – *захват и блокировка энергии и сознания* – в последнее время имеют тенденцию внешне незаметного, но очень

сильного ускорения. На вашем комодe пыль появится много-много раньше, чем это случилось у ваших родителей.

Теперь извечный вопрос: что с этим можно сделать? Вот здесь опять приходится поднимать тему, которая кое-кого раздражает. Я в который раз вынужден повторять, Трансерфинг необходимо рассматривать как холистическое, целостное учение, в котором есть три основные составляющие: *как мыслим, как питаемся, как двигаемся.*

Что значит *холистическое* учение? Это значит, что, если отбросить одну или несколько его составляющих, получится нечто «недоделанное» – техника утратит свою полную силу.

*Мышление* – это ваш способ взаимодействия с зеркалом мира, то есть какой образ вы перед ним формируете и как реагируете на то, что творится в отражении.

*Питание* – это то, что входит в вас непосредственно – пища и информация.

*Движение* включает в себя ваш образ жизни – активный или малоподвижный, а также вашу способность обращаться со своим телом и энергетикой.

Первая составляющая, известная всем как классический Трансерфинг, изложена в пятитомнике «Трансерфинг реальности». Однако в последнее время все большее значение приобретают вторая и третья, поскольку одной лишь первой уже недостаточно<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Основы второй и третьей составляющих изложены в книге «Апокрифический

Вы не можете просто так «выйти погулять» и соорудить себе реальность на свой вкус и цвет. Энергии и осознанности не хватает. Конечно, визуализация будет работать, никуда она не денется, но для того чтобы управлять реальностью как осознанным сновидением, требуется иметь свободное сознание и мощную энергетику.

*Смысл в том, чтобы, существуя в системе (матрице), которая отнимает у вас энергию и сознание, быть в то же время не привязанным к ней.* Добиться этого можно только с помощью второй и третьей составляющих. Всякие прочие ментальные способы типа медитаций, остановки внутреннего монолога, дайвинга в глубины подсознания – все это совершенно бесполезно. *От системы вы можете отвязаться только таким способом, каким она вас привязывает.*

То есть действовать в противофазе: система заставляет вас вести малоподвижный образ жизни – вы делаете наоборот – начинаете серьезно заниматься своей физической формой; она вас кормит синтетикой – вы переходите на натуральное питание; она старается нагрузить вас всякой информацией ахинеей – вы уклоняетесь, притворяетесь «пустым»; она вас травит всевозможной химией и радиацией – вы стремитесь выбирать все экологичное, начиная с дома и кончая косметикой. Вот такой простой принцип.

Не обязательно прямо сразу переходить на живую пищу

или удаляться в экопоселение. Вы начните с самого простого и доступного. Хотя бы *начните*, вступите на Путь – а дальше Путь сам вас выведет куда надо.

Например, если у вас проблемы психологического плана на уровне комплексов и фобий – вы можете потратить годы на борьбу с собой, занимаясь самоанализом и самокопанием, обращаясь к психологам и психотерапевтам, – и так ничего и не добьетесь. Но стоит вам всего лишь перейти на раздельное питание натуральными продуктами да заняться своим физическим телом и энергетикой, как все эти комплексы сами поотваливаются. А почему? А потому что вторая и третья составляющие освобождают значительную часть энергии и сознания, которые были отняты техногенной системой. *Когда энергетика и сознание достигают некоей критической массы, все остальное начинает налаживаться само собой.*

Подробнее об этом в книгах «чистоПитание» и «Кухня предков».

Кто-то может возразить, мол, у меня Трансерфинг и так прекрасно работает, а остальное меня не волнует. Он, конечно, работает, но сейчас я могу с уверенностью заявить – *уже не так эффективно, как лет 5–7 назад, в силу того самого эффекта захвата и блокировки энергии и сознания.* Это касается нас всех. Реальность очень быстро меняется, и если вы будете продолжать жить старыми принципами, типа «это работает, остальное не важно», то скоро отстанете от поезда.

С другой стороны, каждый выбирает свой уровень Си-

лы, по своей потребности. Это как с автомобилями: кто-то предпочитает мощные машины, а кого-то удовлетворяют легонькие. Так что сколько Силы взять вознамеритесь, столько и получите. Если поставите себе цель занять мощное сознание и энергетику, тогда у вас не будет проблем такого плана, что «эйфория куда-то девается». В один прекрасный день, когда вы, закрыв книгу или выйдя из кинотеатра, задумаете что-то реализовать в своей жизни, – у вас, наконец, *получится*, вы сможете не откладывать мечту в долгий ящик, как это было всегда, а взять и *сделать* ее, потому что энергии и сознания (как бывает с деньгами) уже *хватит*. И это не будет стоить больших волевых усилий, как сейчас, а получится действительно легко.

Наглядной иллюстрацией тому, что уровень Силы можно выбирать по своему усмотрению, может служить *эволюция видов*. Вот смотрите, казалось бы, привычное положение вещей: кто-то плавает, кто-то бегают, ползает, летает, а кто-то все время стоит на месте. Привычно, просто, понятно: что кому дано, тот то и имеет – так было и так будет всегда. Но очевидно ли это? Нет!

Задаю детский вопрос: *почему?* Почему кто-то летает, а кто-то ползает? Кто может ответить? Если вы будете время от времени задаваться детскими вопросами, вы откроете вокруг множество привычных, но совершенно неочевидных вещей.

Есть один любопытнейший отряд млекопитающих – *руко-*

*крылые*, передние конечности у которых превращены в крылья. Среди них встречаются виды, умеющие только летать, но есть и такие, кто может еще и бегать, плавать и даже взлетать с воды. Представьте, когда-то давным-давно существа разделились по своим предпочтениям: кто-то остался на земле, а кому-то этого показалось мало. В реальности (по крайней мере, растянутой по времени) «непреодолимых обстоятельств» не бывает. Захотел бегать на лапах – пожалуйста. Хочешь летать – да не вопрос. Положено только птицам? Кто сказал? *Каждый выбирает свой уровень Свободы и Силы.*

И даже среди тех, кто выбрал крылья, предпочтения по уровню силы лежат в широком диапазоне. Возьмем для сравнения две наиболее интересные особи: летучую мышь и летающую лисицу.

*Летучая мышь* – одно из самых совершенных и таинственных существ, созданных Природой. Недаром и образ супермена-Бэтмена, и театральная дивы снят с нее. Ведет ночной образ жизни. Обладает прямым видением<sup>2</sup>. В на-

---

<sup>2</sup> Для справки: *прямое видение* – это способность мозга воспринимать реальность без помощи глаз, то есть непосредственно. Этой, а также другим способностям обучают в Школе Бронникова (<http://bronnikov.ru/>). Прямое видение у человека представляет собой сон в бодрствующем состоянии. В обычном сне мы видим только нереализованную часть пространства вариантов. Прямое видение позволяет воспринимать без помощи глаз как метафизическую, так и физическую составляющие нашего мира, с различными вытекающими отсюда феноменами. Все эти способности глубоко заблокированы, но с помощью специальных тренировок могут быть раскрыты. Легче всего это получается у детей. У взрос-

учной среде существует мнение, что мыши ориентируются в пространстве с помощью ультразвуковой эхолокации. Однако это весьма сомнительно. Никто толком не знает, зачем мышам эхолокация (или делает вид, что знает). Большинство летучих мышей питаются насекомыми. Во время полета расппевают песенки, в основном брачные. Не все эти песенки слышны человеку, поскольку их частота может лежать выше порога нашего восприятия 20 кГц. Могут впадать в анабиоз (спячку) на время существования неблагоприятных условий внешней среды.

*Летающая лисица* ведет как ночной, так и дневной образ жизни. Питается в основном фруктами, нектаром, цветками. Размах крыльев достигает полутора метров. Летает неуклюже, но хорошо планирует. В анабиоз лисицы впадать не способны. Прямым видением и эхолокацией не обладают. Живут стаями, постоянно скандалят между собой, дерутся, сильно шумят и всяко безобразничают.

Если бы мышь и лисица могли встретиться и поболтать, между ними мог бы состояться примерно такой диалог.

– Я летающая лисица! А ты кто?

– А я летучая мышь.

– Ой, бедная зверюшка! Ты такая уродица!

– На себя посмотри: противная волосатая мордочка, мохнатое брюшко, коротенький хвостик.

– А у меня, видишь, какие красивые ушки, не то что твои смешные перепонки!

– А у меня зато эхолокация есть. Хотя я и без нее прекрасно вижу в темноте. Всем почему-то взбрело в голову, что с помощью эхолокации можно ориентироваться в полете. Идиотизм! Это все равно, что слепому с тростью грибы в лесу искать. Мне же надо за мотыльками гоняться, а они, знаешь, какие проворные!

– Зачем же тебе эхолокация?

– А это никого не касается. Мое дело.

– Круто, пупсик, круто! Только не лопни от важности!

– Да я что – мы тихие скромные мышки, весело летаем, радуемся жизни, а вы, стервозные лисицы, в своей стае вечно шумите и переругиваетесь между собой. Наверно злитесь оттого, что такими неуклюжими и непутевыми уродились?

– А чего ты так противно пицишь, когда летаешь?

– От удовольствия, что могу летать, как хочу.

– Но я тоже летаю!

– Да, как собака, если бы у нее были крылья:

Над лесами и полями,

Кабы я могла летать!

И собачьими крылами

Нашу землю осенять!

– А ну-ка лети отсюда, а то я тебя могу нечаянно съесть!

– Не выйдет, милочка, ты вегетарианка.

Ну и так далее. Точно так же и среди вас есть как летаю-

щие лисицы, так и летучие мыши. Ведь мы все разные, и потребности и увлечения у каждого свои. Каждый выбирает свой уровень Свободы и Силы. Но потребности и увлечения могут меняться со временем. Сегодня одни – завтра другие. И вы, когда-нибудь встретившись, может быть, скажете другу другу эти слова, как пароль:

– А я летучая мышь!

– А я летающая лисица!

– А я мышь!

– А я лисица! Но если захочу, тоже могу стать мышью. Вот.

## **Резюме**

■ Когда вы читаете книгу, вам кажется, что реальностью можно управлять как осознанным сновидением. Но когда вы отрываетесь от книги и окунаетесь в эту самую реальность, вам становится понятно, что все не так легко, как казалось.

■ Реальностью не удастся управлять, потому что человек является потребителем, а не творцом; приемником, а не транслятором.

■ Чтобы превратить бессознательное сновидение в осознанное, необходимо самому превратиться из приемника в транслятора.

■ Транслятор – это тот, кто не ведется на стереотипы и условности, которые навязывает ему социум, а имеет дерзость устанавливать свои законы и правила.

■ Чтобы превратиться из приемника в транслятора, необходимо освободить сознание и повысить энергетику.

■ Значительная часть сознания современного человека зарезервирована системой под внешний поток информации, а еще одна значительная часть заблокирована продуктами техногенной среды.

■ Те же самые факторы вызывают захват и блокировку энергии.

■ С возрастом сознание затуманивается еще больше, а энергия угасает еще сильнее. В результате возникает «феномен старого комода».

■ Процессы захвата и блокировки энергии и сознания в последнее время имеют тенденцию внешне незаметного, но очень сильного ускорения.

■ Трансерфинг необходимо рассматривать как холистическое учение, в котором есть три основные составляющие: как мыслим, как питаемся, как двигаемся.

■ Смысл в том, чтобы, существуя в системе (матрице), которая отнимает у вас энергию и сознание, быть в то же время не привязанным к ней.

■ От системы вы можете отвязаться только таким способом, каким она вас привязывает, то есть действовать в противофазе с ней.

■ Когда энергетика и сознание достигают некой критической массы, все остальные проблемы отпадают сами собой.

■ Каждый выбирает свой уровень Свободы и Силы,

по своим потребностям.



### **Заметки на полях**

*Иногда мне задают вопрос: «В интернете всякая противоречивая информация о методе Бронникова. Не знаешь, как к этому относиться».*

*Обычно люди склонны верить написанному, если оно написано в средстве массовой информации, коим является интернет. Однако особенность интернета состоит в том, что это одновременно и богатая сокровищница, и большущая помойка. Вам не приходила в голову такая мысль? Рядом, чуть ли не на одной полке, располагается как достоверная информация, так и откровенная ложь. Никто ведь не может все это контролировать.*

*Что касается Бронникова, с точки зрения обывателя, его метод настолько фантастичен, что просто не может быть правдой. Вот невежественные обыватели и строчат, высунув язык, всякие пакости, чтобы оправдать, и я бы сказал, отстоять свое невежество. А о Трансерфинге разве мало всякого маразма написано?*

## **В здоровом теле здоровый вес**

Так можно отзываться о своем телосложении: либо с самоиронией, если вас как хорошего человека – много, или же с гордостью, если вы – обладатель спортивной фигуры. Но что значит здоровье, каким оно должно быть? Или поставим вопрос интереснее: а бывает ли оно?

В наше время абсолютно здоровых людей – считанные единицы, если вообще такие найдутся, потому что человек, по отношению к своему телу – изошренный садист, он будто нарочно подвергает себя именно тем испытаниям, которые Природой не были предусмотрены.

Природа ведь не могла предугадать, что человек вздумает вливать в себя алкоголь, травиться табачным ядом, готовить пищу на огне, окружать себя всевозможной химией, электромагнитной радиацией, а вместо активного движения, на которое его тело, собственно, и было рассчитано, вести малоподвижный образ жизни.

Вот и получается, что если по предварительному диагнозу пациент скорее жив, чем мертв, то по окончательному скорее болен, но уж точно – не здоров. Даже если его приходится отправлять в космос.

## Существует два ложных стереотипа

Первый: *болезнь – это когда что-то заболело*. Однако человеческое тело, поскольку оно имеет достаточно большой ресурс, заявляет о себе болью уже на последней стадии, когда жить по-прежнему становится просто невозможно. Второй: *болезнь могут вылечить врачи и медикаменты*. Повреждения тела к болезням относить не будем – здесь больше подходит термин «поломки», которые можно починить. Но беда в том, что «чинить» у нас привыкли практически все болезни. Другими словами, к хроническим заболеваниям применять методы неотложной медицины.

Как дорогу не привести в порядок, заделывая лишь выбоины по весне, так и организм не сделать здоровым, латая его заплатками тут и там. Но врачам приходится заниматься именно *латанием дыр*: не причины устранять, а заглушать проявления симптоматики. Повысилось давление – выпить таблетку, чтобы понизилось. Повысилась температура – аналогично. Появился кашель – души его! Голова заболела – глуши ее! Живот захворал – дави его! Есть множество способов заставить организм заткнуться – пусть хоть постоянно долбанутый под таблетками ходит, лишь бы не досаждал воплями, ни владельцу своему, ни врачам.

А что еще остается? Как можно вылечить человека – дитя Природы, который все, какие только есть природные законы,

нарушил? Спросите любого здравомыслящего доктора: возможно ли излечение болезни пилюлями, примочками и припарками? Да никогда! Загнать куда-нибудь в угол, ненадолго – может быть. *Излечить – нельзя.* А вот *заниматься лечением* можно постоянно, как дороги латать.

## **Каков же выход из положения?**

Академик И. П. Павлов любил повторять: «*Организм – саморегулирующаяся и самовосстанавливающаяся система*». Он сам себя вылечит. Но для этого ему необходимо создать условия, естественные для его нормального функционирования, как то предусмотрено Природой.

Главные из этих условий – натуральное питание и движение. О питании я высказывался уже неоднократно. На сей раз речь пойдет о необходимости *адекватных физических нагрузок*. В принципе, о том, что движение необходимо, знают все, это привычный стереотип. Но *зачем именно* нужно движение, вряд ли кто задумывается, как раз по той причине, что данный факт не подлежит сомнению. *Не все простое очевидно, не все очевидное понятно.* Здесь я постараюсь дать краткий и внятный ответ, чтобы очевидное сделать еще и понятным.

## **Болезнь – это наводнение**

Болезнь зарождается там, где по каким-либо причи-

нам происходит *нарушение микроциркуляции* крови, лимфы и межклеточной жидкости. Организм как саморегулирующаяся система, по Павлову, всегда устремляет поток «ремонтных» ресурсов в ту область, где возникают какие-то неполадки. И если доставка ресурсов на своем пути не встречает препятствий, проблема, как правило, устраняется. Но когда пропускная способность русла реки (сети сосудов) не справляется с экстренными объемами, возникает разлив, наводнение, застой, *воспаление*.

## **Сосуды – иссохшие русла**

У людей, ведущих малоподвижный образ жизни, венозная и капиллярная сети неразвиты. Капилляры отмирают, вены атрофируются. А вследствие нездорового питания стенки сосудов еще и засоряются, как старая сантехника. В итоге высыхают даже не сами реки (крови-то достаточно), а их русла. Полноводная река превращается в тонкий ручеек или вообще иссыхает. Отсюда – множество негативных последствий.

## **Мышцы – береговые гребцы**

Сердце способно быстро прокачать кровь лишь по крупным сосудам. В мелких сосудах кровь перемещается в основном благодаря сокращению скелетных мышц, потому их и называют *вторым сердцем*. Для лимфы и межклеточной

жидкости отдельного сердца вообще не предусмотрено, так что движение этих субстанций целиком зависит от состояния скелетных мышц – гребцов по берегам сосудов – рек.

## **Что не используется, то атрофируется**

Да, существует такой неприятный закон Природы, и от него никуда не денешься. «Статус-кво» не бывает – есть либо развитие, либо деградация. Примерно до двадцати лет организм развивается по большей части самостоятельно, но далее все происходит иначе – либо вы прикладываете усилия для дальнейшего развития или хотя бы поддержания хорошей формы, либо постепенно деградируете. Если мышцам не давать нагрузок, гребцы по берегам рек будут слабеть, а число их редеть. Тела гребцов в организме человека, ведущего малоподвижный образ жизни, будут по сложению напоминать его самого – либо грузные и неуклюжие, либо слабые и изможденные.

## **Ненужных мышц не бывает**

Природа ничего не создает зря. Если что-то имеется, значит оно для чего-то нужно, в том числе мышцы, на которые обычно не обращают внимания. Но, как следует из вышесказанного, если какие-то мышцы не загружены работой, они атрофируются. Неполноценная двигательная активность (а также пассивность) ведет к тому, что нагрузка распределя-

ется неравномерно: одни мышцы используются чаще, другие реже (или вообще не используются). В одних местах гребцов больше, в других меньше, а то и совсем недостает. Где-то «долина Нила», где-то мертвая пустыня. Это нормально? Нет. Это типично? Для современного человека – да.

## Что делать?

Представьте, что ваши «гребцы» – это ваша армия, от которой зависит безопасность, да и сама ваша жизнь. Нельзя позволять солдатам «курортничать» – нужно постоянно поддерживать их боеспособность. Помните: вы либо развиваетесь, либо деградируете. Нагрузки должны быть регулярные, систематические, но не изматывающие. Все хорошо в меру – и работа, и отдых. Движение должно доставлять удовольствие, – если это не так, организм основательно зашлакован и его надо чистить. Упражнения должны быть максимально разнообразны, чтобы развивались все группы мышц без исключения.

Как видите, ничего нового под этой луной – все просто и очевидно. Но теперь еще и *понятно*, не правда ли? Когда русла рек восстановятся, а гребцы наберутся сил, тогда и болезни вас покинут, и тело красивым станет, и здоровье появится, а вес – действительно *здоровым будет*.

## Резюме

■ В наше время абсолютно здоровых людей – считанные единицы.

■ Человеческое тело заявляет о себе болью уже на последней стадии.

■ К хроническим заболеваниям у нас привыкли применять методы неотложной медицины.

■ Организм – саморегулирующаяся и самовосстанавливающаяся система.

■ Основной причиной болезней в большинстве случаев является нарушение микроциркуляции внутренних сред.

■ У людей, ведущих малоподвижный образ жизни, капиллярные сети лимфатических и кровеносных сосудов атрофируются.

■ В мелких сосудах кровь и лимфа перемещаются в основном благодаря сокращению скелетных мышц, потому их и называют вторым сердцем.

■ «Статус-кво» не бывает – есть либо развитие, либо деградация.

■ Ненужных мышц не бывает.

■ Ваши «гребцы» – это ваша армия, от которой зависит безопасность, да и сама ваша жизнь.

■ Нагрузки должны быть регулярные, систематические, но не изматывающие.

■ Упражнения должны быть максимально разнообразны.



## **Заметки на полях**

*Техносфера отнимает у нас здоровье, энергию, внимание, осознанность, а в конечном счете и свободу. Самое странное, что мы все это видим, но в то же время не замечаем. Например, вы успели проследить и опомниться, как быстро и незаметно, в течение двух-трех десятков лет, синтетические материалы, чуть ли не полностью, заместили собой натуральные?*

*Для того чтобы реализовать основной принцип Трансерфинга – выбор, необходимо, по крайней мере, быть в курсе, что ограничивать себя лишь тем, что навязывает техносфера, вовсе не обязательно. Была бы только осведомленность да намерение, а натуральные еда или одежда, милые душе и телу, в пространстве вариантов найдутся.*

*Есть такое забытое чудо – синий лен. О нем можно долго говорить. Но тут не до слов – в техносфере его надо искать и жадно охотиться за ним, как за сокровищем, потому что одежда из льна – биосферный оазис для тела.*

# Трансерфинг или трансгрессия?

Мне часто приходят письма с восторженными откликами, что «Трансерфинг работает!». А вот конкретных историй, где рассказывается, что было сделано то-то и в результате получилось то-то, попадает мало. Это говорит о том, что люди путают намеренное и осознанное управление реальностью с эффектом синхронистичности, когда нечто, зацепившее внимание, каким-то чудесным образом проявляется в действительности.

Однако если вы, к своему удивлению, в первый раз заметили, что между вашими мыслями и реальностью возникла спонтанная связь, это еще не значит, что ваш Трансерфинг работает. Точнее, он работает, но сам по себе, независимо от вашей воли. И это не Трансерфинг, а неуправляемая синхронистичность – феномен, за которым вы можете лишь наблюдать и удивляться.

Для того чтобы начать управлять этим процессом, то есть научиться устраивать себе преднамеренные, заготовленные «удивления», необходимо, как я уже говорил, *перестроить свой способ мышления*, «перепаять» где-то там в голове схему таким образом, чтобы пассивный приемник стал передатчиком, перешел в *режим трансляции своих намерений*.

Может возникнуть вопрос: как часто и как долго следует находиться в режиме трансляции? Это все равно что

спросить, сколько потребуется грести в лодке, чтобы удерживать неизменный курс в постоянно меняющемся потоке. Как только вы отпустили весла, вас тут же подхватывает течение внешних обстоятельств, созданных не вами. Ваша жизнь попадает в зависимость от сценариев и декораций чужой, не вашей реальности. Ваши весла оказываются в руках более активных попутчиков. Таково положение вещей.

Поэтому необходимо стремиться *транслировать картину своей реальности* во внешний мир постоянно, в прямом или фоновом режиме. Даже если вы просто отдыхаете, гуляете, читаете, смотрите или слушаете чужие фильмы и передачи – показ вашего собственного кино и вещание вашего радио не должно прекращаться. Вы сами раскрашиваете свой мир, как хотите. Если действительно хотите. Что бы там ни творилось в реальности, твердите свое, как в известной песне:

*Оранжевое небо, оранжевое море,  
Оранжевая зелень, оранжевый верблюд.  
Оранжевые мамы оранжевым ребятам  
Оранжевые песни оранжево поют.*

У вас тоже будут, например: оранжевые полицейские, оранжевые чиновники, начальники, дураки, дороги, любые проблемы – все оранжевое! Знаете, как сразу весело станет! Ведь, какими бы ни были черными тучи, вы всегда должны помнить, что над ними неизменно сияет синее небо. Или, если хотите, оранжевое.

Ну это как бы «объяснение магов» в упрощенном виде. В принципе, любая входящая информация может вызывать какие-нибудь аналогии и связи с вашим внутренним миром. Если вы в режиме трансляции, тогда данные на входе «передатчика» превращаются в ассоциации, а на выходе выдаются *декларации вашего намерения*. Просто задайтесь целью, когда смотрите чужие картины, ловить ассоциации и одновременно крутить свое кино – декларировать намерение своего, «оранжевого мира».

У них все серое – а у меня оранжевое. В том мире какие-то проблемы – а в моем нет. Эти люди живут в рамках каких-то ограничений – а меня это не касается. Звездные личности творят шедевры – и я тоже кое-что умею. Какие они красивые, сильные, смелые – и у меня тоже свои достоинства. Вон то я не пушу в свой мир – а вот это мое.

Или приводить всю входящую информацию к общему знаменателю своей цели. Например, если очень хочется поскорей занять свой дом, нужно постоянно крутить трансляцию передачи «Мой Дом и Я в Нем». Когда видите в реальности, в кино или на телеэкране какие-то дома – сопоставляйте со своим, какой бы вам хотелось иметь – похожий или другой, – и тут же рисуйте его в воображении. Увидели в рекламе или в магазинах полезные товары – подбирайте их для своего дома, хотя бы пока присматриваясь. Видите различные уголки планеты – представляйте, где бы вы сами хотели жить. Раскрашивайте весь этот мир в краски своей меч-

ты, совершенно серьезно и решительно, не обращая внимания на дядю, который, как в песне, говорит, что «так не бывает». Это у него не бывает. У вас – будет.

Для кого-то пребывание в таком режиме транслятора может показаться достаточно напряженным и обременительным, а то и вовсе ненужным занятием. Конечно, все зависит от наличия цели в жизни, а также силы желания ее достичь. Что касается обременительности, это вопрос привычки. То, что становится повседневной привычкой, перестает напрягать. Перестройку способа мышления в режим трансляции можно начать с самого простого. В Трансерфинге имеется очень мощный и в то же время простой принцип координации намерения. Освежим его в памяти.

*Если вы вознамеритесь рассматривать событие, кажущееся негативным, как позитивное, тогда все именно так и будет.* Помните: как бы ни было плохо сейчас, впереди вас ждет какой-то очень приятный сюрприз, при условии что в данный момент вы сохраняете координацию. Почему так происходит?

Жизнь человека, как и любое другое движение материи, представляет собой цепочку причин и следствий. Следствие в пространстве вариантов всегда расположено близко по отношению к своей причине. Как одно вытекает из другого, так и близлежащие секторы пространства выстраиваются в линии жизни. Каждое событие на линии жизни имеет два ответвления – в благоприятную и неблагоприятную сторону.

Всякий раз, сталкиваясь с тем или иным событием, вы делаете выбор, как к нему относиться. Если вы рассматриваете событие как позитивное – попадаете на благоприятное ответвление линии жизни. Однако склонность к негативизму заставляет вас выражать недовольство и выбирать неблагоприятную ветвь. Как только вас что-то раздосадовало, следом идет новая неприятность. Вот так и получается, что «беда никогда не приходит одна». Но черед неприятностей следует не за самой бедой, а за вашим отношением к ней. *Закономерность формируется выбором, который вы делаете на развилке.* Принцип координации намерения дает вам возможность всегда попадать на удачную линию жизни.

Почему я снова повторяю то, что вам давно известно? Потому что между *знать* и *делать* лежит целая пропасть. Согласитесь, вы хорошо знаете принцип координации намерения, но ведь не делаете, верно? Это не входит в вашу повседневную привычку. Иначе у вас бы не возникало *очень многих* из той массы проблем, о которых вы пишете в письмах. Все зная и понимая, вы по-прежнему реагируете на негативные события и обстоятельства негативно – вот что входит в вашу привычку. И вот эта бессознательная привычка, а не ваше осознанное намерение, управляет вашей реальностью.

Я хочу прояснить ситуацию, почему принцип координации действительно необходимо использовать. Для этого рассмотрим феномен, казалось бы не имеющий к данной теме прямого отношения – *дежавю*. Это когда стечение ряда об-

стоятельств указывает на то, что нечто похожее уже происходило когда-то раньше. Отличительная особенность дежавю состоит в том, что человек почти уверен, но никак не может вспомнить точно, где и когда имело место подобное событие. Обычно бывает так, что события прошлого путаются, и невозможно определить, то ли это сбой в памяти, то ли путаница в самой реальности.

Можно назвать две возможные причины явления. Первый вариант. Дежавю случается по той причине, что некое похожее событие происходило в сновидении. Человек не всегда помнит, что ему снилось, но когда встречается в реальности с аналогичными условиями и обстоятельствами, у него в памяти всплывает смутное, но очень явственное ощущение повторного переживания.

Второй вариант. В течение жизни человек постоянно переходит с одной линии на другую. Две линии жизни, как две киноленты, могут иметь разные события в прошлом. Это как если бы склеить две разные ленты, у которых истории до точки склеивания различаются. В редких случаях сценарии могут отличаться достаточно принципиально. Казалось бы, подобные переходы должны привести к нарушению причинно-следственных связей, но обычно явных конфликтов не возникает, а случается что-то типа «недоразумения», когда непонятно, то ли человек что-то напутал, то ли действительно здесь что-то аномальное. Но в любом случае ни подтвердить, ни опровергнуть непонятную ситуацию,

то есть поймать реальность за руку, «с поличным», не удастся. Получается так, что сам человек вроде помнит, что на предыдущих кадрах киноленты было одно, а окружающие, те, которые не «перескакивали» с одной ленты на другую, твердят ему, что этого не было, а было совсем иначе.

И здесь уже наваливаются новые вопросы, об устройстве памяти человека. Допустим, если процесс воспоминания представляет собой подключение к лентам, которые хранятся в пространстве вариантов, тогда возникает вопрос: человек «смотрит» именно свою ленту, которая получилась в результате многочисленных склеек при переходах с одной линии на другую, или он может подключаться к цельным кускам из тех лент, которые в прошлом не проходил? В общем, здесь можно сильно запутаться.

Путаница возникает не только в жизни, где все можно списать на несовершенство человеческой психики, но и в физических лабораториях. Принцип неопределенности Гейзенберга, известный из квантовой механики, демонстрирует вот эту коварную сторону реальности – она не дает «схватить себя за руку», всячески изворачивается и ускользает, когда пытаешься припереть ее к стенке и разглядеть как следует.

Один такой характерный пример неразберихи, подобной дежавю, приводится в книге Сидерского и Привалова «Око Возрождения для новой эпохи». Там происходит то, что автор называет *трансгрессией* из одной жизни в другую. Челю-

век, будучи научным сотрудником на закрытом (режимном) предприятии в Сибири, вдруг проснулся в другой реальности, где он женат на женщине, с которой знаком и незнаком, а занимается совсем другой работой, которую знает и не знает. У «трангрессора» было совершенно четкое ощущение, будто он, в одном и том же телесном воплощении, в одно и то же время, прожил две абсолютно разные жизни. Зная точно, где находится секретное предприятие, он отправляется в Сибирь, но ничего на том месте не обнаруживает.

Карлос Кастанеда тоже рассказывал об аналогичной ситуации, когда он бросился с обрыва в пропасть, а затем очнулся в своей квартире в Нью-Йорке. То есть произошла склейка: он по идее должен был разбиться, но на самом деле перескочил из одной реальности в другую – оказался на той линии, где жив.

Не возьмусь судить, является ли правдой то, что изложено в книгах, но в жизни бывали не менее удивительные свидетельства перемещения в пространстве и времени. Хотя реальность, как всегда, увиливает и не дает четких ответов: было или не было, каким образом и почему. Несомненно лишь одно: трангрессия как перемещение между отдельными линиями жизни, близлежащими или отдаленными, на самом деле имеет место. Более того, она происходит с нами постоянно – всякий раз, когда мы *принимаем решение на развилке*.

В моей жизни тоже иногда случалось нечто подобное. Вот одно из давних воспоминаний.

Ты забыла у меня свои перчатки. Точнее: забыла или оставила, чтобы вернуться? У меня какое-то странное ощущение, будто между нами что-то произошло, но у меня нет четкой уверенности, было ли это во сне или наяву.

Накануне в моем доме крутилась вечеринка нашей веселой компании. Я помню, мы с тобой вышли покурить на балкон, там больше никого не было, и мы вдруг ни с того ни с сего начали целоваться, причем весьма темпераментно. Но я, к своему стыду, в тот вечер так много выпил, что не мог на следующий день отличить реальность от сновидения.

Когда мы встретились, ты смотрела на меня как-то странно, но в то же время по твоему поведению я не мог определить, было между нами что-то или это плод моих фантазий. Я спросил, ты забыла у меня перчатки, может, зайдешь. Ты ответила: «Может быть», и все как-то странно смотрела. Ничего не понимаю. И прямо сказать не могу, потому что толком не помню, и ты тоже ничего не говоришь. Вроде было, а вроде и нет. Вот влип. Пить надо меньше.

Потом, когда похмелье окончательно развеялось, в памяти вспыхнул еще один флеш, круче прежнего. Мы опять целуемся, уже в прихожей, оба невменяемые и озверевшие, ты, обычно такая спокойная и уравновешенная, лихорадочно стряхиваешь с себя туфли, а с меня пытаешься сорвать рубашку... Дальше не помню. Опять провал в пустоту. Ну и дела. Так было или не было? Нет, решительно, пить надо меньше.

Проходит два дня. За перчатками ты не приходишь. Значит, не оставила их, а забыла? И мне все это приснилось? Да и нелепо как-то. С чего бы? У тебя другой, и у меня другая. Я ничего такого не думал и на измену идти не собирался. Зачем? Уезжаю в командировку. Там погружаюсь в другие проблемы. Дежавю отступает на второй план. Возвращаюсь домой. Твои перчатки исчезли. Все, теперь действительно тупик.

Каким образом такое могло случиться, я понимаю только сейчас. Произошла трансгрессия с одной линии, где действительно что-то было и могло иметь продолжение, на другую линию, где не было ничего, ни в предыстории, ни впоследствии. Склейка произошла на развилке, в тот момент, когда я принял решение: «ничего не было». Однако поймать реальность за руку, то есть узнать, куда и как исчезли перчатки, мне тогда так и не удалось. А вот еще одна история, уже из недавнего прошлого.

Зима, мороз. Собираюсь в сарай за дровами для камина. Нужно положить телефон в карман, должны позвонить из издательства. В тот же миг отвлекаюсь и забываю про него. Выхожу из дома. Нащупываю телефон в кармане. Так, не забыл, он здесь. Куда бы его лучше положить, чтобы не мешал? Нет, зря его взял, пока буду возиться с дровами, могу повредить. Надо выложить. Опять отвлекаюсь. Соседский кот нарушил мою территорию. Гоню его в шею. Паршивец повадился метить мою дверь. Наконец, принимаюсь за дрова.

Вспоминаю про телефон. Надо выложить. Шарю по карманам. Его нет. Так. Выронил, пока гонялся за котом. Ладно, потом найду. Снова отвлекаюсь. Возвращаюсь домой. Телефон лежит на столе.

Очевидно, опять произошла склейка. В этот раз я могу поклясться, что телефон совершенно четко прощупывался в кармане. Как он мог оказаться на столе? Наверно, был какой-то спонтанный всплеск моей энергетики, поскольку для такой явной трансгрессии «среди бела дня» требуется значительная доля энергии. Сейчас, когда энергетика у меня, бывает, зашкаливает, электронные приборы иногда вдруг выходят из строя. А не пью я уже давно.

Короче, к чему я все это рассказываю. Дежавю – явление неуправляемое, оно *случается* подобно бессознательному сновидению. До тех пор, пока мы неосознанно, как в бреду, принимаем ключевые решения на важных развилках, и так же тупо, как устрицы, реагируем на мелкие житейские неприятности, наша жизнь представляет собой неуправляемую трансгрессию по неудачным линиям жизни. Если же мы приучаем себя соблюдать принцип координации намерения в любых ситуациях, наша реальность начинает скользить по волне удачи. И это уже не трансгрессия, а Трансерфинг.

Вся прелесть координации еще в том, что она выправляет реальность самым оптимальным образом – не нужно особо трудиться над раскрашиванием своего мира. Например, вам хочется, чтобы все у вас было хорошо и как на-

до, но не знаете, как оно хорошо и как оно надо. Нет проблем. Не обязательно ломать над этим голову. Просто займите привычку всякий раз, когда что-то идет не так, как хотелось бы, тут же просыпаться и осознанно инвертировать неприятность в приятность. На эти случаи у вас должны быть установлены свои особые способы реагирования.

*Ух ты, интересно, какое радостное событие за этим последует?! О, меня ждет какой-то приятный сюрприз! Посмотрим! Какая удача, надо же! Случилась радость! Случилось счастье! Какое чудесное стечение обстоятельств! Какая прекрасная возможность! Да, это мой шанс! Мой мир убережет меня от каких-то еще больших неприятностей! О, какой кайф! Ну вообще классно! С нетерпением жду подарков и поздравлений!*

Все эти «неуместные» возгласы вы должны издавать (про себя или вслух, не важно) всякий раз, когда случается любая неприятность, хоть самая мелкая, или когда задуманный вами сценарий каким-то образом нарушается. Научитесь балдеть от плохой погоды, от очередей, пробок, проблем, любого негатива. Такой вот своего рода мазохизм постепенно расчистит небо над вашим миром. Вам следует задумываться лишь над тем, какой выгодой обернется для вас то или иное досадное обстоятельство. А так оно и будет – сами в том убедитесь неоднократно. Необходимо приложить лишь на первых порах некоторые волевые усилия, чтобы ко-

ординация вошла в привычку, стала частью вашего **Я**. И тогда все у вас будет как надо. Это первый шаг на пути превращения из приемника в транслятор.

## **Резюме**

■ Нельзя путать намеренное и осознанное управление реальностью с эффектом синхронистичности.

■ Если между вашими мыслями и реальностью возникла спонтанная связь, это еще не значит, что ваш Трансерфинг работает.

■ Для того чтобы начать управлять этим процессом, необходимо перестроить свой способ мышления таким образом, чтобы пассивный приемник стал передатчиком, перешел в режим трансляции своих намерений.

■ Необходимо стремиться транслировать картину своей реальности во внешний мир постоянно, в прямом или фоновом режиме.

■ Какими бы черными ни были тучи, вы всегда должны помнить, что над ними неизменно сияет чистое небо.

■ Задайтесь целью, когда смотрите чужие картины, ловить ассоциации и одновременно крутить свое кино – декларировать намерение своего, «оранжевого мира».

■ Приводите всю входящую информацию к общему знаменателю своей цели.

■ Перестройку способа мышления в режим трансляции можно начать с координации намерения.

■ Если вы вознамеритесь рассматривать событие, кажущееся негативным, как позитивное, тогда все именно так и будет.

■ Трансгрессия происходит с нами постоянно – всякий раз, когда мы принимаем решение на развилке.

■ Научитесь балдеть от плохой погоды, от очередей, пробок, проблем, любого негатива.

## Детский импринт

Я продолжаю тему предыдущей главы, где шла речь о координации намерения. Мы раскрашивали в оранжевый цвет события и обстоятельства, имеющие «якобы негативный» оттенок. На самом деле в нашей власти сделать любую (ну, или почти любую) неприятность приятностью. Осталось применить тот же принцип по отношению к людям и тому, что они делают.

Сейчас мы обсуждаем технологии очистки своего мира от ненужного мусора. Если вы обратили внимание, Трансерфинг не занимается «лечением» проблем, а устраняет их причины, разрушает гордые узлы одним махом. Более того, не стоит искать даже и причины той или иной ситуации – слишком долго возиться, да и запутаться можно. Самое лучшее, что можно сделать, чтобы облегчить себе дальнейший путь, это избавиться от вещей, порождающих эти самые причины. Тогда и текущие проблемы разрешатся сами собой,

а новые не возникнут.

Другими словами, смотреть надо не в прошлое и даже не в настоящее, а в «целевое будущее». Двигаться вперед, что бы там, позади, ни оставалось. Потому что придете вы только туда, куда устремлено ваше намерение. *В данном контексте* известное утверждение «живи сейчас, текущим моментом» не вполне корректно. В текущем моменте *никакой Силы нет* – Сила в *моменте опережающем* – именно он влечет за собой ход вашего сновидения наяву. Но об этом поговорим позже, а пока это лишь информация к размышлению.

Итак, если вспомнить девочку, которая раскрашивала свой мир в оранжевый цвет, можно задаться вопросом: а как это сделать на практике? К счастью, никаких особых умений и усилий здесь не требуется – мир сам приобретает радостные оттенки, если применять к нему принцип координации намерения, как в отношении к ситуации, так и в отношении к действиям и поступкам других людей.

Те, у кого сейчас осознанность активирована, могут меня тут же поймать: «Действия и поступки – это одно и то же. Вот в том-то все и дело, что мы привыкли по поводу и без повода осаждать, одергивать, критиковать других за малейшую ошибку, а за большую и обругать немедля. Так делается на автомате, у большинства из нас это буквально безусловный рефлекс. Чуть что не так, не нравится, – тут же где-то в голове загорается красная лампочка, «А-а-а!» – и погнались, в письменном или устном изложении.

Особенно в интернете, где уж точно никто не схватит за шиворот и не даст пинка под зад, для критиканов всех мастей – ну просто привольное раздолье (или раздольное приволье?).

Что бы там ни говорили о спокойном отношении к критике, в ней нет абсолютно ничего хорошего, ни для кого – ни для объекта, ни для ее носителя. По меньшей мере, это *всегда* выглядит *некрасиво*.

Если вы сейчас находитесь в равновесном расположении духа, попробуйте представить объективно, как выглядит тот, кто ругает кого-то или что-то, высказывает свое неприятие, выражает недовольство. Это действительно некрасиво, причем совершенно независимо от того, оправдана такая реакция или нет. Но тогда спрашивается, почему люди так часто выступают в такой неприглядной роли?

А потому что в нашем менталитете с раннего детства прошит импринт: если кто-то из взрослых нас уверенно и гневно ругает, значит они правы, а мы в чем-то провинились, что-то делаем не так, и следовательно, они взрослее, выше, лучше нас, а мы такие маленькие и непутевые, мы в чем-то ниже их – хуже. Понимаете? Но ведь нам не хочется быть ниже кого-либо? Вот так с самого детства и вырабатывается шаблонная реакция: если не тебя, а ты ругаешь кого-то, значит ты прав, ты лучше, выше тех, кого ругаешь.

Реакция, если разобраться, достаточно примитивная, на уровне низших беспозвоночных. Но зато она создает ил-

люзию хоть временного, но превосходства и хоть как-то возвышает нас над другими.

Однако надо отдавать себе отчет, что это не более чем иллюзия, причем возвышающей она кажется только изнутри, в то время как снаружи, со стороны, всегда смотрится малопривлекательно.

Например, если взять интернет, поскольку он занимает значительное место в нашей реальности, и представить: как выглядит критикан (а таких много), промышленяющий там в поисках самоутверждения? Ни дать ни взять дворовый бобик с задраным хвостом, который тут налаял, здесь лапу задрал, напакостил... Пусть даже иногда и прав. Но каков девиз? В отличие от девиза великих – «пришел, напачкал, наследил».

Только вот вопрос, чьи дела и какой след после себя оставят? Дела тех, кто подвергся нападкам критикана, останутся наверняка, поскольку он, как правило, на мелкое не задирается. А что останется после него? Рано или поздно снег, растопленный весенним солнцем, обнажит «художества», а летний ливень без остатка смоев все, что не радует глаз.

Сам я вынужден заниматься такими вот малоприятными зарисовками лишь по необходимости, чтобы взломать детский импринт и дать иллюстрацию реального положения вещей. Однако неприглядность – это далеко не все, чем характеризуется примитивная реакция недовольства. Есть еще три веские причины, по которым не следует ей придаваться.

Первая – это *эффект бумеранга*. Чем бы вы ни кидались в зеркало, все полетит к вам обратно, как хорошее, так и плохое. Отсюда прямой вывод: не стоит бросаться тем, что не хотелось бы получить назад. Обратите внимание, когда вы кого-то осуждаете, то спустя некоторое время уже сами оказываетесь в роли обвиняемого по той же статье. Так бывает очень часто. Реже, но так же неизбежно, бумеранг возвращается в иной, трансформированной форме. Вас могут осудить за другие ваши действия. Или вы столкнетесь с какой-то досадной неприятностью, которую невозможно будет логически увязать с ранее брошенным в чей-то огород камнем. Чего уж тут недоумевать, «и откуда столько напастей?», если клянесь вокруг все и вся, а потом получаешь в ответ град бумерангов, от которых опять приходится отбиваться. Конечно, не все настолько фатально и однозначно, но безусловно закономерно. Вот так безобидный, казалось бы, детский импринт порождает множество конфликтов, от семейных скандалов до звездных войн.

Вторая причина – *зеркальный эффект*. Зеркало бесстрастно констатирует содержание отношения, игнорируя его направленность. Ему все равно, высказываете вы одобрение или осуждение – оно просто отражает ваш посыл. Но во втором случае это отражение падает в вашу реальность еще более темной тенью, поскольку осуждение всегда высказывается с чувством, в единстве души и разума. Выражая недовольство и неприятие, вы тем самым еще больше засоряете

свой мир. Какая лента в проекторе, такое кино и крутится.

И наконец, третья причина – *вы можете быть неправы*. Обрушиваясь на кого-то с критикой, вы почти наверняка будете неправы, поскольку не можете владеть всей информацией, почему этот человек делает что-то не так, как вам хочется. Чего натворили бы сами, окажись вы на его месте? В любом случае невозможно знать все чужие обстоятельства, условия и мотивы. Много в этом мире весьма относительно, за редким исключением.

Возьмем хотя бы в качестве иллюстрации, чтобы далеко не ходить, критику в мой адрес. Меня, бывает, обвиняют в том, что я вклинил в эзотерику всякие там «кухонные принадлежности», совершенно не имеющие к ней отношения. Да и вообще, не мужское это дело, на кухне возиться. Не то чтобы это меня как-то задевало, просто странно наблюдать, с каких позиций пытаются выносить суждения. Между прочим, не мешает иной раз мыслить не прямолинейно, по-мужски, а «перпендикулярно», как думают «блондинки» (я никого и ничего здесь не имею в виду). Нелинейные и нелогичные шаги в решении сложной задачи, которые, казалось бы, «к делу не относятся», очень часто ведут к озарениям. Ну, а что касается «немужского занятия», тут тоже все относительно.

Я помню, в армии мы не любили тех, кто толком не умел ничего делать. На того, кто привык к услугам мамок и нянек, положиться нельзя, и в разведку с таким не пойдешь.

Не знаю как сейчас, но в мое время все приходилось делать самим, в том числе и на кухне. Бывали и ситуации, когда приходилось добывать еду в зимнем лесу. Например, в зайца из «калашникова» попасть трудно, да и время требуется, чтобы выследить. Но есть один жестокий прием, как раз по мужской части. Делается петля из полевки (это такой телефонный кабель со стальными прожилками) и привязывается за ветку над заячьей тропой. Заяц ночью бежит по своей тропе, проскальзывает в петлю, не обращая на нее внимания, но задней лапой цепляет за проволоку, и та затягивается. К утру его находишь уже окоченевшим, на красном снегу, с лапой, изрезанной петлей до кости. Он предпочитает биться до конца и умереть, испытывая сильнейшую боль, чем дожидаться того, кто за ним придет. Когда о трусливом человеке говорится «заячья душа», сравнение несправедливо. По силе духа заяц не слабее волка. Все относительно.

Итак, общий смысл всего сказанного в том, что, проявляя недовольство чем-либо или ругая кого-либо – правительство, госслужащих, футболистов, погоду, коллег, соседей, близких, не говоря уж о детях, – вы транслируете в зеркало мира неприглядный образ и получаете соответствующую реальность в отражении. Вещать ли на частоте радио «Волна удачи», или радио «Сливной бачок» – вопрос осознанного (либо бессознательного) выбора.

Конечно, речь не идет о том, что не следует вообще спорить, давать отпор кому-то, защищать себя или кого-то, ко-

гда это действительно необходимо. Главное, чтобы вашим отношением и действиями управлял не бессознательный импринт, а осознанное намерение. Повсюду и постоянно встречаются ситуации, в которых проявление негативной реакции вовсе не обязательно. Зачем ругать то, что напрямую вас не касается, или того, кто лично вам ничего плохого не сделал? Вы не можете изменить *уже свершившееся* в этом мире, как не можете воздействовать на кино, которое видите на экране. Зато в вашей власти сменить киноленту. Бросаться на экран или настраивать проектор – это два совершенно разных способа существования, и опять же, вопрос личного выбора.

Во многих случаях лучше просто пройти мимо вещей, вызывающих негативные эмоции, не заострять на них внимание, не принимать близко к сердцу то, что вам не хотелось бы иметь в слое своего мира. Потому что стоит вам позволить кому-то или чему-то зацепить внимание каким-либо негативом, как *он тут же войдет в вашу реальность*.

Если же пройти мимо не удалось, и вы попались в эмоциональную ловушку, не следует себя насильно сдерживать – это пустое занятие. Вы должны помнить, что *управлять нужно не эмоциями, а отношением*. Отношение всегда можно *инвертировать*, если включить осознанность.

Например, вместо того чтобы обругать, займитесь прямо противоположным – похвалите. Чиновники вас затаскали? Посмотрите на них под другим углом зрения. Какие же они

прилежные! Стараются! Полицейские на дороге пристали? Ай, какие хорошие! Как они заботятся о том, чтобы у меня не было дорожных происшествий! Досужие соседи замучили? О, какие же они затейники! Креативные люди! Футболисты не радуют? Зато как хорошо по полю бегают! Какие славные и пригожие! И форма у них какая красивая! Коллеги на работе обидели? Помогли проснуться и что-то понять! Очень вам спасибо! Хвалите все подряд, на чем свет стоит. На всякий негативный посыл всегда найдется, по крайней мере, «издевательски-приветливый» отклик. Прелестно! Обворожительно! Или как у Элочки-людоедки – колоссально! Пусть маятники позлобствуют, оставшись ни с чем.

Как бы там ни было, *терпимость и снисходительность – достоинство королей*. Не так ли?

И еще одно небольшое дополнение в связи с этим, по поводу движения в течении вариантов. В повседневной действительности вам очень часто приходится сталкиваться с тем, что вам делают мельком какие-нибудь замечания, предложения, что-то советуют или просто высказывают отвлеченное мнение. Все эти мелочи могут казаться мало-значительными, но на самом деле это не так. Вы должны знать, что окружающие люди, в отличие от вас (если вы сами не спите наяву), пребывают в глубоком сновидении. Сновидение движет ими, и они по большей части *плывут* по его течению, лишь изредка предпринимая попытки что-то изменить. Ваша задача – не плыть, а *осознанно двигаться* в пото-

ке течения, используя его силу и обращая внимание на попутные знаки.

Так вот, этими знаками могут служить мельком брошенные замечания, особенно если видно, что они делаются не намеренно, а как бы попутно, *по ходу*. В таких случаях будет очень полезно преодолеть первый порыв заупрямиться, возразить или отмахнуться. Не обязательно, конечно, немедленно следовать любым советам, но на заметку взять не помешает. Заведите себе новое правило: *послушай женщину и сделай, как она сказала*. Понимаете, о чем я говорю? В отношении мужчины это реже срабатывает, поскольку его ведет в большей степени разум, нежели интуиция. Нужно его внимательно выслушать и похвалить. Очень ты молодец! Мой совет: делать, что он говорит, не обязательно, но похвалить стоит. Мужчины любят, когда их слушают и хвалят, остальное они простят. Ну и конечно, то, что они говорят неосознанно, взять на заметку будет нелишним, потому что это может являться путеводным знаком – мудрой подсказкой от течения вариантов, которое движется по оптимальному пути. *Сохраняйте бодрость, когда вокруг вас творится всеобщее бессознательное сновидение, и воспринимайте его как увлекательное приключение.*

И последнее: для того чтобы все это работало, необходимо приучить себя включать осознанность в нужный момент. Всякий раз, когда что-то не нравится и есть повод, чтобы дать волю негативной реакции, поймайте себя. В го-

лове загорелась красная лампочка? Ага! Включается режим наблюдения. Что надо делать? Дальше вы знаете. Не сразу, но при должном усердии, после серии неудачных опрокидываний в сновидение, вы постепенно приобретете нужный навык, и прежний бессознательный импринт перестанет управлять вашей жизнью. Вы с удивлением обнаружите, что и самих поводов для недовольства вокруг становится все меньше и меньше. Ваш мир очистится и засияет теплым оранжевым цветом.

## **Резюме**

■ Мир сам приобретает радостные оттенки, если применять к нему принцип координации намерения, как в отношении к ситуации, так и в отношении к действиям и поступкам других людей.

■ В нашем менталитете с раннего детства прошит импринт: если кто-то из взрослых нас уверенно и гневно ругает, значит они правы, а мы что-то делаем не так.

■ С самого детства вырабатывается шаблонная реакция: если не тебя, а ты ругаешь кого-то, значит ты прав, ты лучше, выше тех, кого ругаешь.

■ Чем бы вы ни кидались в зеркало, все полетит к вам обратно, как хорошее, так и плохое.

■ Выражая недовольство и неприятие, вы тем самым засоряете свой мир.

■ Обрушиваясь на кого-то с критикой, вы почти наверня-

ка будете неправы.

■ Проявляя недовольство чем-либо или ругая кого-либо, вы транслируете в зеркало мира неприглядный образ и получаете соответствующую реальность в отражении.

■ Это не значит, что не следует вообще спорить, давать отпор кому-то, защищать себя или кого-то, когда это действительно необходимо.

■ Вашим отношением и действиями должен управлять не бессознательный импринт, а осознанное намерение.

■ Вы не можете изменить уже свершившееся в этом мире, зато в вашей власти сменить киноленту в своем проекторе.

■ Бросаться на экран или настраивать проектор – это два совершенно разных способа существования.

■ Управлять нужно не эмоциями, а отношением.

■ Терпимость и снисходительность – достоинство королей.

■ Двигайтесь по течению вариантов, обращая внимание на попутные знаки. Послушай женщину и сделай, как она сказала.

■ Сохраняйте бодрость, когда вокруг вас творится всеобщее бессознательное сновидение, и воспринимайте его как увлекательное приключение.

■ Необходимо приучить себя включать осознанность в нужный момент. В голове загорелась красная лампочка? Ага! Включается режим наблюдения.



## **Заметки на полях**

*Когда вас что-то гнетет или раздражает, вы спите. Как только вы осознали, что вас что-то гнетет или раздражает, вы можете проснуться в сновидении – наяву или во сне, не важно. И если хватит энергии и ясности сознания, вы сможете управлять этим сновидением.*

## **Я видел радугу!**

На этот раз я решил сделать то, что делаю очень редко: вместо проблемных писем опубликовать истории успеха. Таких очень много, можно сложить толстую книгу. Думаю, вам интересно знать, как это получается у других.

«Решила просто вам рассказать о том, что именно и как у меня получилось. Начала читать „Трансерфинг за 78 дней“. Работа шла успешно, благо у меня было желание избавиться от подступавшей депрессии. Все-таки нытье и уныние – непозволительная роскошь.

В качестве эксперимента создала намерение на поиск новой работы. Многие принципы из книги пересекались с тем, что я старалась делать до этого: ожидание от мира только хо-

рошего, твердая уверенность в своей счастливой звезде и так далее. Поиск работы закончился успехом. Я уже третий месяц тружусь на новом месте.

Собственно это то, что я использовала для того, чтобы убедить свой ум, что все прекрасно работает. Я не говорю о бытовых мелочах вроде удачно приходящего транспорта и других мелких приятных „случайностях“.

Сейчас я занимаюсь проецированием целого комплекса картин – они предполагают более крупные изменения, чем просто интересная работа. Изменения происходят постепенно: все-таки поле для деятельности очень широкое, и иногда у меня бывают моменты, когда я начинаю снова заниматься самокопанием и ментальным мазохизмом. В таких случаях мне помогает забота о моем физическом теле (контрастный душ, вкусный салатик, длительная прогулка, физические упражнения) или просто переключение внимания на окружающий мир, в том числе и на людей, которые находятся рядом со мной.

Тем не менее, в последнее время мир вокруг меня стал как огромный механизм, который я сначала остановила, и сейчас он начинает раскручиваться в обратную сторону – сначала медленно, со скрипом, но с каждым днем „шестеренки“ вращаются все быстрее и быстрее.

Насчет трансгрессии. Вспомнился мне один случай – он произошел несколько лет назад. Я уже больше 10 лет ношу, не снимая, кольцо, которое купила еще в подростковом воз-

расте. Оно пропало у меня с пальца – неожиданно. Думаю, что в обычное время я бы расстроилась, но тогда почему-то мои мысли куда-то унеслись, что ли. Это было, как когда снится очень реальный сон, а потом просыпаешься и пытаешься понять: было ли это в реальности или только приснилось. Тогда на меня как раз какое-то подобное наваждение нашло. Первые кадры, которые я помню уже довольно четко, это то, как я засовываю руку в сумочку, а когда вытаскиваю ее, кольцо оказывается снова у меня на пальце. В тот момент я даже не удивилась. Посмотрела на него, погладила и в каком-то анабиозном состоянии пошла дальше».

*«Если друг твой закадычный  
Стал веселым неприлично,  
Не грустит он и не поет  
И ругаться перестал...  
То скажу тебе я точно,  
Что трансерфером он стал!  
Ты ему – что небо мутно,  
Он в ответ: „Деньгам уютно!“  
Лето кончилось, дождь мочит...  
Он в ответ вообще хохочет!  
Он нас всех как будто дразнит,  
Снег пошел – так скоро праздник!  
Холод дикий – к урожаю!  
Все. Молчу... не возражаю...  
Шеф орет – к большой зарплате!  
Рвешь колготки – к новым платьям!*

*Штраф заплатишь на парковке –  
До обеда жди обновки!  
Понедельник – к жизни сладкой!  
Вся неделя будет гладкой!  
Босс уволил? Не реви!  
Знать, везет тебе в любви...  
Пес хвостом тебе виляет?  
То к деньгам! Он точно знает!  
Кот себя за ушком гладит?  
Точно, будешь в шоколаде!  
Все события – к веселью!  
Крыша рухнет... к новоселью!  
Все дороги – в Рим и к морю!  
С ним давно уже не спорю...  
И сегодня он как птица  
На волнах удачи мчится!  
Все меняя, сам меняясь,  
Удаляясь, удаляясь...  
Не беги за ним, не надо...  
Есть твоя реальность рядом!  
Ну и что, что небо мутно,  
А в Египте так уютно!  
Лето кончилось, дождь мочит...  
На экзаменах проскочим!  
Жмет сапог – весна наступит!  
Туфель нет? Любимый купит!  
Все болезни – к долголетию!  
Девяносто лет? К столетию!  
Жизнь – она вообще к удаче!!!*

*Мы живем, а это значит,  
Что везет нам всем безмерно!!!  
В этом весь Трансерфинг... Верно?»*

«Как-то раз прошедшей зимой, прогуливаясь вечером, я занимался визуализацией своей цели. Это мой будущий дом. В моих мыслях он уже существует. Как внутренняя планировка, обстановка, так и моя семья уже тоже внутри всего ЭТОГО.

Я уже не говорю о том, как мой дом выглядит снаружи, как он стоит по отношению к солнцу. Я спокойно могу прогуляться по нему, заглянуть на кухню, увидеть там свою жену, ощущаю дневное освещение в доме, как солнечные блики пронизывают окна и, падая, растекаются по полу приятной на ощупь босыми ногами солнечной энергией. Удивительно! Пишу эти строки, а сам нахожусь ТАМ, внутри!

Так вот, в конце моей прогулки я решил сделать транзакцию. Смеркалось, обожаю это время суток, оно, как ничто другое, показывает нам всю прелесть нашего мира! Уже не светло и не темно, не жарко и не холодно. Мне кажется, что в этот момент времени я ощущаю абсолютную гармонию мира! Это время быстротечно, несколько минут назад еще было светло, а еще через несколько минут совсем стемнеет. И когда удастся поймать этот момент, я испытываю чувство тихого восторга. Так случилось и в этот раз, но при всем при этом каким-то необъяснимым образом причины и следствия сошлись в пространстве, как говорится – здесь и сей-

час.

На улице было много снега (по европейским нормам) после вчерашнего снегопада, поэтому я вынужден был осторожничать при переходе улицы. В течение дня снег таял, а к вечеру образовался гололед, но, несмотря на это, мой вечерний променаж прошел без особых проблем, и когда я уже подходил к дому, мне оставалось пересечь узкую улочку и шагнуть на почищенный от снега тротуар.

В тот самый момент, когда моя левая нога вступила на безопасный тротуар, а правая нога хотела присоединиться к левой, все мое внимание в целях безопасности сконцентрировалось на поребрик, и в это мгновение я увидел НЕЧТО! Это был обрывок реальности неопределенной формы, с оборванными краями, но с четко выраженным контуром, как остров в океане на карте мира.

„Вот это да!“ – подумал я. И ведь это не сон, это реально произошло в одно мгновение, которое я уловил. Благодаря особому освещению, которое бывает только в сумерках, картинка была очень высокого качества только без особых прикрас, как, например, в цветных снах, но в реальности снам нисколько не уступала. Сам не знаю, почему я решил рассказать именно об этом случае. Наверно, потому, что он ярко выражен по отношению к другим, таким как внезапно появившаяся звезда на звездном чистом небе, и я был абсолютно уверен, что секунду назад ее там точно не было! Или то, что я наблюдал вчера прямо над головой во время визуализации.

зации, сегмент радуги на небе, не предвещающем никакого дождя. Радуга натолкнула меня на мысль, что в эти десять минут, на которые она появилась, немногие люди ее вообще видели, как всегда и бывает. Кто-то едет куда-то, кто-то в супермаркете делает покупки, кто-то спит, кто-то пьет и т. д. А я видел эту радугу! Наверное, это и есть СЧАСТЬЕ!»

«Недавно был конфликт с сыном из-за учебы (ему 12). В общем, он послушный малый, но, бывает, заносит. Конфликт был связан с неуспеваемостью в школе из-за компьютера и социальных сетей. В общем, дошло почти до драки, после чего он был наказан, а в наказание должен был каждый день до дня рождения извиняться и повторять, как он нехорошо поступает. На третий день до меня дошло, что я классический манипулятор, и внесла изменения: теперь он должен был каждый день напоминать мне, что он самый красивый, самый умный, хорошо делает уроки, всегда слушает родителей, помогает маме по хозяйству и ему во всем всегда везет.

Ну, то, что уроки стали делаться практически без моего вмешательства, сильно не удивило, после очередной взбучки такое бывает. Но буквально сегодня мы вечером шли домой и разговорились за школу, какие приколы, кто в классе крутой и т. д. Так он мне рассказал, что у них время от времени практикуют опрос девочек, кто кому нравится. Так вот, по вчерашнему опросу он занял первое место. У меня от эмоций дух захватывает!»

«То, что Вы „натворили“ своими книгами в моей жизни, трудно высказать словами: каждый день приводит меня в восхищение. Первую Вашу книгу я купил летом 2005 года. Прочел ее на одном дыхании. Далее купил и изучил последующие книги. Подписался на рассылку.

Стал применять полученные знания в жизни. Каждый день стараюсь жить по Трансерфингу. И моя жизнь изменилась во всех отношениях и только в лучшую сторону. Более того, она стала такой, какой я ее „нарисовал“.

Один из примеров. Составил таблицу „МОИ ЦЕЛИ на такой-то год“. Получилось десять пунктов. О деньгах все мысли я отбросил, так как на день составления таблицы я располагал менее десятой части от нужной суммы. Тем не менее, таблицу я распечатал в нескольких экземплярах, один из которых повесил дома над рабочим столом, второй носил с собой в портфеле, третий повесил на видном месте на даче. Далее я стал работать с записанными целями, как „прописал“ в своих книгах Доктор Зеланд.

Первым пунктом значилось: купить автомобиль. Так как модель была определена ранее, я нашел всю доступную информацию по нему: фото, видео, результаты тест-драйвов, проспекты, обсуждения на форумах и т. п. Красочные фото автомобиля я развесил на видных местах, носил их с собой в дороге, просматривал фото, выискивал данный автомобиль на дорогах и стоянках, смотрел в салонах, сидел в них, один раз проехался. И вот РЕЗУЛЬТАТ:

Я сижу за рулем собственной машины. Приятная деталь: я приобрел машину той же марки, но более дорогую и лучшую модель. Считаю, что в моем случае об этом позаботился МОЙ МИР, который лучше знает, что мне нужно. Чем весьма доволен. Из 10 записанных пунктов в том году были реализованы 9. К выполнению последнего пункта я приступил сейчас.

Да, чуть не забыл. Полтора года назад совершенно осознанно и добровольно отказался от употребления ВСЕХ спиртных напитков. И год назад перешел на живое питание. Благодаря Вашим книгам я сделал это. Здоровье стало по этой причине совсем другим: помолодел, сбросил 20 кг, бодр, весел, вынослив и т. д.».

«Когда я прокручиваю целевой слайд, то представляю мою будущую жизнь. То, что превращает мою жизнь в праздник. Я успешный финансист, у меня замечательная семья. Вот я на работе. Офис находится на 30-м этаже. Прихожу в свой кабинет. Сажусь на кресло рядом с окном. Открываю жалюзи, а там такой вид... просто дух захватывает. Заходит секретарь и приносит почту. Я беру в руки ножик для конвертов. А у него такая удобная деревянная ручка. Открываю письмо. Такая бумага приятная, аж хрустит. В нем приглашение на юбилей в университет. Затем иду на совещание.

Когда прокручиваю этот слайд, у меня внутри стойкое ощущение, что я прекрасно разбираюсь в своей работе. Я высококлассный специалист. Затем могу поехать в ресторан

с женой или на теннис с другом. А потом раз, и командировка в Нью-Йорк.

В следующий раз прокручиваю слайд, когда я дома. Просыпаюсь от того, что мой мопс пытается залезть на кровать. Он немного толстый и не может сам запрыгнуть. Встаю. А в доме витает запах свежей выпечки. Подхожу к окну. А оно у нас высокое, от пола до потолка. Открываю его и выхожу на балкон. А там у нас небольшое озеро, вокруг которого играют дети.

Ну и так далее. То есть слайд у меня постоянно меняется. Я, конечно, возвращаюсь ко всем этим моментам. Но сегодня я в своем слайде по Европе езжу с семьей, завтра в командировке в Сибири, а послезавтра мы в Мариинском театре и т. д. Постоянным во всех этих картинах остается ощущение, что это моя жизнь. Это мое. Все вокруг. Я чувствую, слышу, вижу. И все это мне очень нравится. Я значительно расширил зону комфорта.

Если раньше все думал, как же это может быть, как я этого добьюсь... То сейчас таких вопросов не возникает. Я просто знаю, и все. Все идет как надо. И мир идет мне навстречу. Уже произошло столько всего, во что раньше бы я и не мог поверить.

Но не так давно на форуме прочитал, что нельзя крутить составные слайды. Мол, я проживаю не свою жизнь. А как же быть?»

Все правильно делаете. Создавайте себе виртуальную ре-

альность и живите в ней. Если будете крутить это кино систематически, получите его в реальности (В. З.).

«Я сама из Украины. У нас в феврале телеканал СТБ приглашал на кастинг поваров-аматоров (чтобы не было профильного образования и не работал по специальности). Проводили кастинг. Ну в общем, с блюдом я определилась (это был тортик). А вот как украсить... никогда не декорировала свои блюда, а тут такое дело... В общем, посидела в интернете, нашла интересные мастики и пошла спать. Утром встаю, и за дело, по-быстрому (муж должен был подвезти перед работой), а так как ни разу не занималась этим, в общем, с декором ничего не получается... И муж подгоняет... В общем я, пользуясь принципом координации намерения (мужа отправила на работу, чтоб не мешал), начала петь на всю кухню что-то такое: „Все у меня получится, выйдет Лучшее Всех, я есть победительница, и меня возьмут...“ и т. д. В общем, так красиво получилось, что просто слов нет, а на кастинге переспрашивали, не пеку ли я под заказ на свадьбы или дни рождения, а то, что я говорила, что в первый раз, то просто не верили...»

«Я понял, что чем четче направляю мысль, тем скорее все исполнится. Отбросил все деструктивные мысли и за неделю с нуля сделал свой бизнес. Открыл видеостудию, которую давно хотел. Дело было так. Денег не было ни копейки, порой не хватало, чтобы заплатить за съемную квартиру, в которой жил. Казалось бы, какой там свой бизнес... Кредит офор-

мить на себя не мог, так как был один неоплаченный. Но я собрался и начал мыслить в этом направлении. Я буквально жил этими мыслями. Составлял график доходов, убеждался, что на себя работать не только выгодней, чем на кого-то, но и приятнее. Нашел в этих мыслях множество плюсов, что мне даже приятно было о них думать. Я смаковал их, как мог, не думая, откуда деньги могут появиться. И вот в один прекрасный день мои друзья предложили мне оформить на них кредит и открыть наконец-таки свое дело. Причем делали это они с охотой и взамен ничего не просили. Разве что ящик пива с первой выручки. Я так и сделал. И вот уже полгода работаю на себя. Живу в новой, хоть пока и съемной, но хорошей квартире. Прилично зарабатываю. Один кредит закрыл. Через несколько месяцев закрою и второй. Вот так вот!»

«Ваши книги полностью изменили мою жизнь. „Апокрифический Трансерфинг“ – моя настольная книга. Организм мгновенно чувствует разницу между натуральным питанием и мертвой пищей. Готовлю живой кисель, поначалу вкус мне показался, мягко говоря, не очень – но! Зато потом... в общем, как Вы и писали – теперь за уши не оттащишь. Постоянно ем пророщенные зерна, живые хлебцы и т. д. – эффект поразительный! С удивлением для себя открыла, что, оказывается, никогда не знала, что такое здоровье. Так же постоянно использую техники „Генератор намерения“ и „Стакан воды“ – о-о-очень!!! мощные техники, работают на все сто! Я занималась 1,5 года „Оком возрождения“, эффект был

незначительный, но, дополнив методами выполнения этой техники из Вашей книги, наконец-то почувствовала силу от этого комплекса. Сил и энергии становится раза в три больше, хочется переделать все и сразу. А главное, ты реально понимаешь, что на все хватает сил и настроения, чувство лени вообще куда-то подевалось».

«Не могу сказать, что полностью перешел на живую пищу, иногда употребляю термообработанную, но значительно чаще – овощи, фрукты, рыбу слабосоленую. Мне 48 лет. Трансерфинг изменил меня и мою жизнь. Вес вначале снизился, затем прибавил, размер джинсов уменьшился. Энергетика повысилась конкретно. Настроение всегда прекрасное. Активно занимаюсь спортом. Самое удивительное – стал видеть свечение вокруг людей, вижу размер этого свечения, немного различаю цвета свечения. Удивительно, мы живем в мире ярких, светящихся существ! Я читал про это, но не верил, что такое возможно со мной».

«Я сумела реально многое изменить в своей жизни. Если, к примеру, раньше я стремилась заработать деньги, то сейчас они сами зарабатываются. Я просто делаю заказ, на что именно мне нужны деньги, потом ввожу это в зону комфорта и жду. Обычно достаточно 2–3 недель, и деньги сами появляются, можно сказать, материализуются. Мой заработок в среднем увеличился в 10 раз уже примерно через полгода после того, как я начала применять на практике ваши методы! Я уверена, что на это ушло бы гораздо меньше вре-

мени, если бы не эта самая „зона комфорта“. Первое время мне приходилось себя чуть ли не уговаривать, мой разум упорно не хотел поверить, что я **МОГУ СЕБЕ ПОЗВОЛИТЬ ИМЕТЬ** многое из того, что сейчас имею. Еще года два назад я бы ни за что не поверила, но сейчас это стало так привычно и естественно. Бывают, правда, и моменты затишья, когда все идет не так уж гладко, но я знаю, что это временное и легко преодолимое явление».

«Хотела похвастаться, насколько пошли в гору мои дела. Мне 20 лет, я отучилась на архитектора в московском колледже. В строительную компанию пришла, естественно, самым младшим архитектором. Сейчас я заместитель руководителя архитектурного отдела, ГАП. Я просто сдала себя в аренду. Честно говоря, делала это сначала инстинктивно, позже догнала и осознанность. Причем очень сильно работает фрейлинг. Начальник меня очень любит. Да я вообще вся цвету и пахну. Огромное вам спасибо! У меня теперь нет ни рамок, ни ограничений!!!! Ощущение такое, будто раньше я была лошадью, которая плелась по колее, не поднимая головы, а теперь у нее выросли крылья. Я стала беззаботной и свободной... как ребенок!!!! Да! Вот как это можно назвать. И ничего не случится, если мне надоест моя игра – я придумаю новую. И в жизни нет ничего серьезного, кроме того, как следить за состоянием души. А она просто прекрасна у меня».

«Изменилось в жизни буквально все – отношения в семье,

с друзьями, знакомыми. Я даже стал невообразимым образом выигрывать в бильярд, хотя до этого не играл, а испытывал нервную систему, и не только свою. Сильнейшим достижением считаю сближение с женой – только за это огромное спасибо. Мы даже начали вместе строить бизнес! Перестав думать о собственной важности, замечаю, как изменилось в лучшую сторону отношение ко мне окружающих! Не лезут в голову страшные мысли, навязываемые СМИ, и не только потому, что не смотрю телевизор, просто им нет места в потоке позитива. Моя реакция на явно негативные события ошеломляе

т мое окружение. Сейчас свое состояние характеризую как невесомость – раньше я был военным летчиком, и знаю, о чем говорю. Месяц назад мне исполнилось 40, и ощущение „жизнь закончилась“ сменилось на „все только начинается“».

«Вы ответили мне на вопрос, который мучил меня всю жизнь: почему у меня все получается наоборот. Если я была уверена, что произойдет какое-либо событие, то это событие никогда не происходило. Не важно, хорошее событие или плохое. Доходило до абсурда. Однажды мне записали диск с библиотекой программ в Институте связи, и я была уверена, что получу желаемую библиотеку. Мне ничего не могло помешать. Диск уже был записан. Осталось только его взять. Даже если что-то случится, то его можно заново переписать, и все проблемы решатся. За сутки до того, как его должны были передать мне с оказией, Институт

связи, а именно вычислительный центр, где лежал мой диск, сгорел. Так пропала моя мечта. Когда я заметила такую закономерность, я стала этим „феноменом“ активно пользоваться. Если мне что-либо было нужно, я уверяла себя, а еще лучше и окружающих, что ничего не получится. В результате все срабатывало наоборот, и я получала желаемый результат.

Я пользовалась этим приемом 30 лет!!!! Исключений практически не было. Вероятность срабатывания 99,9999 %!!!!!!!!!!!! Но, в конце концов, мне это надоело. Почему у меня все не как у людей! Почему мне нужно думать наоборот! Все вокруг говорят, что нужно посылать хорошие мысли, что нужно думать позитивно. Ага! Как бы не так. Стоит мне подумать позитивно, и все получается наоборот. И вот, случайно (ха-ха), мне посоветовали Ваши книги. И мир вдруг перевернулся с головы на ноги, и все стало понятно. За месяц я перестроила свои мысли, и теперь мои намерения срабатывают так, как им и положено работать. Получается еще лучше, чем раньше! Проще, понятнее и веселее! Я получила ответы на свои вопросы, а как бонус еще и методику, как идти к своей цели и как защищаться от маятников. А теория слайдов просто великолепна! Все работает!!!!!»

«Не хочу загружать Вас бесконечно расширяющимся перечнем чудес (по-другому и не назвать), которые происходят со мной благодаря этому ЗНАНИЮ. Вкратце, раньше я жил беспросветной и отвратительной жизнью мегаполиса,

а теперь, буквально через мизерный отрезок времени, живу с прекрасной женой на тропическом острове в океане, и каждая минута жизни наполнена смыслом и радостью. Как Вы говорите – „Душа поет, а разум довольно потирает ручки“. Иногда только огорчает и удивляет то, как слепы люди вокруг и как те, кому даришь чудо ТРАНСЕРФИНГА, прочитав книгу, не понимают НИЧЕГО из нее... Огрызаются и продолжают жить своей рутинной ненавистной жизнью, рефлексировав по всякому поводу. Но особо не расстраиваюсь, т. к. каждый человек сам выбирает слой своего мира».

«Что я делаю? Допустим, пришло какое-то неприятное, с моей точки зрения, известие. Начинаю тереть ладошки друг о друга, улыбаюсь (иногда через силу и как-то кривенько) и сама себе говорю: „Все идет, как надо. Здорово! Все ОК! Все просто превосходно!“ А вот потом идет такой, какой-то непонятный „внутренний жест“. Я даже не могу понять, что это такое, а объяснить тем более! Как будто что-то внутри радостно сжимается (знаете, как дети маленькие от счастья могут сжать кулачки и потрясти ими). Вот примерно то же самое я заставляю сделать себя. И это срабатывает реально! Ситуация не просто оборачивается в мою пользу, но обязательно приносит еще какой-то неожиданный приятный сюрприз! И тогда только говоришь: „Ух ты!!!!“»

«Когда начала читать первую книгу, удивилась тому, что то, о чем Вы пишете, знакомо и понятно: я в детстве, примерно до 12–14 лет, все это умела делать. Конечно, не знала

так подробно, но как-то интуитивно умела, и у меня успешно получалось. Потом все чаще нужно было поступать разумно и как надо. Затем, «благодаря» накопившемуся жизненному опыту, все стала раскладывать «по полочкам», в соответствии с понятиями о правильном и неправильном. Результат не замедлил себя ждать: сейчас я потеряла все то, что когда-то было мною достигнуто, было важным и непоколебимым. Особо стойкие убеждения разбились о случившиеся события. Хорошо, что решила остановиться и подумать, в чем тут дело. О Ваших книгах узнала случайно, но зато достаточно быстро их нашла. Наверное, это тоже знак. Теперь я похожа на спортсмена, который был чемпионом, но из-за сомнений получил травму и заново учится ходить. Буду вспоминать детство».

«Когда я читал „Трансерфинг“, года два назад, я и мечтать не мог оказаться за границей, тем более в Лондоне. А о том, что люди могут спорить, в каких горах кататься после Альпийских, узнал тоже, можно сказать, в вашей книге. Тогда же именно и решил, что это и мое желание. Тогда оно мне казалось поистине нереальным, но я знал, что если Трансерфинг работает, так будет. В общем, я катаюсь в Альпах сейчас, следовательно, он работает, что позволяет мне ставить еще более невероятные и сумасшедшие цели на будущее. Ведь нет ничего невозможного, и только лишь мы сами себя ограничиваем».

«С самого начала моей целью, моим намерением было

сменить жилплощадь. Были проблемы с пониманием того, чего же я, собственно говоря, хочу. Если два года тому назад я усиленно, с воодушевлением „слайдила“ трехкомнатную квартиру в центре моего города, то спустя полтора с лишним года я окончательно поняла: моя душа стремится к большому участку земли, хозяйству, собственному дому. Хочу жить и работать на земле. И желательно подальше от центра моего города.

И вот три дня тому назад это счастье буквально свалилось на мою голову. Появилась реальная возможность по крайне доступной цене приобрести большой участок земли (7 га) для создания крестьянского хозяйства. На деньги, вырученные от продажи моей теперешней квартиры, вполне возможно построить хороший коттедж. Итого, без всяких ипотек и прочих долговых петель я меняю свою двухкомнатную халупу в третьесортном районе города на отличный коттедж квадратов так на 150 на огромном участке хорошей плодородной земли, окруженной лесом, рядом с речкой, в часе езды от города. Вот уж где будет простор для моей фантазии, как много можно будет там реализовать!

К слову сказать, когда это счастье свалилось мне на голову, это было так неожиданно, что вначале я запаниковала. То есть да, я имею намерение все это иметь, но прямо сейчас, вот так просто и сразу! Это же кардинально меняет всю мою жизнь! Пришлось немного поработать над собой, успокоиться и вставить мозги на место. Я поняла: реализация намере-

ния происходит тогда, когда ты четко осознал, что конкретно тебе нужно. И только в том случае, если тебе действительно это нужно. Я не была бы удовлетворена, получив трехкомнатную квартиру в центре. Это была не моя цель. Как только я осознала мою истинную цель, я тут же ее достигла».

*«Душа жила, душа болела,  
Душа томилась и звала,  
Душа свободной быть хотела,  
Парить, любить, не помнить зла,  
Смеяться, радоваться жизни,  
Счастливым видеть белый свет...  
Но в голову пришли вдруг мысли,  
Чтобы разумный дать совет:  
Не верь... не нужно... не бывает...  
Спустись на землю... не желай...  
Как часто строить ад нас разум поучает,  
Душа ж всегда во всем создать стремится рай...»*

«Я стал читать и не смог оторваться. Я находил ответы на все вопросы, включая ответы на те, которые не мог сформулировать. Все прочитанное складывалось в одну гармоничную систему, где ничто и никому не мешало, а даже, наоборот, помогало. Мне стали очевидными многие вещи, суть которых я до этого либо не понимал, либо сомневался в правильности моих суждений.

С самого детства у меня были запросы, как говорили взрослые, на шаг дальше остальных. В то время как все говорили: „Так нельзя, нужно делать вот так, иначе ничего не до-

бьешься“, я искал другие пути. Почти никогда мне не нравилась „дорога“ моих сверстников. И вот только сейчас я понимаю, что искал дорогу для себя, дорогу к „гармонии души и разума“.

После этих слов мир словно изменился, будто с меня сняли очки. Я наблюдал за тем, что меня окружает, и не мог порадоваться тому, что наконец-то я смотрю настоящими глазами. Будто у меня выросли крылья! Вот настолько все изменилось. И то, что доселе я делал неосознанно, оказалось, соотносится с Трансерфингом.

И уже без тени сомнения я стал идти по своей дороге, по направлению к гармонии души и разума. Оказалось, что все, как я люблю говорить, „до смешного просто“. Исчезла смена настроения по малейшему поводу, ведь теперь мне смешно, когда на меня, например, в автобусе какая-нибудь бабка начинает ругаться. Исчезли „недостижимые“ цели, ведь их не существует. Исчезли проблемы с общением, учебой, деньгами – все просто как испарилось. Теперь я знаю, что есть подлинное. Впервые за свои 18 лет я по-настоящему счастлив. Ведь я сбежал с фермы. Я свободен! И больше не вернусь туда».

«Подруга дала почитать ваши выпуски про синтетическую пищу. Мне кажется, вы должны знать, что направили на путь еще одного человека – меня. Мне было несложно перейти на живое питание, так как я регулярно постилась, и организм

был подготовлен. Во время поста я чувствовала себя прекрасно, и было много энергии, но я даже представить не могла, что ее станет еще больше! Действительно, ощущение такое, что вкололи допинг, хочется летать и вообще творить.

Но главное даже не это. Я никогда не жаловалась на свое здоровье и сознание, поскольку уже давно живу осознанно, и все мои намерения сбываются. Но раньше по утрам была тревога, я не могла понять, откуда она берется, какая-то необоснованная тревога, переходящая в чувство страха. И тут я поняла. В организме была зависимость, от той же синтетики. Когда ее не стало, все куда-то ушло. Раньше мне было тяжело, потому что я могла наметить цель, достичь ее, но сроки сдвигались. Сейчас появилась безотлагательность. Просто четкое намерение, без лишних напрягов, я просто иду к цели, и все. Все стало просто.

А ведь я даже не могла предположить, в чем было дело. Если бы мне кто-то раньше сказал про питание, я бы не поверила. Все искала причины в характере, в недостатке дисциплины и прочее. И вот, только поняв, что есть еще много вещей, о которых я не подозреваю, например как с питанием, можно действительно просто менять свою реальность. Я написала это письмо, чтобы вы знали, КАК много вы сделали для меня».



## **Заметки на полях**

*Надо отметить, после выхода книги «Апокрифический Трансерфинг» счастливых историй стало приходить значительно больше. Дальше в книге будет еще одна глава отзывов о том, как радикально меняет мир живое питание.*

# Часть III. Биосфера

## Живые вопросы

От читателей приходит много вопросов по теме натурального образа жизни. Следующие главы – об этом, и не только.



Правда ли, что частые занятия сексом ведут к упадку творческой энергии, как в одном из романов Драйзера, где главный герой-художник перестал рисовать, потому что женился?

Нет, неправда. Это не ведет к упадку творческой энергии, да и энергии вообще, если не заходить за рамки разумных пределов, конечно. Интимные отношения – достаточно эмоциональная и в определенном смысле неравновесная сфера, поэтому здесь очень много субъективных мифов.

Вопрос в том, что понимать под «частыми занятиями». Любое занятие, а не только секс, отнимает энергию, если предаваться ему сверх меры. Где эта мера находится, каждый определяет для себя сам, поскольку все люди разные.

Следует только учитывать один момент. Энергия подобна силе течения, и она проявляется лишь в движении. Другими

словами, энергия там, где есть движение, а там, где застой, ее нет. Нельзя накопить энергию, если одновременно ее не расходовать. Что не используется, то постепенно атрофируется. За ненадобностью. Так устроена Природа.



Правда ли то, что, по мнению кастанедовских магов, после зачатия в аурах обоих партнеров образуются черные дыры?

Нет, неправда. По факту, что-то не видать никаких сведений о том, что кто-либо когда-либо почувствовал в своей оболочке пробой, после того как зачал ребенка. Неужели вы верите, будто Природа заинтересована в том, чтобы «продырявить» человека за то, что он реализовал свою первейшую природную функцию? Скорей наоборот. Давайте не будем выдумывать, а также буквально и свято верить всему, что кто-то когда-то сказал.



Правда ли, что на живом питании сексуальная сила убывает?

Нет, неправда. Сначала убывает, потом возрастает. Питайтесь разнообразно и полноценно. Когда завершится переход, все восстановится и придет в норму.



Почему Ошо говорит, что достаточно иметь секс лишь один раз в год, и это вовсе не обязательная составляющая человеческой жизни?

А почему *достаточно* именно раз в год, а не два или двенадцать? Где критерий? Если имеется в виду продолжение рода, то это совсем другой вопрос. Речь ведь идет о сексе, а не о репродуктивной функции. Это разные вещи.

Что касается необязательной составляющей жизни, то верно. По факту, многие обходятся без секса, и это никак особо не влияет на их жизнедеятельность. Вы можете назвать какие-либо видимые принципиальные отличия между теми, кто ведет активную половую жизнь, и теми, для кого данная сфера жизни еще не наступила или уже ушла в прошлое?

Просто когда в вашем распоряжении имеется какой-то вид энергии, то его можно либо использовать, либо нет – на ваше же усмотрение. Не будете использовать – постепенно утратите, как, впрочем, утратите и в том случае, если будете использовать чрезмерно.

Но, повторяю, обходиться без данного вида энергии, если вы не испытываете такой необходимости, вполне возможно, безо всякого ущерба во всем остальном.



Вы написали, что если нет энергии, то вы и не сможете ничего сделать – не хватит намерения. В последнее время очень сильно увлекся медитацией, и дело в том, что даже на живом питании есть ощущение, что не хватает энергии быть все время в осознанном состоянии. Поэтому начали появляться мысли ограничить так же и сексуальную сферу, перейти на брахмачарью. Причина вопроса в том, что есть любимая девушка. Не хотелось бы выбирать между путем души и любовью к своей девушке.

Не надо путать божий дар с яичницей: любовь с сексом, духовность с аскетизмом, самодисциплину с фанатичным воздержанием. Все это разные вещи. Не будете использовать какой-то один вид энергии – он у вас просто атрофируется, *что, однако, вовсе не означает, будто в других видах чего-то прибавится.*

Есть движение – есть энергия. Сравните горную реку и застойное болото. Где есть энергия?

Не знаю, какой медитацией вы увлекаетесь и что она вам дает. Могу сказать лишь одно: медитация в смысле остановки внутреннего монолога, погружения в какие-то глубины сознания, стремления постичь какую-то истину и тому подобное – не имеет отношения к Трансерфингу.

Чего такого особенного удалось постичь приверженцам

медитативных практик? Насколько известно, первым и последним, кому действительно удалось *нечто* (причем что именно, доподлинно никто не знает), был Будда. О каких-то пронзительных успехах его последователей что-то не слышать. Разве не так?

Внутренний монолог следует не останавливать, а направлять в нужное русло, чтобы транслировать в окружающий мир свое целенаправленное намерение. Трансляция – это движение. Медитация – это остановка, провал из одного сновидения в другое, еще более глубокое. И кто в этом сновидении будет править вашими мыслями – вы или тонкоматериальные сущности, которые там пребывают в своей естественной среде, – большой вопрос.

Питание живой пищей – тоже не гарантия просветления, хотя оно и поднимает вас, как на лифте, сразу на несколько этажей выше.

Обретение того уровня сознания, когда реальность ощущается как осознанное сновидение, подвластное намерению, и что является, собственно, целью Трансерфинга, – достаточно длительный путь, требующий самоконтроля и самодисциплины. Но не самоограничения. Понимаете разницу?

Живое питание – это не ограничение себя в чем-то, а принципиально иной принцип существования, который переводит человека как сущность в высший диапазон вибраций и, конечно же, значительно облегчает путь обретения осознанности. Но опять же, далеко не сразу.



Помогает ли шунгит для защиты от электромагнитной радиации?

Не знаю. Есть производители, которые заявляют, будто шунгитовая пластинка экранирует поле. В интернете даже можно найти ролик, где показан фокус, как индикатор фиксирует уменьшение поля мобильного телефона, если на него положить пластинку. На самом деле кусочек камня никак не может экранировать поле. Кастрюля может – шунгит нет. У меня есть электромагнитный индикатор, и я потрудился проверить сам. К сожалению, кастрюлю использовать неудобно.

Экранирование, то есть снижение напряженности поля, возможно только при наличии собственно экрана. Если говорить о защите от электромагнитного излучения телефона, то здесь не может идти речь об экранировании, потому что прибор просто не будет работать. Излучение нельзя погасить, его можно только гармонизировать, то есть сделать более-менее физиологичным.

Гармонизировать поле шунгит способен. Теоретически. Но в какой степени, трудно сказать, производители об этом умалчивают, поскольку не располагают такими данными. Чтобы это проверить, требуется специальная аппаратура. Вот им и остается просто слепо декларировать, что шунгит

якобы защищает. Было бы здорово, если бы кто-нибудь все-таки занялся квалифицированной проверкой.



Одна моя знакомая работает в кабинете магнитно-резонансной томографии. Работает давно, года три. Но с некоторого времени она стала замечать, что после работы у нее скапливается такая усталость, что не помогает продолжительный сон. А выходные проходят в постоянной спячке. В пятницу ляжет в 21:00, в субботу встанет в 9:00. Часа два походит и опять ложится спать. Спит и спит. Уезжала в отпуск на месяц, но это не помогло. То же самое происходит с ее напарницей. Скажите, это электромагнитное излучение так действует? Или проблемы в чем-то другом? Возможно ли с этим бороться каким-либо образом, кроме как сменить место работы?

Лучше сменить место работы. Одни из самых вредных профессий – водители электропоездов, трамваев, троллейбусов, космонавты, подводники, летчики и все те, кому приходится работать в окружении электроприборов. Электромагнитное излучение воздействует в первую очередь на кровь и биополе человека. Эритроциты слипаются в конгломераты (грозди), подобно тому как это происходит после дозы алкоголя. Биополе подвергается значительной деформации. Специальная аппаратура показывает, что у лю-

дей, не расстающихся с мобильным телефоном или проводящих много времени за компьютером, аура вся в изломах. Такова плата за техногенные «удобства».

Впрочем, подавляющему большинству людей на все это начихать, поскольку большинство, как водится, пребывает в беспечном невежестве, будто ничего страшного, все нормально. (Невежество, к сведению, такое беспечное и беззаботное именно оттого, что оно коллективное.) Но это до поры до времени, пока резервы организма не исчерпаются и не начнутся дегенеративные процессы. Хотя даже и после этого – все равно начихать.

Что можно посоветовать тем, кому не все равно? Спрятаться от радиации нельзя, ее можно только гармонизировать, то есть сделать физиологичной, приемлемой для организма. По моему мнению, на сегодняшний день с такой задачей более-менее успешно справляется приспособление под названием КФС (Корректор функционального состояния).

Не хочу никому ничего навязывать, тем более что игрушка стоит недешево. Однако считаю своим долгом поделиться информацией о том, что использую сам. Это именно информация, для тех, кому может пригодиться, а не реклама. Я не зарабатываю на этом никаких денег. Но всегда охотно и намеренно предоставляю сведения о вещах, которые действуют в противовес широко разрекламированным продуктам техносферы. Это как бы мой скромный вклад в дело со-

хранения драгоценной и хрупкой биосферы нашей планетки.

КФС – это небольшая пластинка, которая, если говорить в общем и кратко, структурирует воду, гармонизирует нефизиологичные поля, создает дискомфортные условия для чужеродных организмов – паразитов, а также и многое другое – у разных пластинок свое назначение и свойства. Иными словами, КФС обеспечивает человеку локальный (персональный) оазис в агрессивной внешней среде. Источником питания служит магнитное поле Земли. Подробную информацию можно найти на сайте производителя.



Что дают занятия в Центре Трансерфинга? Вы ведь как-то говорили, что человек может все освоить сам, безо всяких тренингов?

С тех пор, как я это сказал, прошло много лет. Реальность стремительно меняется, и Трансерфинг тоже. Изменения происходят с большим ускорением. Новая реальность уже начинает проявлять себя раньше, чем создается очередная, соответствующая ей техника Трансерфинга. А выход новых книг и подавно запаздывает. В Центре у вас есть возможность освоить новейшие технологии управления реальностью.

Конечно, при должной целеустремленности можно обойтись и без тренингов. Однако далеко не все обладают та-

кой целеустремленностью, многим требуется толчок извне для того, чтобы начать самостоятельное движение. Особенно в последнее время, когда эффект захвата энергии и сознания начинает проявляться все сильнее. Люди становятся все более сонными. Жизнь человека тонет в калейдоскопе не зависящих от него событий, и он ничего не может с этим поделать. Энергии и осознанности не хватает.

Кроме того, как нередко бывает, между пониманием теории и действием – способностью решить практическую задачу – может лежать целая пропасть. Как известно, проблема собаки в том, что она понимает – сказать не может. Проблема человека в другом: все понимает, сказать может – сделать не может. Так вот, читая книги, вы учитесь *понимать*. На занятиях вы учитесь применять знания на практике – *делать*.

## Резюме

■ Энергия там, где есть движение, а там, где застой, ее нет.

■ Что не используется, то атрофируется.

■ Если задумали переходить на живое питание, переходите постепенно, питайтесь разнообразно и полноценно.

■ Когда завершится переход, все восстановится и придет в норму.

■ Живое питание – это не ограничение себя в чем-то, а принципиально иной принцип существования.

■ Живое питание переводит человека как сущность

в высший диапазон вибраций.

■ Спрятаться от электромагнитной радиации нельзя, ее можно только гармонизировать, то есть сделать физиологичной, приемлемой для организма.



### **Заметки на полях**

*Я не люблю и стараюсь не использовать термин «сыроедение», потому что данное направление уже достаточно дискредитировано, как со стороны СМИ, так и со стороны самих сыроедов. Никому не рекомендую переходить на живое питание немедленно и резко. Наиболее оптимальная практика изложена в книгах «чистоПитание» и «Кухня предков». Отказ от супермаркетной синтетики – уже большое достижение. Арнольд Эрет, основоположник живого питания, предупредил: «Никогда не забывайте о том, что любая крайность вредна. Избегайте всякого рода крайностей».*

# Жизнь – не химия в пробирке



Врачи говорят, молочные продукты совершенно необходимы, иначе зубы испортятся, и волосы выпадут. А у вас в каком состоянии зубы и волосы?

Старая песня о главном источнике кальция – молоке и молочных продуктах – это всего лишь песня, раскрученная в основном даже не фермерами и врачами (последние ее всего лишь дружно подхватили), а производителями продуктов и торговцами. Им ведь надо найти очень веские аргументы для того, чтобы люди с неизменным постоянством и охотой раскрывали свои кошелечки и покупали товары.

# 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.