Школа Целостной психологии

Александр Пинт

Алхимия парадокса,

или

как трансформировать свое эго

Москва



Амрита-Русь
2011

УДК 159.9
ББК 88.3
П32

Пинт А.

П32 Алхимия парадокса, или как трансформировать свое эго / А. Пинт. — М.: Амрита, 2011. — 352 с. — (Школа Целостной психологии).

ISBN 978-5-413-00471-5

Эта книга о революционных открытиях духовной трансформации. Вспомнить себя истинного ты сможешь, только поняв себя настоящего, а именно свою личность и то, как она функционирует во «сне сознания», порождая различные иллюзии твоего восприятия себя и мира. Раскрой книгу своей жизни. Прочитывая ее страницу за страницей, ты будешь погружаться в свой внутренний мир, как в озеро жарким днем. Она откроет тебе загадку твоего пребывания в этом мире и правила игры в дуальность, которую мы называем своей жизнью. Ты начнешь видеть, переживать и понимать себя целиком, а не частично, как раньше. Ты вспомнишь, зачем родился на Земле, и прикоснешься к пониманию основной задачи твоей жизни, которую до этого рассматривал иначе. Тебя ждет много потрясающих открытий и переживаний, если ты действительно готов заглянуть в себя во всей полноте.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-413-00471-5

© Пинт А., 2011
© Оформление.
ООО «Амрита», 2011

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

О Квантовом Переходе Земли и роли Целостной психологии в этом Космическом Процессе

Сейчас общество в целом и каждый человек в частности переживают период, связанный с сильным обострением всех противоречий, порожденных старыми представлениями о Боге, общественном устройстве, личной жизни, личности человека, смысле жизни… Такое обострение не случайно, ведь оно толкает людей к пересмотру их привычных взглядов на мир и самого себя, которые уже не удовлетворяют новым энергиям и влияниям, которые происходят на Земле. Человечество готовится к Переходу на следующий уровень Сознания. Этот Процесс называют Квантовым Переходом Земли.

Квантовый Переход Земли, о котором сейчас много пишут и говорят, уже начался и происходит. Квантовый Переход — это повышение вибрационных частот энергий Земли и Человека. Он повлечет глобальные изменения всех представлений человечества, построенных на парадигме материального восприятия. Готовы ли вы к таким изменениям? Ведь они уже происходят, и обратной дороги не будет.

Вам надо вспомнить себя «не от мира сего», т.е. свое «Высшее Я», а этому мешает ваше отождествление со своей эго-личностью, т.е. с «Низшим я». Пока вы не решите все свои уроки данного воплощения, что связано с необходимостью ясного понимания и трансформации своей личностной программы, вы не сможете разотождествиться со старыми представлениями о себе и мире, а значит, вспомнить себя Истинного. Именно поэтому в наше время, когда Квантовый Переход Земли уже начался, все ваши невыученные уроки обостряются, что усиленно толкает вас к их пониманию и решению.

Используя Целостную психологию как практический инструмент расширения вашего сознания, вы сможете ясно увидеть и целостно понять, что происходит с вами, и обрести практическое руководство ускоренного решения

своих уроков и задач. Именно это вам и необходимо для подготовки к Квантовому Переходу Земли.

Автор предлагает революционный подход к целостному пониманию человеком самого себя. Такой подход позволяет прекратить борьбу и достичь партнерства с самим собой, полюбить себя безусловно. Автор показывает, что сейчас личность человека представляет собой совокупность противоречивых, противоположных тенденций, между которыми идет внутренняя борьба. Такая борьба проявляется во внешнем мире людей как войны, конфликты, несчастные случаи, болезни. Автор не только дает полное теоретическое описание парадоксального устройства человека и его личности, но и инструменты или практическое руководство по выходу из внутренних и внешних проблем и конфликтов.

Предлагаемый автором подход к пониманию себя является самым быстрым способом решения всех уроков и задач земной жизни человека или ускоренным способом эволюционного развития его сознания. Именно такой подход к пониманию самого себя требуется на данном этапе человеческой эволюции. Предлагаемые книги написаны на богатом материале рассмотрения типичных проблем, возникающих в жизни каждого человека. Этот материал накоплен и систематизирован автором в процессе двадцатипятилетнего исследования и проведения семинаров.

ЧЕЛОВЕК И ГОЛОС

Человек спросил:

— *Почему мне кажется, что у других людей жизнь лучше, чем у меня?*

Голос ответил:

— Да потому, что ты сравниваешь себя с другими.

— *А как же еще я узнаю, какова моя жизнь и кто я?*

— Через понимание своей задачи воплощения.

— *А что, у других она иная?*

— Да. На самом деле ты сравниваешь условия разных задач, не понимая смысла уроков которые они выражают.

— *А как мне понять свою задачу?*

— Исследуй свою личность как опыт, который ты получаешь в этой жизни. Твоя личность — это и есть условия твоей задачи. Задачи или уроки, которые ты выбрал для изучения в этой жизни, возникают в виде конфликтов. Готов ли ты начать видеть в конфликте задачи, которые тебе интересно решить, или будешь продолжать раздражаться ими? Выбор всегда у тебя есть, но используешь ли ты его?

— *Значит, любое мое раздражение, осуждение и чувство вины указывают на мой внутренний конфликт?*

— Совершенно верно.

— *И что же мне с ним делать?*

Тебе надо понять, как и почему возник тот или иной конфликт, а для этого ты должен знать о двойственности своей личности, которая и есть основной источник любых конфликтов.

— *А что такое двойственность?*

— Двойственность, или дуальность — это основной принцип жизни в вашем мире. Вы говорите о нем как о добре и зле, хорошем и плохом, позитивном и негативном. Любая личность — это своеобразное сочетание дуальных пар, или противоположных качеств.

Они есть суть каждой личности, но вы признаете в себе только одну сторону таких дуальных качеств, а противоположную им сторону у себя отрицаете и проецируете ее на других людей и внешние обстоятельства. Так вы создаете конфликт, считая его внешним, но на самом деле он внутренний.

Вы сами создаете все свои конфликты, не принимая в себе обе стороны противоположных качеств. В осознании противоположностей самого себя и в их принятии заключается суть всех ваших уроков на Земле.

— *Так просто?*

— Да, так просто и так сложно одновременно. Ведь для того чтобы ясно видеть и осознавать в себе противоположные стороны, вам придется постоянно наблюдать за собой и через понимание дуальности своей личности трансформировать состояние раздражения, ненависти, неприязни, злобы в состояние принятия и благодарности. Причем благодарности к тем, кто вас раздражал. Тебе это просто?

— *Нет, это очень сложно*.

— Ну вот, а ты говорил, что все просто.

— *А если я не буду этого делать?*

— Тогда будешь пребывать в состоянии хронического страдания и боли.

— *Это что, наказание?*

— Нет, это всего лишь результаты твоего сопротивления изучению выбранных тобой жизненных уроков.

— *Значит, никто специально меня не наказывает?*

— Кроме тебя самого — никто.

— *А почему же так много людей страдают, терпят неудачи и испытывают боль от жизни?*

— Потому что они выбирают получать такой опыт.

— *А почему они не выбирают радость, благодарность?*

— Чтобы подойти к таким состояниям, вам надо понять дуальность как основной закон вашей жизни здесь и действие его механизмов в собственной жизни. А толчком к такому пониманию являются боль и страдание. Такова специфика уроков вашего мира.

— *Благодарю тебя за то, что ты помогаешь мне понять себя. Можно я буду разговаривать с тобой, когда у меня появятся вопросы?*

— Да, в любое время. Мы всегда на связи с тобой.

КРАТКОЕ ВВЕДЕНИЕ В ЦЕЛОСТНУЮ ПСИХОЛОГИЮ

Если вы не знакомы или мало знакомы с нашим подходом к познанию и реализации самого себя, то вам, наверное, интересно хотя бы приблизительно понять: что такое Целостная психология?

ЭТО САМЫЙ КОРОТКИЙ ПУТЬ К РЕШЕНИЮ ВСЕХ ВАШИХ ЗЕМНЫХ УРОКОВ И ВОЗМОЖНОСТЬ ПОДГОТОВИТЬСЯ К КВАНТОВОМУ ПЕРЕХОДУ ЗЕМЛИ НА СЛЕДУЮЩИЙ ВИБРАЦИОННЫЙ УРОВЕНЬ СОЗНАНИЯ.

Целостная психология предлагает вам вспомнить свою главную задачу жизни и начать решать ее осознанно.

Самый короткий путь не значит самый простой. Надеемся, что вы это понимаете. Наш подход к пониманию задач

и смысла человеческой жизни базируется не на «общепринятых ценностях», а на ясном видении этапов и связанных с ними задач эволюции Человеческого Сознания.

Какой же опыт мы получаем на Земле на данном этапе своей эволюции, и какие задачи решаем в своей жизни? Не те, что считаются здесь общепринятыми, потому что они создают лишь контекст для решения наших основных задач. **Поэтому то, что мы хотим, не зная того, кто же мы есть на самом деле, это всего лишь импульсы для прохождения того опыта, ради которого мы воплотились на Земле.**

Так что же это за опыт? Этот опыт порожден иллюзией нашего одиночества и борьбы, которую мы принимаем за свою реальность. Именно эта иллюзия порождает множество уроков, возникающих в наших жизнях. А главной причиной всех этих уроков является **состояние страха.**

Увидеть и понять, что состояние страха является основной причиной, порождающей все наши земные уроки и связанные с ними проблемы, конфликты и несчастья, является самым главным для того, кто готов к познанию себя самым коротким путем.

Какие уроки являются основными в вашей настоящей жизни? Предательство, зависимость, насилие, нищета, жертвенность, несправедливость, болезни… В каких жизненных ситуациях они у вас проявляются? Ведь именно они беспокоят вас больше всего, создавая напряжение, заставляющее вас искать выход из тяжелого состояния.

Возможно, что вы уже попробовали разные способы такого выхода. Насколько они помогли вам? Скорее всего, только частично и временно. Иначе вряд ли вы читали бы этот текст.

Целостная психология — это революционные открытия, сделанные нами на основании многолетних исследований природы и механизмов работы человеческого сознания на данном этапе его эволюционного пути.

Основным результатом исследований стало **открытие механизмов двойственной (дуальной) природы человеческого восприятия и характеристик личностной программы человека, дающее реальную возможность выхода на качественно новый уровень сознания.**

Возможно, вы захотите узнать то, в чем заключается отличие нашего подхода к трансформации личности от существующих. Оно в том, что мы выяснили базовые, основополагающие принципы, с помощью которых Душа человека формирует обстоятельства для прохождения своих уроков на Земле, подробно рассмотрели дуальные механизмы их реализации в жизни людей и способы их решения.

Наше исследование проводилось через Осознание функционирования и взаимодействия трех тел человека: ментального, эмоционального и физического в условиях дуальности человеческого сознания. Дуальность является основным принципом, порождающим «сон сознания» человека и его уроки на Земле. Таким образом, было обеспечено целостное, полное рассмотрение основных механизмов жизнедеятельности любого человека, позволившее открыть основные принципы ускоренного прохождения Земных уроков.

Готовы ли вы к ускоренному движению на пути к самому себе? На этот вопрос можете ответить только вы. Если ваш ответ: «ДА», то МЫ приглашаем вас в самое увлекательное путешествие — Познание своей целостности. А первым вашим шагом будет ознакомление с этой книгой и другими нашими книгами, а также с иными материалами, опубликованными на нашем сайте.

И еще мы хотим напомнить вам, что «не все так просто и не так сложно, как вам кажется».

Вспомни: кто ты, откуда и зачем!

Помните ли вы, зачем и откуда пришли на Землю, воплотившись в теле человека? Или этот вопрос для вас не интересен и вас больше волнует то, как удовлетворить свои личностные желания?

Так в чем же вы все-таки видите смысл своего пребывания на Земле? В любом случае какой-то смысл у вас есть, но откуда вы его взяли и почему считаете, что он единственно правильный? Или вы так не считаете?

«Зачем так много вопросов? — возможно, спросите вы. — Лучше сам ответь на них, а мы почитаем». Если бы все было так просто, то я бы так и сделал. Но что толку от-

вечать на вопросы, которые не заданы вами. Такие ответы в лучшем случае создадут у вас впечатление о том, что автор что-то знает. Но это не то, что хотелось бы мне. А что хотелось бы мне?

Переход из сознания единства в сознание разделенности

Мне хотелось бы передать вам состояние и знание, идущее из мира Единства, из мира МЫ. Это тот МИР, из которого все мы, люди, воплощаемся на Землю. Это МИР, из которого МЫ наблюдаем за Миром Земли и многими другими мирами, переживая жизнь каждого человека как части себя, то есть МЫ. У нас там возникает сильный интерес к жизни на Земле, и МЫ воплощаемся на Землю в человеческих телах, чтобы удовлетворить его. Но когда мы рождаемся в теле человека, то забываем сознание Единства, в котором находились ТАМ. На Земле мы входим в противоположный полюс Сознания — Разделенность.

Земля — это сцена для Игры в Разделенность. Именно здесь МЫ познаем эту, противоположную Единству, сторону сознания. При этом, воплощаясь на Земле, мы не помним Правила и Законы игры в Разделенность. Мы познаем их на собственном опыте. Поэтому каждое рождение на Земле — это колоссальный шок. Ведь МЫ попадаем в противоположный мир, законы которого мы забываем. Из энергии Безусловной Любви МЫ попадаем в энергии Страха или Обусловленной Любви. Из состояния Жизни МЫ входим в состояние Выживания. Из состояния вне времени МЫ попадаем в жесткие ограничения линейного времени.

Так как изначальным импульсом к рождению на Земле является НАШ интерес, то, будучи ребенком, мы испытываем его в наибольшей степени. Нам интересно наше тело и все, что нас окружает. В детском возрасте мы еще помним состояние Единства, особенно мы его чувствуем со своей матерью и отцом. Посмотрите на детей и, возможно, вы сможете почувствовать такое состояние, которое у большинства людей потом уходит, сменяясь разочарованием, обидой, раздражением и болью.

Ваша личность — это условия задачи земного воплощения

Почему же так происходит? Да потому, что мы приходим сюда за получением уроков разделенности, которые заранее выбираем, находясь еще в Мире Единства.

Как закладывается и реализуется программа получения намеченных нами уроков и опыта на Земле? Такая программа закладывается на уровне клеток нашего тела и через формирование нашей личности. Поэтому именно через личность задаются условия задачи и уроки земного воплощения каждого человека. Смотрели ли вы на свою личность таким образом? Если нет, то значит, вы не понимаете ту основную роль, которую она выполняет в замысле вашей Души.

Ваша личность — это условия задачи, с которой вы пришли на Землю для того, чтобы ее переживать и решать. Именно поэтому, чтобы решить то, за чем вы пришли на Землю, вам надо понять свою личность как условие своей задачи данного воплощения.

Ваш интерес к ченнелингу, эзотерике, психологии, философии, религии есть только начальные шаги в этом направлении. Если вы уже близки к финишу своей дистанции целостного понимания самого себя, то вам потребуется Знание, полученное в нашем Процессе, который мы называем Целостной (Холистической) психологией.

Каким же образом личность стимулирует человека получать нужный ему опыт? Восприятие вашей личности четко настроено на получение заказанного вашей Душой опыта. При этом опыт, который мы получаем через нашу личность, не является целостным, всеобъемлющим. Он ограничен, обусловлен жесткими убеждениями или фиксированной и односторонней точкой зрения на себя и окружающий мир. По сути, сама личность человека и представляет собой такую фиксированную и одностороннюю точку зрения или определенный ракурс восприятия себя и окружающего мира.

Именно поэтому человеку так трудно сменить имеющуюся у него настройку восприятия, ведь этому сопротивляется его личность. Поэтому только через овладение

управлением «ручкой» настройки своего восприятия или трансформацию своей личности можно овладеть целостным виденьем, которое не исключает самые разные и противоположные точки зрения, прежде всего, на самого себя.

Можно сказать, что сверхзадачей любого человека, воплотившегося на Земле, является трансформация его личности, позволяющая ему выйти из жестко фиксированного, одностороннего восприятия его эго, или личности, к целостному, многомерному восприятию МЫ.

При такой трансформации человек получает возможность рассматривать себя и мир объемно, голографически, одновременно наблюдая самые различные возможности своего движения по жизни. Только при таком восприятии он получает действительную возможность выбора вариантов своего жизненного пути.

Отождествление с личностью не позволяет нам вспомнить себя

Теперь давайте рассмотрим основную сложность, связанную с рассмотрением вашей личности как условия вашей земной задачи. Она заключается в том, что человек полностью отождествляет себя со своим телом и личностью. Другими словами, он считает себя физическим телом и личностью, которая этим телом управляет. Поэтому посмотреть на свою личность со стороны, как на условие своей задачи, человек просто не может, потому что смотреть-то некому. Ведь, как он считает, больше никого нет.

Человек может рассматривать в качестве своих основных жизненных задач, например, такие: родить и воспитать детей, добиться успеха в каком-то деле, заработать много денег, продвинуться на духовном пути и так далее. Но все эти цели продиктованы программой, вложенной в его личность. Поэтому, реализуя их, он просто выполняет требования своей программы, но саму программу, то есть свою личность, он целостно не видит, не осознает. Такое состояние сознания человека мы называем спящим, или механистическим.

Находясь в нем, человек, как робот, отрабатывает заложенную в него программу, не видя и не понимая того, как

она работает. При этом вопросов, касающихся самой программы, то есть устройства его личности, у многих людей вообще не возникает. А те, у кого они возникают, рассматривают ее фрагментарно, то есть только некоторые ее части, не затрагивая главной ее сути — дуального функционирования.

В современной психологии личность человека не рассматривается как условие задачи его земных уроков. Поэтому она не может дать целостных ответов на вопрос: «Что такое человек, зачем он рождается на Земле и как задается сценарий его жизни?»

Как устроена наша личность?

Так что же такое личность человека, и как она устроена? Личность, подобно программе, устанавливается в компьютер, которым является ум человека. Мы называем его «обусловленный ум», так как он обусловлен дуальностью и принцип его действия базируется на разделении противоположных понятий.

Ум человека имеет две сферы, отделенные друг от друга. Это сознание и подсознание. Такое разделение человеческого ума на две противоположные сферы порождает дуальность формируемой в нем личности. То есть личность человека тоже дуальна и имеет две противоположные стороны. Мы называем эти две ее стороны двумя режиссерами, которые ставят спектакль жизни человека на сцене Земля.

Оба режиссера имеют одинаковые возможности и силу, но действуют, исходя из противоположных тенденций. Именно они воплощают замысел программы, содержащийся в личности человека. Но этот замысел реализуется так, что сама личность его полностью не понимает, так как сознает только его половину, которой занимается сознательный режиссер. Подсознательный режиссер действует так, что личность воспринимает его влияние как сопротивление, опасность, насилие, вред, зло, негатив…

Таким образом, тенденции сознательного и подсознательного режиссеров диаметрально противоположны. Именно они создают дуальность, противоречивость, пара-

доксальность, конфликтность и драматизм уроков человеческой жизни.

Дуальность — это основное условие земных уроков человека

Дуальность — это основное и главное условие земных уроков человека. При этом практическое знание о законе и механизмах дуального восприятия скрыто от человека «завесой сна» его сознания. Так происходит потому, что понимание закона дуального восприятия сразу дало бы готовые ответы на любые уроки и задачи, за решением которых МЫ воплощаемся в реальность Разделенности. Поэтому неосознанная Игра в Разделенность стала бы невозможной.

Но есть и следующее качество этой игры. Это осознанная игра в Разделенность. Переход к этой стадии игры теперь становится возможным благодаря появлению Знания о дуальном восприятии.

До настоящего времени это Знание было недоступно пониманию человечества. Но теперь оно открыто и является достоянием всех людей. При этом далеко не все люди готовы с ним встретиться, в силу имеющихся у них запросов на получение земного опыта. При запросе на механическое получение земного опыта человек просто следует своей личностной программе, но саму программу, то есть свою личность, он целостно не видит, не осознает.

Другой причиной, затрудняющей или делающей невозможным понимание этого Знания, является жесткая и односторонняя настройка восприятия личности человека, блокирующая любую информацию, не соответствующую ее взглядам. Понять наше Знание вы сможете только через осознание и трансформацию собственной личности, то есть через его практическое применение и проживание на самом себе.

Именно дуальное восприятие человека породило идею добра и зла, Бога и Дьявола. Опыт Разделенности — это проживание постоянной борьбы добра и зла, правильного и ложного, хорошего и плохого, успеха и неудачи, позитивного и негативного… И эта борьба происходит во внутрен-

нем мире каждого человека, а во внешнем мире мы видим лишь ее отражения.

Устранить войны во внешнем мире Человечество сможет только через революцию собственного самоосознания, которая будет происходить во внутреннем мире каждого человека. Это переход от состояния борьбы к состоянию партнерства противоположных сторон или частей личности человека. И такая революция возможна только через Новое Знание о дуальном восприятии личности человека.

Как формируется и работает программа нашей личности?

Мы показали вам общую схему дуального устройства ума, на базе которого формируется и кристаллизуется личность каждого человека. Но каким же образом происходит формирование личности, и как она работает?

В зависимости от заявки на опыт, который вы намереваетесь получить в конкретном воплощении на Земле, выбираются время, место и условия вашего рождения. Именно они создают необходимый для вашего запроса контекст получения жизненного опыта. Социальные условия и выбранные вами родители оказывают наибольшее влияние на формирование вашей личности.

Именно ваши родители или те люди, которые занимались вашим воспитанием, в малом возрасте провели закладку программы вашей личности. Как правило, это ваши мать и отец. Причем каждый из них передал вам только свою часть дуальной программы вашей личности. Поэтому вам надо осознать и принять эти противоположные части в самом себе.

Отец и мать находятся в каждом человеке как дуальные части программы его личности. Их конфликты и проблемы стали вашими. И теперь только вы имеете возможность решить их или продолжать мучиться от их непонимания, передавая такое же состояние своим детям.

Рассмотрим, как функционирует личность. Личность человека описывают как набор качеств, причем эти качества противоположны. Другими словами, они дуальны, например, умный — глупый, жестокий — добродушный,

сильный — слабый и так далее. Такие пары противоположных качеств показывают дуальную шкалу определенного качества, обозначенную противоположными понятиями.

Определяя свою личность, человек называет какие-то из подобных качеств, при этом выбирая только одну их сторону. Считая себя, например, аккуратным, он будет отрицать наличие в себе противоположного по знаку качества. В данном случае — неаккуратности. При этом он будет отмечать ее в других людях и раздражаться по этому поводу.

Так как личность не осознает свою дуальность, она не способна видеть себя целиком, то есть целостно. Ее восприятие себя, других людей и мира одностороннее. В этом и заключается главная причина «сна» человеческого сознания, необходимого ему для получения опыта Разделенности.

Односторонняя настройка восприятия личности

Каковы следствия такой односторонней настройки восприятия личности человека? Их можно описать как набор основных принципов и механизмов человеческого восприятия и реагирования. Рассмотрим их.

Личность борется сама с собой, считая при этом, что борется с внешним миром

Личность, представляя собой структуру дуальных качеств или набор дуальных частей, идентифицирует, или отождествляет, себя только с одной стороной этих дуальностей, а противоположную сторону себя проецирует на внешний мир и борется с ней. Поэтому она находится в хронической борьбе сама с собой, считая при этом, что борется с другими людьми или жизненными обстоятельствами. Так реализуется программа личностного выживания.

Страх — основное топливо спящего человека

Качества, с которыми личность отождествляет себя, оцениваются ею как положительные и относящиеся к ней. Противоположные им качества оцениваются как отрицательные и проецируются на внешний мир, то есть на других людей и ситуации. Так как личность не принимает свои

отрицательные качества, то испытывает негативные эмоции при восприятии их в других людях.

Следствием таких не принимающих и враждебных отношений противоположных частей личности является состояние страха, в котором постоянно находится человек. Все негативные эмоции, такие как раздражение, ревность, депрессия и многие другие, являются разновидностями состояния страха.

Страх — это энергия или топливо, на котором работает или которым питается эго-личность при прохождении своих уроков Игры в Разделенность. Вы можете даже не ощущать состояние страха, так как оно стало для вас привычным, но вы не можете в нем не находиться.

Внутреннее напряжение
есть результат дисбаланса личности

Страх — это энергия личности, величина которой характеризуется степенью напряжения, возникающего между ее противоположными сторонами. Степень такого напряжения определяется величиной дисбаланса ее дуальных сторон. Чем сильнее вы проявляете какую-либо черту вашей личности, тем сильнее у вас возникает напряжение, вызванное противоборством или сопротивлением противоположной ей черты, которую вы в себе не признаете.

Дисбаланс возникает как следствие настаивания личности на исключительной правильности убеждений только одной из ее дуальных частей. В таком случае человек отстаивает свое одностороннее убеждение так, словно оно отражает его полностью и является истиной в последней инстанции.

При этом он подавляет в себе противоположный данному убеждению взгляд. Другими словами, он подавляет противоположную часть себя. Проецируя ее на другого человека или ситуацию, он начинает бороться с ней, испытывая состояние исключительности своей правоты, или гордыню.

Состояние исключительности
приводит к исключенности

То, что называют человеческой гордыней, есть следствие личностного дисбаланса. Гордыня возникает в лич-

ности в результате того, что она возвеличивает какие-то свои качества или части. При этом противоположные им качества или ее части подавляются и не принимаются ей, что приводит к сильному повышению внутреннего напряжения.

У личности усиливается страх того, что она не сможет оправдать своей высокой самооценки и другие обнаружат ее блеф. При этом она переживает состояние своей исключительности, или гордыни, отказываться от которой не хочет.

Гордыня — это одно из ключевых проявлений человека, находящегося в состоянии «сна» сознания. Гордыня приводит к переживанию состояния исключительности, или, по-другому, исключенности, или отторжению себя от других людей. Это и есть основное состояние, переживаемое людьми в Игре в Разделенность. Противоположным гордыне является состояние никчемности, неважности.

Именно колебания в переживании этих противоположных сторон дуальности являются для личности основными.

Осуждение и вина
как механизм подзарядки личности

Пополнение энергии страха, или личностное питание, происходит в спящем человеке механически и не осознается им. Такая подзарядка возникает всякий раз, когда он испытывает состояние осуждения или чувство вины.

Осуждение может проявляться как состояния: раздражения, агрессии, недовольства, возмущения, негодования, обвинения, гнева… Чувство вины может переживаться как депрессия, чувство жалости к себе или другим, плаксивость, жалобное состояние…

Осуждение и чувство вины являются дуальными состояниями, которые сменяют друг друга. Если человек осуждает кого-то, то на самом деле он осуждает себя, проецируя на другого не осознанную им часть своей личности. Он будет испытывать чувство вины за такое осуждение, ведь осуждает он на самом деле самого себя, хотя и не понимает этого. Чувство вины возникает как результат осуждения себя.

Противоречивость личностных желаний

Развитие личности происходит в связи с возникновением в ней желаний, которые она пытается реализовать. Желания личности дуальны, хотя этого она не осознает. Каждая из противоположных частей личности имеет свои желания. Появление желания одной из ее частей приводит к возникновению противоположного желания в дуальной ей части.

Поэтому реализация любого сознательного желания личности натыкается на сопротивление, которое оказывает ее противоположная часть. Личность рассматривает такое сопротивление как внешнее и испытывает негативные чувства по отношению к нему, не понимая, что оно исходит из нее.

Ролевое поведение личности

Личностная программа человека подобна сценарию фильма или спектакля. Она предполагает набор ролей и их исполнителей. Типичные роли человеческих сценариев — это: отец, мать, муж, жена, ребенок, родственник, начальник, подчиненный, сослуживцы, товарищи и так далее. Каждая личность исполняет целый набор ролей, с которыми она отождествляется.

Ролевые отношения определяются законами, нормами и правилами, регулирующими их. Они исходят из долга и обязательств. Исполнение каждой роли регулируется своими правилами, представляющими собой некие ограничения, которым личность должна подчиняться. Ролевые конфликты возникают в связи с разным пониманием прав и обязанностей относительно каждой роли с точки зрения восприятия личности, ее исполняющей.

Мужчина и женщина

Мужчина и женщина — это дуальная пара, имеющая очень важное значение при прохождении уроков в мире Разделенности. Пол человека определяется согласно тому, в каком теле он родился: мужском или женском. Выбор пола рождения на Земле является одним из определяющих факторов в прохождении жизненных уроков и специфике получаемого опыта.

Мужчина и женщина — это две противоположности, которые присутствуют в каждом человеке независимо от пола его тела. Поэтому борьба женщины и мужчины происходит во внутреннем мире каждого человека, а во внешнем мире видны только ее отражения. Взаимоотношения мужчины и женщины — это взаимоотношения ума и чувств.

Три тела человека и его сверхзадача

Человек находится одновременно в двух мирах. В Том мире находится его Душа, Дух, или Высшее «Я». В этом мире он представлен в виде трех тел: физического, эмоционального, ментального. Главная задача человека при прохождении земных уроков — это осознать и гармонизировать три своих тела так, чтобы они подчинялись его Высшему «Я», а не эго или личности. Тогда он обретает истинного Хозяина и становится Осознанным Творцом, или Целостным Человеком.

В этом мире человек проходит опыт выживания. Такой опыт создается через дуальность и разделение, которому подвержены три его тела. Каждое из них воспринимает мир и живет, не согласуясь с другими его телами.

Подобно лебедю, раку и щуке, каждое из них тянет в свою сторону. Они разделены и не согласованы, но человек не понимает этого. Ему кажется, что он уже целостен. Но его внутренняя разделенность проявляется через внешний мир, который есть отражение внутреннего. Человек, видя разделенность во внешнем мире, может начать осознавать свою внутреннюю разделенность. Дуальность есть средство, толкающее человека к наработке и осознанию своих трех тел. Именно в таком осознании и заключается суть всех его уроков в мире выживания, или разделенности.

Прохождение опыта выживания происходит следующим образом. Сначала нарабатывается физическое тело, которое, как и каждое из трех тел человека, имеет три составляющих: физическую, эмоциональную и ментальную. Душа проживает столько воплощений, сколько ей надо для наработки каждой из трех составляющих физического тела, а потом гармонизирует их. После чего переходит

к наработке эмоционального тела, где процесс аналогичен. После чего — к наработке ментального тела по той же схеме.

Нарабатывая во многих воплощениях опыт выживания по каждому из трех своих тел, в определенном воплощении человек подходит к возможности их сонастройки. Этот процесс заканчивается формированием целостного человека как Три-в-Одном, то есть происходит полная сонастройка и согласованность трех его тел.

Задача сонастройки трех тел человека является основной в нашем Процессе. При этом мы часто рассматриваем три тела человека следующим образом: как физическое тело и личность. Личность является сочетанием эмоционального и ментального тел человека. Также мы рассматриваем метальное и эмоциональное тела человека как Мужчину и Женщину.

Работая с личностью, мы гармонизируем ментальное и эмоциональное тела человека. Гармонизация его физического тела является следствием гармонизации его ментального и эмоционального тел.

Это краткое введение дает вам общие представления о том, в каком направлении мы движемся, собирая и гармонизируя самого себя в Целое. Однако для действительного понимания того, что мы вам передаем, вам надо пропустить это Знание через самого себя. Другими словами, стать самоисследователем.

ЧЕМ ЯВЛЯЕТСЯ ЭТА КНИГА ДЛЯ ТЕБЯ?

Эту книгу можно сравнить с набором пазлов, необходимых для сбора целостной картины самого себя. Каждый ее раздел представляет собой пазл или стрелку компаса, указывающую вам на самого себя, такого, какой вы есть сейчас. Увидьте и переживите его в себе. Это и есть осознание своей личностной программы, необходимое вам для вспоминания себя истинного или соединения со своим «Высшим Я».

По мере прочтения книги вы почувствуете, что некоторые из этих указателей затронут вас, срезонируют наиболее сильно. Прочувствуйте их. Как в игре в казаки-разбойники, они показывают нужное вам на данный момент времени направление движения. Когда вы пройдете отрезок пути, указанный ими, вы почувствуете необходимость следующих указателей, которые вы также можете найти в наших книгах.

Каждый из таких указателей сработает для вас, если вы понимаете его не только на уровне ума, но и сердца, а также реализуете в новое для вас поведение. Понимание того, что здесь написано, требует вашего переживания, т.е. прочувствования передаваемого нового знания. А физическим выражением вашего нового понимания будут ваши новые, непривычные действия.

Все наши книги затрагивают три главные сферы человеческого бытия: мысли, чувства и действия. Ваше движение к самому себе будет реальным в том случае, если вы двигаетесь по этим трем направлениям, не пренебрегая ни одним из них.

Осознавайте свое реагирование на прочитанный материал. Его логика необычна. Возможно, вам будет казаться, что вы все понимаете или, наоборот, ничего не понимаете. Это реагирование вашего обусловленного ума. Помните, что его восприятие всегда половинчато, фрагментарно. Он не может видеть целостно. Поэтому просто отмечайте, как он реагирует на прочитанное, не считая это окончательным.

Чувствуйте книгу сердцем, именно оно будет указывать вам верное направление. Но помните, что на поверхностном уровне ваши чувства так же фрагментарны, как и ваш обусловленный ум. Поэтому отмечайте свои чувства, но не считайте их окончательными. Они будут меняться. Следите за тем, как это будет происходить у вас. Возможно, у вас появятся тенденции к действиям. Наблюдайте за ними. Ведь и они находятся под игом фрагментарного восприятия вашего обусловленного ума.

Сейчас люди находятся в разделенном состоянии, они нецелостны. Именно этим объясняется постоянная борьба, происходящая внутри каждого человека. Это и есть главная причина бесконечных войн и конфликтов во внешнем

мире. Прекратить внутреннюю борьбу с самим собой — вот что в данное время есть самое главное для каждого человека и человечества в целом. А сделать это можно только через полное принятие себя, т.е. принятие в себе так называемого «отрицательного» как продолжения так называемого положительного.

Готовы ли вы к соединению себя в целое? Это основной вопрос для ищущего себя. Если да, то наши книги для вас.

Отзывы читателей

«Осознание — это лифт,
поднимающий ваше сознание»

Сегодня начал читать «Алхимию парадокса» с раздела «Завершение одного этапа самоисследования». Как-то тяжело пошло, может быть меня перекосило в усталость и нужно было время на переход в активную часть, может быть музыка слишком громко играла и я просто не мог сосредоточиться. Но я решил читать с музыкой.

Интересно было увидеть, можно ли осознать нечто во время параллельного и даже нахального прослушивания музыки. Сначала я чувствовал одну лишь мелодию, и текст на экране воспринимался просто как раздражающий фактор. Ум привычно выполнял свои функции по анализу обстановки и отметил, что она не годится для комфортного прослушивания.

Но параллельно начал обозначать себя процесс осознания происходящего. Я увидел тренажерный зал и людей, хватающихся за гантели разной тяжести. Кто-то и с места не сдвинул, казалось бы, маленькую гантель, кто-то надорвался, не рассчитав силы, а кто-то взял и начал делать упражнения. Интересно, что все эти люди знали, что идут в тренажерный зал. У некоторых из них даже были свои представления по поводу того, что это такое, только они им не помогли ни разобраться в работе тренажеров, ни выяснить вес той или иной гантели. Некоторые остались недовольны занятиями, обвинив тренера в непрофессионализме, и ушли. Они не хотели изменяться, а мне это было интересно.

Школа Целостной (Холистической) психологии произвела колоссальный сдвиг в моем сознании. Я научился

мыслить абстрактно, и это классно. Осознание похоже на оргазм, только в ментальном центре, — неважно, происходит ли оно в одиночестве или с собеседником.

Я многомерное существо, и для меня это уже не просто слова — это восприятие некоторых пластов моего мира. Сейчас я увидел ситуацию из книги и работу, проводимую Сан Санычем; была радость, резонирующая на комбинацию нот, доносящуюся из колонок, в теле ощущался комфорт от удобства моего кабинета, и был оргазм ментала, который все это понимал и не мешал идти другим процессам.

Люди оперируют словом «осознание», но смысл, вносимый ими, отличается от того, о котором говорится здесь. Для меня осознание является именно оргазмом, это пик перехода энергии из пассивного состояния в активное и далее в состояние реализации. Сначала ум вялый, потом начинается рассмотрение ситуации, и если рассмотрение удалось, можно кончить осознанием — сегодня отдел цензуры закрыт на санитарный день. Когда это происходит в уме или чувствах, ты трансформируешься.

Оргазм ментального центра — это выход ума из собственной обусловленности. Телу нужна разрядка физическая, так же как и менталу нужна разрядка ментальная, а чувствам — эмоциональная. Любовь — это оргазм чувства. Я увидел образ тренажерного зала, в котором критерием развития является осознание.

Представьте, что вы живете на первом этаже многоэтажного дома и все, что видите из окна, это только серые стены гаражей, замороченные работой люди или просто пьяные гуляки. Вот все богатство первого этажа вашего ума. Конечно, у замороченных людей есть еще дети, которые тоже резвятся перед вашими окнами, но разве вам становится от этого легче?

Осознание — это лифт, поднимающий ваше сознание по этажам этого дома. На двадцатом этаже вы уже видите небо, солнце, стаи птиц, города, леса, реки и горы. Эх, пора остановиться, у меня еще есть нерешенные задачи на пятом и десятом этажах, а как решу — непременно поднимусь выше, просто этого не может не быть!

Я мог бы сказать, что Целостная (Холистическая) психология — путь спасения от мук, выход из страха или при-

дание тонуса. А сейчас я вижу небо и солнце между рядами белых и пушистых облаков, ветер бьет о лицо воздушные массы, насекомые застревают в волосах у меня на руке. Я хочу и могу поделиться состоянием, к которому пришел. Мне нет уже смысла возвращаться обратно и рассказывать бесконечно долго, что Целостная психология соберет ваше разобранное сознание, позволит увидеть то, в чем вы находитесь, так же, как вы видите в зеркале то, во что вы одеты, — хотя и это все было бы также верно.

Мой путь в движении. В данное сейчас я исследую страх, который является тенью, падающей от однобокой структуры моей личности. Когда-то я первый раз увидел, что функционирую на страхе, и от этого видения стало очень больно, тогда я просто убежал. Сейчас наступила необходимость увидеть энергию, определяющую действия моей личности в этом мире. Это энергия страха. Я поднялся на этаж выше и взглянул на страх сверху вниз, и я увидел его спокойно, без боли, таким, какой он есть на самом деле. Необходимость этого вѝдения возникла не по принуждению, а по моему выбору, по выбору моей Души, в связи с намерением двигаться дальше.

Был период рассмотрения дуальности личности. В результате возникших осознаний освободилась энергия, которую теперь стало возможным направить на рассмотрение страха. Я чувствую благодарность к книгам Целостной психологии как к Вселенскому Огню Пробуждения и Сан Санычу как к человеку со своим жизненным путем. Только сейчас я начинаю осознавать важность такой последовательности: вначале — книги, потом семинары и далее — встречи группы. Раньше я просто это делал, доверяя интуиции. Но теперь мой ум понимает важность этих трех компонентов процесса и говорит: «Вот оно развитие, я больше не хочу быть однобоким воином, мне важна другая половина моих качеств, с которыми раньше я так рьяно сражался».

Вот этапы подготовки сознания к изменению и трансформации. Сначала это книги — они позволяют тренироваться самостоятельно в удобное время. Но далее нужен семинар, потому что однажды после чтения очередной книжки наступит застой, и энергия, ранее направляемая на движение вперед, к самому себе, направится на укрепле-

ние старых привычек. Так всегда происходит: если не увеличивать нагрузку, сначала появляется привычка почитывать перед сном, потом лень — и книги используются как средство проведения досуга, и так далее по нисходящей.

Но мой опыт также говорит, что семинар не следует использовать как усиление понимания после прочтения пары книг. Обычно женщины любят, прочитав одну книгу, так ею воодушевиться, что готовы сразу все бросить и побежать на семинар, получить там по лбу и побежать обратно в обиде и непонимании.

Семинар — это главное и необходимое каждому условие пробуждения, это возможность прямой встречи с самим собой, но если человек не прошел предшествующие этапы, семинар мало чем ему поможет. Конечно, это может быть и одна книга — критерием является только ваш импульс к осознанному действию. Мой опыт просто рисует эту картину.

Рассмотрение своих дуальностей в группе самоисследователей — третий важный шаг в Процессе. Усиление осознания внутри группы является очень важным шагом, но пока еще непроявленным.

О важности всех трех процессов Сан Саныч постоянно говорит, но совсем другое дело, когда самостоятельно доходишь до следующей ступени.

Я прошу Вселенную поддержать людей в поисках и доставить им книги по Целостной психологии. Пускай книги других авторов с другим вѝдением также найдут своих читателей. Пускай консервная банка Целостной психологии откроется и содержимое захлестнет Землю. Пришло время разделенному сознанию соединиться.

Андрей

«Я хочу того, чего боюсь...»

Хочу поделиться двумя открытиями, которые пришли ко мне в выходные, после прочтения этой книги.

Сан Саныч так много говорил об этом, но до меня все это дошло только сейчас — и я как будто открыла для себя все это в первый раз. И для меня это стало шоком и в то же время каким-то облегчением.

Итак, первое.

Я столько раз слышала эту фразу от Саныча, но понимаю ее только сейчас.

Здесь нет ничего, кроме страха.

НИЧЕГО.

Я не смогла вспомнить ни одного человека, которого бы я не боялась, — ни одного.

Люблю — значит боюсь.

Ненавижу — значит боюсь.

Хочу — значит боюсь.

Ревную — значит боюсь.

Помогаю — значит боюсь.

Это может быть спрятано очень глубоко, но если позволить себе увидеть то, что есть, как оно есть, — то вы увидите только страх.

Страх это энергетические нити между людьми; мы связаны страхом. Страх — это паутина, и мы марионетки в этой паутине. Наша свобода — это иллюзия. Мы в тюрьме — в тюрьме собственных нитей страха. Да, у нас есть право выбора — но выбор мы делаем из страха, потому что кроме него ничего нет. Да, мы творим — но мы творим из страха, потому что кроме него ничего нет. Да, мы любим — но мы любим из страха... И т.д. и т.п.

Свобода — это когда будут поняты и обрезаны все нити страха, которыми ты связан в единое целое со всеми остальными людьми, которые тебя окружают. Это не значит, что ты отделишься от других. Это значит, что уровень твоей связи с другими будет на другом уровне — это будет Любовь. И тогда ты сможешь действовать из Любви, выбирать из Любви, творить из Любви...

Второе.

Страх — это желание.

И про это я читала так много книг и признавала это и понимала это, но, только сейчас я вижу их одновременность — я вижу в страхе желание.

Это очень сложно для ума — ум сопротивляется такому пониманию; я бы даже сказала, что это где-то вне ума.

Это случилось в метро — напротив меня сидел мужчина и читал газету. Вдруг я увидела, что это эксгибиционист — ну, знаете, такие мужчины, которые показывают свои половые органы на улице. Этот персонаж проделал

дырку в штанах, из которой торчит сами знаете что, и сидит как ни в чем не бывало, читает газету. Фууу, это так противно и страшно — сразу захотелось выйти, пересесть, сразу всплыло воспоминание из детства, как мы однажды встретили такого мужчину с подружкой на улице… И вдруг мне удалось зафиксировать одновременное желание, которое возникло вместе с этим страхом, — мне хотелось смотреть на него не отрываясь!!

Вот так вот — нелегко признать, что то, чего мы боимся, мы так же сильно хотим, — особенно, когда это неприлично, грязно, противно и т.д. и т.п. Это шок для ума.

В выходные это понимание прошло через меня еще раз — я еще раз четко осознала, что то, чего я больше всего в жизни боюсь, именно этого я БОЛЬШЕ ВСЕГО В ЖИЗНИ ХОЧУ!!

Это как пылесос — вы так боитесь, что вас туда затянет, но больше всего на свете вы хотите, чтобы вас туда затянуло!

Поставьте «равно» между словами «боюсь» и «хочу» и вы увидите список ваших самых сокровенных желаний.

Вот какая молитва моих желаний у меня получилась:

1) Господи, дай мне провести совершенно бездеятельную жизнь, позволь мне мучиться от моей никчемности и бессмысленности. Дай мне ощущать мою бессмысленность все глубже и глубже, и пусть мне никто не мешает, Господи. Пусть никто не приходит и не говорит мне о смысле жизни и о моем предназначении — у меня нет предназначения, Господи. И даже если Ты Сам спустишься вдруг с небес и расскажешь мне о том, что мне нужно делать, то позволь мне послать Тебя на х…, Господи, потому что нет ничего прекрасней моих бесплодных попыток найти себя и моей замечательной пассивной и бездеятельной жизни.

2) Пусть я буду одинокой, Господи. Пусть никогда не найдется в этом мире человек, с которым я смогу разделить свою жизнь. Ведь если он появится, то, наверное, жизнь приобретет смысл и еще придется рожать детей и что-то делать. А ведь Ты знаешь, Господи, что нет ничего лучше бессмысленности в этом мире.

3) А если он все-таки появится, Господи, — тот самый прекрасный принц на белом коне, то пусть он предаст

меня! Сделай так, чтобы рано или поздно он предал меня и я поняла, что он никогда не любил меня. Позволь мне насладиться моими страданиями — слезами в подушку, невыносимостью предательства, пусть вся моя рефлексия выйдет на свет — ведь нет ничего ее слаще, никакое счастье и взаимная любовь не заменит мне мое прекрасное страдание по любви, которая невозможна.

Пишу и смеюсь над собой, и смех этот искренний.

Это очень хорошая проверка — если вы чего-то до сих пор боитесь — значит, вы этого до сих пор хотите. Боюсь — значит хочу. Проверьте себя на свои страхи и вы узнаете о своих желаниях.

Саныч говорит, что самое сложное — это отказаться от своих страданий, — и это так.

И в то же самое время, это так просто. Стоит только устать от этого.

Это всего лишь вопрос выбора. Если я выбираю свои страдания — то нечего жаловаться — наслаждайся. Если оставляю их в стороне — то говорю: «Я больше не боюсь!»

Я не боюсь бессмысленности — я так долго проживала ее и теперь знаю, что это всего лишь моя программа, моя иллюзия, мой опыт, на основе которого я могу проживать другую часть себя.

Я не боюсь одиночества — я так долго боролась за него и знаю, что это всего лишь мой выбор, какой опыт и с кем я захочу проживать дальше.

Я не боюсь предательства — я знаю, что это иллюзия, что я сама предаю себя все время.

Я больше не боюсь — значит, я больше не хочу!

Аллилуйя!

Нина

ПУТЕВОДИТЕЛЬ САМОИССЛЕДОВАТЕЛЯ

В тексте нашей книги используются понятия, не являющиеся общепринятыми. Чтобы понять, какой смысл мы вкладываем в них, вам надо ознакомиться с «Путеводителем самоисследователя». Обращайтесь к нему в процессе

чтения нашей книги для разъяснения слов с непривычным для вас смыслом.

Рассматривайте приведенные здесь понятия как указатели, ведущие вас к более ясному видению нашего мира как дуальной иллюзии, в которой мы получаем опыт разделенного существования. Выход из этой иллюзии находится в самой глубине вашего сердца — там, где вы соприкасаетесь с Безусловной Любовью. Безусловную Любовь нельзя описать или определить, ее можно только чувствовать. Поэтому, исследуя дуальный мир иллюзий, помните, что мы не от мира сего.

Мир единства и мир разделенности

Мир Единства, мир МЫ — мир, в котором царят безусловная любовь, безвременье, безграничность, безусловный интерес, вечность.

Мир Выживания, мир Разделенности — мир, в котором царят обусловленная любовь, страх, жесткие ограничения времени и пространства, иллюзия смерти, долг и обусловленные законы, однобокая правда, борьба противоположностей, ориентация на «иметь».

Высшее «Я», Душа, Дух, МЫ — часть Человека, пребывающая в Мире Единства, Мире МЫ.

Низшее «я» — часть Человека, пребывающая в Мире Выживания, Разделенности.

Сознание мира Единства — сознание, принимающее противоположные стороны дуальности с пониманием их одинаковой важности и необходимости.

Сознание мира Разделенности — сознание, отрицающее одну из сторон дуальности.

Уровни бытия — миры и реальности, характеризуемые различным уровнем сознания.

Система координат реальности — аксиомы, на которых базируется устройство данной реальности и их восприятие.

Матрица выживания, Старая матрица — система дуального устройства мира, в котором находится Низшее «я» человека. Характеризуется борьбой противоположностей и жизнетворчеством, основанным на состоянии страха.

Матрица жизни — система дуального устройства мира, в котором Низшее «я» трансформируется и становится партнером Высшему «Я» в осознанном жизнетворчестве. Характеризуется равноправным партнерством противоположностей.

Трехмерная реальность — реальность, имеющая только три степени измерения: длина, ширина, высота, — и время, измеряемое линейно.

Линейное время — характеризуется прошлым, настоящим и будущим. В матрице выживания будущее — это повторение прошлого. В момент настоящего можно попасть только через состояние Осознания себя, т.е связь с Высшим «Я».

Дуальность

Дуальность, двойственность — единая шкала определенного качества энергии (уровня вибрации), воспринимаемая обусловленным умом как две противоположности. Дуальность является основным условием земных уроков человека.

Закон дуальности — закон взаимодействия полярных, противоположных тенденций, которому подчиняются все явления Мира Разделенности.

Дуальный механизм восприятия — механизм, обеспечивающий человеку сознательное восприятие только одной стороны дуальности своего внутреннего и внешнего мира.

Дуальность, парадокс, двойственность личности — взаимоотношения противоположных тенденций или частей личности. В **матрице выживания** такие взаимоотношения представляют собой борьбу. В **матрице жизни** они становятся равноправным партнерством.

Безусловная Любовь — состояние благодарности ко всему происходящему, исходящее из понимания его закономерностей.

Царство Божье — состояние человека, одновременно осознающего себя пребывающим в мире Разделенности и мире Единства.

Высшее «Я»

Осознание — восприятие Низшего «я» Высшим «Я», принимающим его противоположные стороны с равным уважением и безусловной любовью. Наблюдатель, который ясно и целостно фиксирует то, что он видит, не испытывая при этом осуждения и вины.

Необусловленная, безусловная любовь — эмоциональное состояние полного принятия, интереса и благодарности, характеризующее отношение Высшего «Я» к Низшему «я».

Намерение — целенаправленная целостная (не дуальная) энергия, имеющая высокие вибрации, исходящая из Души, Высшего «Я».

Осознанное творчество — основано на силе намерения и учитывает действие противоположных дуальных тенденций.

Выбор Души — цель, действие которой основано на ясном виденье и полном принятии противоположных тенденций Низшего «я» человека.

Вертикальное восприятие — восприятие из мира Единства.

Третья точка треугольника восприятия — точка восприятия Низшего «я» Человека из мира Единства.

Осознанное состояние — состояние, возникающее при наблюдении за своим Низшим «я» из Высшего «Я».

Контракт (заявка) на получение земного опыта перед рождением — запрос, замысел вашей Души, ее заявка на получение определенного опыта в мире выживания.

Программа получения дуального опыта — планируется Душой перед физическим воплощением и реализуется через формирование дуальной структуры личности и особенностей трех тел, в которых происходит воплощение ее в физической реальности, с учетом места, времени, родителей и других особенностей рождения.

Человек (Низшее «я»)

Три центра, или тела, человека — ментальный, эмоциональный, физический. Личность — это менталь-

но-эмоциональная составляющая человека. Физическое тело — это физическая составляющая человека. Три тела представляют собой скафандр или аппарат, с помощью которого Душа входит в земную реальность для прохождения своих уроков, то есть для получения определенного опыта выживания. Наличие трех тел позволяет человеку воспринимать мир тремя различными способами.

Ментальное тело человека — ум человека. Позволяет человеку манипулировать мыслями и образами. Имеет дуальную природу, выраженную физически в наличии двух половин мозга, разделенных перегородкой. Метафизически дуальность ума проявлена в наличии двух разделенных сфер: сознания и подсознания.

Обусловленный, или дуальный, ум — другое название ментального тела человека или его ума, необходимого ему для получения опыта выживания. Принцип действия обусловленного ума основан на формировании суждений. Возможность создания суждений базируется на разделении умом противоположных сторон дуальных понятий и отождествлении с одним из них. Работает по принципу «Да — Нет». Порождает галлюцинации, принимаемые им за реальность.

Суждение — основной продукт работы ума. Суждение выносится путем сравнения, основывающегося на шкале дуальных понятий.

Сознательная сторона ума, сознание — то, что человек сознает в своем внутреннем и внешнем мире. Светлая сторона человека.

Бессознательная сторона ума, подсознание — то, что человек не сознает в своем внутреннем и внешнем мире. Темная сторона человека.

Эмоциональное тело человека — тело состояний. Позволяет человеку переживать чувства.

Физическое тело человека — тело человека, воспринимаемое физическим зрением. Позволяет человеку манипулировать объектами физического мира, а также проживать и регистрировать различные телесные ощущения.

Показатели дисбаланса трех тел человека — у физического тела это болезни, увечья, боль физическая, у эмоционального тела это страдание, боль эмоциональная, у ментального тела это непонимание.

Триединство — сонастройка трех тел или центров человека: ментального, эмоционального и физического.

Личность (Низшее «я»)

Программа выживания — личностная программа, формируемая у ребенка как способ его выживания в мире разделенности.

Личность, ложная личность, эго, личностная программа, персонаж — термины, используемые для обозначения личности человека.

Личность — ментально-эмоциональная структура человека, имеющая дуальную природу и являющаяся условиями задачи человека в данном воплощении. Определяет особенности земных уроков человека и связанного с ними дуального опыта. Изучить и понять свою личность — значит понять условия своей задачи данного воплощения.

Личность, или личностная программа — совокупность взаимосвязанных пар противоположных качеств. Каждая из таких пар показывает дуальную шкалу определенного качества, выраженную противоположными понятиями. Не осознающая себя личность отождествляется только с одной из сторон своих дуальных качеств и поэтому воспринимает себя однобоко, односторонне.

Формирование личности — закладка программы условий задачи данного воплощения человека. Осуществляется через контекст места и времени рождения ребенка, его генетику и занимавшихся его воспитанием людей. Большое значение для формирования личности имеют ситуации, оказавшие сильное эмоциональное воздействие на человека в детстве. Как правило, программы отца и матери являются главными составляющими программы личности человека.

Формирование личности — получение опыта выживания через актуализацию и дальнейшую активизацию личностных двойственностей.

Актуализация личностных двойственностей — введение дуальных понятий о «плохом» и «хорошем» в личностную программу через болевой опыт. Таким образом, личность становится обусловленной дуальностью.

Активизация двойственностей — усиление напряжения борьбы между двумя противоположными сторонами дуальности в личностной структуре человека.

Активизированная сторона личностной двойственности — усиленно проявляемая сторона личности.

Разведение противоположных сторон двойственностей личности — осуществляется через положительное или отрицательное подкрепление проявления личностных качеств.

«Хорошо — плохо» — парадокс дуального восприятия.

Отношения — способы, с помощью которых личность проявляет себя.

Недостатки и достоинства — полярные понятия, описывающие шкалу дуальности. Человеческие недостатки являются продолжением его достоинств. Одно без другого не может существовать. Эти противоположности представляют собой две стороны одной медали.

Кристаллизованный болевой опыт — неоднократное переживание аналогичного болевого опыта, сформировавшее появление незаживающей «эмоциональной раны», остро реагирующей болью при прикосновение к ней.

Негативные состояния — различные оттенки осуждения и чувства вины.

Осуждение и вина — полярные состояния, испытываемые человеком одновременно по одному и тому же поводу. При этом сознательно переживается только одно из них, противоположное состояние находится в сфере подсознания. Через некоторое время они меняют свое расположение.

Агрессия — эмоциональное переживание сильного осуждения.

Вина — состояние, возникающее в результате переживания собственного осуждения.

Дисбаланс личности — вызван борьбой противоположных тенденций или частей личности (ментальных, эмоциональных и физических). Характеризуется уровнем напряженности враждебных отношений между противоположными сторонами. Личностный дисбаланс возникает в результате отождествления и настаивания личности на правде, убеждении одной из ее дуальных частей и одновременном подавлении противоположной части. Это порожда-

ет сопротивление подавляемой стороны личности, равное по величине силе давления на нее

Напряжение личности — напряжение, возникающее в личности в связи с подавлением ее теневых сторон. Сила такого напряжения является динамической и в каждый конкретный момент времени имеет суммарный эффект, равный либо «плюсу», либо «минусу». В зависимости от того, какая из двух противоположных сил больше: сознательная (сила сознательно поставленной цели) или подсознательная (сила сопротивления цели).

Страх — состояние, отражающее борьбу противоположных сторон личности. Страх — это топливо, на котором работает личность, проходя уроки выживания.

Страх — энергия личности, величина которой характеризуется степенью непринятия, возникающего между ее противоположными сторонами.

Старый опыт — постоянное переживание страха в виде состояний осуждения и вины.

Личностная гордыня — иллюзорная убежденность в истинности своего одностороннего, ограниченного суждения. Возникает в личности в результате того, что она возвеличивает одну из сторон своих дуальных качеств, отрицая в себе ее противоположность. Гордыня, или состояние исключительности, приводит к переживанию состояния исключенности, брошенности, предательства и одиночества.

Убеждение — кристаллизованный опыт одностороннего восприятия.

Дуальные части личности или субличности — части личности, имеющие противоположные тенденции.

Сознательная сторона, часть личности — сторона, часть личности, которую человек сознательно признает в себе.

Подсознательная сторона, часть личности — сторона, часть личности, которую человек отрицает в себе.

Сопротивление цели или сознательному желанию личности — противодействие подсознательной части личности своей противоположной, сознательной, части, поставившей некую цель и стремящейся к ее достижению.

Страдание — состояние, возникающее в результате непринятия и борьбы противоположных сторон своей личности.

Желания, тенденции личности — энергия, направленная на захват чего-либо, для того чтобы иметь это. Любое сознательно возникающее личностное желание порождает свою противоположность — противоположное желание, которое подсознательно. Такое подсознательное желание рассматривается человеком как сопротивление достижению сознательного желания.

Ролевые отношения — роли, которые играет личность, участвуя в социальной жизни. Каждая личность играет целый набор ролей. Исполнение каждой роли регулируется своими правилами, которые представляют собой некие ограничения, которым личность должна подчиняться. Ролевые отношения определяются законами, нормами и правилами регулирующими их. Они исходят из **долга и обязательств.**

Ролевые конфликты — следствие разного понимания участниками конфликта прав и обязанностей, относительно исполняемых ими ролей.

Борьба — способ взаимодействия противоположных сторон личности при прохождении человеком опыта выживания.

Личностные изменения — переход к сознательному переживанию отрицаемой, теневой части своей личности.

Трансформация личности — осознание противоположных, дуальных сторон личности как двух сторон одной медали. В результате трансформации исчезает личностная гордыня, то есть представление о ее исключительности, при этом остается индивидуальность, т.е. понимание своего отличия от других людей.

Гармонизация личностных противоположностей — принятие с благодарностью осуждаемой части своей личности и уравновешивание противоположных тенденций (ментальных, эмоциональных и физических) в самом себе. Осознание и полное принятие теневых сторон личности.

Управление личностной двойственностью — осознанный выбор проявления из двух противоположных сторон своей личности.

Личностное восприятие — восприятие, обусловленное односторонностью.

Опыт

Иметь — состояние сознания, отождествленного с получаемым им опытом.

Быть — состояние сознания, не отождествленного с получаемым им опытом.

Земной опыт человека — имеет место в контексте внешних ситуаций и включает в себя ментальную, эмоциональную и физическую составляющие.

Перепроживание (просмотр) своего прошлого болевого опыта — осознанное вхождение в прошлый болевой опыт с целью принятия и интеграции его противоположных аспектов.

Интеграция своего личностного опыта — благодарное и целостное принятие своего опыта, через понимание и принятие в себе противоположных сторон своей личностной программы, его породивших.

Опыт выживания — опыт борьбы противоположных сторон Низшего «я» или личностных дуальностей.

Опыт жизни — опыт партнерства Высшего и Низшего «Я».

Опыт неосознанный — сценарий жизни, проживаемый на уровне чувств и поступков, при этом объясняемый обусловленным умом без понимания дуальности собственного восприятия.

Опыт осознанный — осознание проживаемого сценария своей жизни как взаимодействия противоположных сторон дуальностей своей личности. Ведет к разотождествлению себя с проживаемым опытом.

Отождествление — одностороннее, фрагментарное восприятие себя.

Отождествление личности — восприятие себя как определенной части своей личности.

Самоидентификация личности — принятие себя за роль, которую ты исполняешь. Отождествление с определенными представлениями о себе.

Разотождествление — восприятие проявлений своей личности с пониманием того, что эти проявления есть только твой опыт, но не ты сам.

Социальные роли — роли, исполнение которых связано с получением определенного социального опыта.

Мужчина и женщина — дуальность, выраженная физически. Включает в себя прохождение различного рода уроков и жизненного опыта.

Неизвестное — опыт, который вами еще не прожит.

Известное — опыт, который вами уже пережит и определен умом.

Смысл — точка зрения или ваше видение чего-либо.

Сознательная модель поведения — модель поведения, реализуемая сознательно.

Подсознательная модель поведения — модель поведения, реализуемая подсознательно.

Обусловленная любовь — хорошее отношение к человеку, основанное на выполнении им долга, правил или обязательств.

Неосознанное творчество — жизнетворчество, использующее силу страха.

Механистичность и осознание

Урок выживания — опыт личности, который она проходит в полном отождествлении с ним.

Сон сознания — одностороннее и фрагментарное восприятие своего внутреннего и внешнего мира.

Человек спящий — человек, пребывающий во сне сознания.

Механистичность, сон — состояние сознания, отождествленное с получаемым опытом. Характеризуется механистическим реагированием по принципу «стимул — реакция».

Отождествление — восприятие получаемого опыта как самого себя.

Разотождествление — восприятие получаемого опыта отстраненным наблюдателем.

Старая матрица сознания, Матрица разделяющего восприятия, Матрица выживания — матрица сознания, созданная на базе дуальностей для получения опыта выживания. Порождает борьбу личностных противоположностей и страх как основное состояние сознания человека.

Духовное развитие — осознанное принятие в себе того, с чем ты боролся вовне.

Запрос к самоосознанию — запрос на понимание себя через осознание.

Вопрос — характеризует направленность восприятия.

Запрос — сознательная тенденция понять нечто в себе или произвести некоторые внешние или внутренние изменения.

Проблема — конфликтное взаимодействие противоположных сторон личности. Решить проблему можно, только ясно увидев механизм их взаимодействия. В этом случае она исчезает.

Проблема — результат одновременного действия двух противоположных тенденций, одна из которых рассматривается как враждебная.

Различение — способность ясно видеть и ясно чувствовать обе противоположные стороны дуальностей вашей личности.

Принцип зеркал — особенность человека отражаться в других людях как в зеркалах. Используется при самоисследовании для изучения личностной программы.

Метод зеркал — дает возможность видеть и осознавать в восприятии другого человека или возникающих внешних ситуациях ваши проекции дуальных сторон своей личности.

Прямые зеркала — отражают проекцию без искажения.

Кривые зеркала — отражают проекцию с искажением.

Трансформация человека — процесс осознания собственной целостности.

Целостность человека — взаимодействие трех тел человека и противоположных частей его личности, основанное на полном их осознании, принятии и партнерстве.

Осознание себя — неосуждающее и изучающее наблюдение Высшего «Я» за проявлениями Низшего «я».

Вспоминание самого себя — процесс, ведущий к переживанию, пониманию и проявлению партнерства Высшего и Низшего «Я».

Самоосознание, самоисследование — исследование своего Низшего «я» с помощью своего Высшего «Я».

Парадоксальное мышление — мышление, основанное на осознанном восприятии дуальности в себе.

Понимание себя — ответ на вопрос: «Что есть я?» Имеет ментальный, эмоциональный и физический компоненты.

Понимание себя — единство мыслей, чувств и действий человека. Полное понимание себя возможно только при согласовании и гармонизации трех тел человека.

Персонаж — человек, играющий в спектакле выживания определенные роли.

Другие люди — экраны, на которые личность проецирует свои личностные качества.

Ответственность — понимание того, что все, что происходит с тобой, создаешь ты сам.

Механистичность — реагирование по принципу «стимул — реакция».

Иллюзия — то, чего нет на самом деле, но, кажется, что есть.

Правда — половина, претендующая на целое.

Правда и ложь — две разъединенные половины целого.

Внешний мир — зеркало внутреннего мира.

Позитив и негатив — технические термины, обозначающие противоположные стороны дуальности, подобно плюсу и минусу электрической батареи.

Благодарность — состояние, возникающее в результате осознания дуальной природы своей личности.

Счастье — это не результат решения имеющихся у человека проблем, а следствие понимания того, кто же он есть на самом деле.

Сострадание — эмоциональное состояние просыпающегося или целостного человека, видящего страдание спящих людей.

Понимание — ясное видение, осознание того, что есть, так, как оно есть.

Парадоксальное мышление — мышление, рассматривающее противоположные стороны дуальности как две стороны одной медали.

Знания — система представлений, передаваемая через понятия, выраженные в словах.

Энергия высоких вибраций — частота вибраций сознания, достаточная для осознания Низшего «я».

Энергия низких вибраций — частота вибраций сознания, не позволяющая осознавать свое Низшее «я».

Ученик — тот, кто хочет научиться осознавать и любить необусловленно.

Учитель — тот, кто осознает и любит безусловно.

Учитель и ученик в одном лице — человек, познающий самого себя.

Восприятие человека

Восприятие — то, как человек видит себя во внутреннем и внешнем мире.

Восприятие человека — настроено на получение заказанного его Душой опыта. Восприятие может быть **механическим, отождествленным** или **осознанным, целостным.**

Механическое, отождествленное восприятие — однобоко, т.е. отождествлено только с одной стороной личностной дуальности. Следствием механического восприятия является переживание состояния борьбы внутренних противоположностей.

Целостное, осознанное восприятие позволяет видеть противоположные стороны личности одновременно, понимая механизмы их взаимодействия.

Сверхзадача человека — трансформация личности и сонастройка трех тел, позволяющая выйти из жестко фиксированного, одностороннего восприятия к целостному, многомерному восприятию МЫ.

Частота восприятия — показатель уровня настройки вашего восприятия. Высокая частота настройки позволяет человеку осознавать свою личностную программу. Низкая частота удерживает его в отождествлении с получаемым опытом, при этом он механически проживает свою личностную программу.

Настройка восприятия — изменение виденья внутреннего и внешнего мира человека через настройку.

Осознание, Самоосознание, Ясное Видение — наблюдение за механизмами функционирования обусловленного ума и своей личностной программы, работающих в ограничениях дуального восприятия.

Многомерность, многовариантность — характеристика сознания, вышедшего из обусловленности дуального восприятия в сознание МЫ.

Личностное восприятие реальности — то, что воспринимается Низшим «я» как само собой разумеющееся.

Горизонтальное восприятие — дуальное восприятие личности.

Сознание Низшего «я» человека — способность воспринимать свой внутренний и внешний мир физически, эмоционально и ментально, обусловленная разбалансированностью его трех тел и влиянием закона дуальности.

Внутренний мир человека — мир мыслей, чувств и ощущений. Воспринимается человеком, находящимся во «сне сознания» частично и фрагментарно.

Внешний мир человека — внешний мир, воспринимаемый человеком с помощью пяти органов чувств. Является отражением внутреннего мира человека.

Уровень сознания человека — уровень развития его способности к целостному восприятию своего внутреннего и внешнего мира

ИГРА В ВЫЖИВАНИЕ

Зачем нам нужна игра в разделенность?

Есть миллиарды Вселенных. Мы берем нашу. Она является целым, некой сущностью, огромным саморегулирующимся организмом, который создан, чтобы мы могли познать самих себя.

Все в мироздании для того создается, чтобы познавать себя. Единый Творец создает то, что создает, для того чтобы познавать Самого Себя.

Например, наша Вселенная. Это определенный организм, который участвует в определенной игре, для того чтобы лучше познать самого себя. Когда эта игра будет отыграна и понято все, что она может дать, Вселенная перейдет на другой качественный уровень, создав некую другую игру.

То же самое относится к человеку. Он — та же Вселенная, которая участвует в игре, для того чтобы понять себя. Человек, не осознающий себя не способен понимать себя целостно, его втягивают в какие-то игры, сути которых он не понимает. Поэтому он никак не может понять, что он делает в этой игре.

— *Социум волей-неволей втягивает нас в свои игры. Мы же не можем жить вне его.*

— «Волей-неволей» возникает у слабого и немощного ума, который не понимает, кто он и откуда. Лично меня никто не втянет туда, куда я не хочу быть втянутым. Хотя я тоже живу в социуме.

Если я вхожу во что-то, значит, я хочу этого; может быть, я еще до конца не осознаю, что́ могу получить там, но внутренне знаю, зачем туда иду. Потом, в процессе участия в этом, полностью извлеку все, что мне надо, и выйду оттуда, когда сочту нужным.

Суть игры в физическом плане заключается в том, что мы принимаем некое условие, которое можно выразить словом «отделенность, или разделенность». Это и есть забвение. Та игра, в которую все мы вошли как физические существа, это игра в разделенность.

Когда мы входим сюда, то чувствуем себя отделенными. Отсюда все эти сложные состояния и множество проблем, о которых мы все время говорим. Мы забыли Первоисточник. По крайней мере, большинство людей забыли, кто они, где их настоящий Дом и зачем они пришли сюда. Они отделены от самих себя. Им кажется, что они одиноки, им жалко себя, они не понимают, что происходит. Но это и есть условия игры в разделенность. Это не случайность, это условия игры, выбранные вашей Душой.

Давайте рассмотрим с этой точки зрения данные условия: отделенность и забвение. Если мы их выбрали, значит, они нам что-то дают. И, очевидно, что-то важное, потому что плата очень большая. Человек чувствует себя отделен-

ным, не понимает, что происходит, забыл, кто он есть, не имеет ответов на множество вопросов. Уже этого вполне достаточно для того чтобы иметь определенное состояние. Что это за состояние?

— *Пойти напиться.*

— *Желание осознания.*

— Да. Это может привести к очень сильному желанию найти ответы на вопросы. Импульс становится очень велик. Возьмем аналогию физического мира: вы сидите на стуле и пьете шампанское с хорошим человеком. Вы побежите куда-нибудь? Вам некуда бежать, вам хорошо. И другая ситуация: вы вдруг просыпаетесь ночью в лесу, полуголый и голодный. Вы будете двигаться, действовать?

— *Да.*

— Если вы хотите развить свою способность к действию, движению и силе, ориентации на пересеченной местности, то эта задача для вас очень подходит. Эти условия для вас лучшие, чем те, о которых мы упоминали вначале.

Так вот смотрите. Вхождение в эту игру разделенности и забытья приводит к очень сильному импульсу, по крайней мере у некоторых людей. Он дает им возможность очень большого усиления каких-то качеств, связанных с этой ситуацией.

То есть ситуацию, в которой мы оказались, надо использовать. Но для этого надо понять, зачем мы в ней находимся, т.е. начать просыпаться. Большинство людей, имея такие ситуации, их не используют. Они делают одно и то же, что делали всегда. Другие, которые это понимают, используют ее на полную катушку, извлекают из нее все, что можно извлечь. Мы все находимся здесь в таких условиях, но кто и что получит из них, зависит от каждого. Потенциал ситуации очень высок. Мы здесь можем получить нечто, что в других условиях получить невозможно, иначе мы бы сюда не пришли.

Каковы правила вашей игры?

Понимание того, что такое истина, зависит от уровня вашего сознания. Чем выше уровень вашего сознания, тем многомернее ваше понимание истины.

— *Насчет правды все понятно. Правда у каждого своя.*

— Как это — насчет правды все понятно?

— *Как филолог, я знаю, что правда в нашем сознании ассоциируется с каким-то определенным предметом или человеком, а истина претендует на некий абсолют. И поэтому, когда я задаю вопрос об истине, я думаю о том, что есть истинно, что есть абсолютно, что есть вечно. Потому что наши тела, наши воплощения здесь...*

— Я могу сказать проще. Физические тела и роли, исполняемые личностью, являются временными. Правильно? Мне, например, нужно выполнить какую-то работу. Скажем, я ремонтирую автомобиль. Я беру определенный гаечный ключ. Но я же вечно его не держу. Я сделал с его помощью что-то и положил его, потом беру другой инструмент. Он помогает мне сделать какую-то работу, отремонтировать двигатель, например. При этом я пользуюсь разными инструментами.

То же самое и здесь. Исполняемые нами роли являются временными, но мы их используем для того, чтобы получить то, что нам важно, т.е. опыт. Наша Душа приходит сюда для получения опыта. Для этого она создает определенные обстоятельства, входит в них, используя различные средства.

— *Сама сущность создает обстоятельства?*

— Да.

— *То есть не кто-то нам их подсовывает, а мы сами их притягиваем?*

— Давайте поймем то основное, что толкает Душу к физическому воплощению. Зачем появились миллиарды Вселенных, созданных Единым Творцом? Мы есть части Бога или Дао.

Понятие «Бог» сильно отягощено застарелыми убеждениями и верованиями. Люди вкладывают в него различный смысл и никак не могут друг друга понять. Слово — это просто тара. Пустая тара. И мы ее наполняем своим пониманием, а чаще всего непониманием. А так как мы свое непонимание выдаем за понимание и считаем еще, что и все другие должны точно так же понимать, то оказываемся в тяжелой ситуации.

Поэтому давайте говорить Дао. Так почему это Великое Дао создало мир форм? А мы являемся частью этого Великого Дао...

— А почему великого? Может быть, оно просто пошутило? Поиграть решило.

— Хорошо. Мы можем и так это представлять. Да, это великая игра, и она имеет свои правила. Иначе игра не может существовать. Да, это космическая игра. И если я не понимаю игру, в которой участвую, но при этом не могу в ней не участвовать, то нахожусь в тяжелом состоянии.

Представьте, что вы попали в компанию людей, которые играют во что-то. Но вы не понимаете ни правил этой игры, ни ее цели. Однако вы в ней участвуете, потому что они просто вас задействовали в ней.

Это как брошенный на поле футбольный мяч. Он думал, что родился для того, чтобы лежать где-то на диване в комфортной атмосфере покоя, а его все пинают ногами. Его выбросили на поле, к нему подбегают какие-то люди, начинают стучать по нему, орут. Он никак ничего не может понять, у него просто шок.

Многие люди чувствуют себя таким мячом. Вы можете стать игроком, а не просто мячом, который пинают. Но для этого вы должны хорошо знать условия игры. И так же знать, чего вы хотите в этой игре. Тогда вы начинаете совершенствоваться в этой игре и становитесь уже не просто игроком, а хорошим игроком. Хороший игрок имеет больше свободы, хотя бы даже в выборе команды, например.

А таких игр здесь ведется очень много, и игроки очень разные. При этом далеко не все правила вывешиваются перед входом на игровую площадку. Более того, чаще всего их скрывают.

— Уж, наверное, не все и соблюдаются...

— Да. Есть видимые и невидимые правила. А есть игры без правил. Играть без правил — это тоже правило. Понимаете, всегда есть правила. Ничто не может существовать без правил. Везде есть правила: гласные, негласные, того или иного уровня...

Люди — это игроки, различающиеся по уровню сознания. Скажем, люди с низким сознанием играют в определенные игры. Есть целый набор таких игр. Но они не могут понять игры, в которые играют люди, имеющие более высокий уровень сознания. Они просто их не видят.

Поэтому человек, имеющий более низкий уровень сознания, чем кто-то другой, не может его понять. Но имеющий более высокий уровень сознания может понять более низкий уровень сознания. Но, в свою очередь, ему трудно понять кого-то, находящегося на более высоком уровне сознания, чем он сам. Поэтому никто не может понять Дао.

Но между существом с самым низким уровнем сознания и существом с самым высоким, т.е. Дао, существует огромное количество уровней бытия, в которых существуют миллиарды и миллиарды различных существ, играющих в самые разные игры в соответствии с их уровнем сознания. Для каких-то существ Земля является одной из форм игры. Они ее создали. Они создали человеческие тела, эту планету и играют таким образом.

Вы можете привести это к своему уровню понимания и сказать: «Вот они, дескать, играют, развлекаются, а мы тут страдаем». Но человек, не имеющий того уровня сознания, который имеют те, кто создал эту игру, не может ее понять. Но он может стремиться к такому пониманию, потому что эта возможность ему дана. Каждый человек богоподобен по той причине, что является частью Дао.

— На моей могильной плите будет написано: «Она стремилась».

— Да, если это единственное, что ты можешь, то так и будет. Уровень твоего стремления приведет тебя именно к этой плите. Кроме того, чтобы просто пытаться что-то сделать, некоторые люди еще и делают это. Именно они достигают расширенного сознания.

Каждая реальность строится на определенной системе координат, которая определяет отличие данного мира от каких-либо других миров, у которых могут быть совершенно другие системы координат.

Есть существа, живущие жизнью совершенно нечеловеческой, в смысле непонятной человеку. Их миллиарды. Нам выпало счастье-несчастье почувствовать, что такое человеческое существование, и узнать, в какие игры играют люди.

В какую игру сейчас вы играете? Чтобы выйти из игры, надо осознать ее. Но пока она не осознана, выхода нет. Хозяин игры тот, кто понимает игру. Пешка — это тот, которого используют в игре те, кто лучше понимает ее механизм.

— У меня есть четкое ощущение, что меня пользуют каждый день по несколько раз.

— И это будет продолжаться до тех пор, пока тобой не будет осознано, что это за игра, в которую тебя вовлекли. На самом деле мы все друг друга пользуем. Иначе и быть не может.

— Есть ситуации, когда люди используют друг друга с взаимной выгодой и даже в энергетическом плане это какой-то взаимообмен. А иногда это игра в одни ворота.

— Как вы думаете, что характеризует лидера? Лидер обладает большей информацией, чем все его подчиненные. Если это не так, то он не лидер. Либо у него есть какой-то «серый кардинал», который на самом деле правит всем. Как только он теряет возможность доступа к каналам информации, то теряет и свое руководство.

Ключ к пониманию игры лежит в достоверной информации об этой игре. Если ты ясно видишь игру, то можешь изменять ее ход. Если не видишь — не можешь. Земля является площадкой для игр неких существ, которые ее создали. Они заложили свои правила. Но и они находятся в состоянии неких игроков, которыми управляют другие игроки более высокого уровня сознания, и т.д. Таким образом, можно сказать, что мы все друг друга используем.

Только вот что мы вкладываем в это слово? Я вкладываю следующее: «Мы все взаимосвязаны». Скажем, некто затевает игру и хочет получить от игроков деньги, т.е. он делает так, что они начинают что-то делать, собирают эти деньги, он их забирает и уходит. Выигрывает только он. Правда, неизвестно, выигрывает он или, наоборот, проигрывает, потому что сам находится в состоянии игры, которую не осознает. Его также могли использовать.

Самое интересное, что игроки подбираются в соответствии с характером игры. Допустим, игра в мафию. Кто в нее играет? Это совсем другие люди по сравнению с теми, кто, например, занимается проблемами экологии. Не правда ли, это разные игры? А в какие игры вовлекаешься ты?

Ведь человек не просто так вовлекается в те или иные игры. Его притягивает в ней что-то, что резонирует в нем. Если я застрял в какой-то игре, то хотя она мне не нравится, я не могу выйти из нее просто так. По какой причине?

По-видимому, во мне имеются аналогичные состояния, иначе она не могла бы меня удерживать.

Для того чтобы мне выйти из какой-то игры, я должен осознать, что это за игра, увидеть ее и понять, почему я был втянут в нее. Если я хочу из нее выйти, то должен устранить в себе то, что является этим притягивающим элементом, т.е. увидеть свои отождествления.

Вы говорите, что у вас есть игра, которая вам не нравится. Вы хотите выйти из нее. Что это за игра, и по какой причине вы вовлеклись в нее?

— Чтобы выйти из одного, надо войти во что-то другое.

— Чтобы войти во что-то другое, надо выйти из того, в чем ты сейчас находишься. Иначе то, во что ты войдешь, будет тем же самым, из чего, как ты считаешь, ты вышла. Это называется менять шило на мыло. У большинства людей именно так и происходит: они сбегают от одного мужа или жены к другим таким же или еще хуже.

Между выходом из чего-то и входом во что-то другое существует некий интервал, пауза, пустота. Если человек не проходит такой период пустоты, то значит, то, во что он опять попал, является тем же самым, из чего он вышел. Если он вообще вышел. Я называю это — заснул не проснувшись. Он из одной вариации попадает в другую вариацию той же самой игры. Только еще худшую.

Какие-то серьезные изменения возникают именно тогда, когда возникают паузы. Если у вас все идет непрерывно, то это все одно и то же. Даже слова... Возьмите текст. Идет новая мысль, идет новый абзац. Между ними есть пауза. Если это новая глава, то она выделяется названием. Представьте себе, что все слова будут слиты воедино. Возможно ли будет это читать?

Уроки дуальности

Всякий проходит свои уроки независимо от того, понимает он это или нет. Уроки этой реальности заключаются в прохождении двойственностей. Все проблемы, которые волнуют человека, и возникающие в связи с ними жизненные ситуации определяют условия его уроков.

Любой из таких уроков можно свести к определенной двойственности или их сочетанию. Двойственность подобна воротам, а урок в том, чтобы пройти точно посередине этих ворот. Причем скорость прохождения может быть различной.

Двойственность можно сравнить также со стеной, в которой находится дверь. Надо пройти четко посередине этой двери. Если ты не проходишь, то ударяешься о стену справа или слева, и тебя отбрасывает обратно. Ты опять делаешь новый заход, и так до тех пор, пока не пройдешь точно по середине двери.

Это называется путем ученичества. Ты начинаешь понимать, что происходит. Но одно дело знать, куда и как ты должен войти, и другое — иметь уровень мастерства, позволяющий тебе это сделать. Тебе просто обозначается задача, а дальше говорят: «Тренируйся, потом тебе будет дан зачет».

Зачет заключается в том, чтобы войти в дверь точно посередине. Причем дверь может быть огромная. Но ты должен пройти ее точно посередине — вот в чем сложность. Середина — это место, где уравновешены обе полярности двойственности: плюс и минус.

Это то, что Будда называл серединный путь. Гурджиев называл это четвертым путем. Можете называть это золотой серединой. Это то место, где ты уравновешен.

Возьмем, например, восьмерку. Двойственность работает именно как восьмерка. Вселенная создана таким образом. Она состоит из полярных частей, как и наш биологический организм, и они уравновешивают друг друга: мир и антимир, Христос и Антихрист. Это две стороны одной медали.

— *Они полярны по своим функциям?*

— Да. Например, рот нужен для того, чтобы заглатывать пищу, а задний проход — для того чтобы ее выводить. Правильно? Нет вражды между ртом и задним проходом. Если только мы ее не создадим сами. Но все должно быть уравновешено: если введено больше, чем выведено, то возникает сильное напряжение, т.е. дисгармония.

— *Можно сказать, что если мы построены по образу Вселенной, то это значит, что мы построены по середин-*

ному принципу в физиологическом плане? Но психологически мы не всегда это осознаем и идем к этому долго и нудно.

— Да. В этом и есть наши уроки. Каждый человек состоит из множества дуальных пар психических частей. И вот все это «государство» тебе надо уравновесить.

Мы должны пройти внутренне, психологически, потому что наш путь лежит не в физической сфере. То, что внутри нас, отражается вовне. А внутри нас различные полярные энергии, или, как мы их называем, дуальные субличности.

Одна субличность говорит: «Иди на занятие!», другая: «Не иди». Эти субличности и представляют собой созданные нами же психические образования или энергии. Эти энергии дуальны и находятся в состоянии борьбы, постоянно создавая внутренние напряжение.

Допустим, я еду на автомобиле и мне надо проехать посередине ворот. Одна моя рука тянет руль вправо, другая — влево, балансируя им. Колебания руля будут, но я выдерживаю нужную мне траекторию движения. Это аналогия движения по внутреннему пространству.

У каждого свои ворота — двойственности. Когда он проходит одни ворота, ему устанавливают следующие. Одни ворота — для прохождения зачета. Следующие за ними — для экзамена. Если ты научился чему-то на зачетах, то теперь можешь сдать экзамен.

Основные «ворота» человечества — это то, что называется «материальное и духовное», «зло и добро». Это глобальная двойственность, порождающая остальные.

— *Что контролирует нашу психическую энергию? Инстинкты? Ум? Разум?*

— Мы имеем здесь три тела: физическое, эмоциональное и ментальное. Их надо согласовать, и тогда Душа сможет полностью и целостно проявиться в этом мире. Основные уроки этой реальности связаны именно с наработкой и согласованием этих трех тел.

Жизнь и смерть

Чего люди боятся больше всего? К чему в конечном счете сводятся все их страхи? Страхи личности сводятся

к потере привычного образа себя, а страхи тела — к его потере или увечьям. Потерять тело страшно, потому что человек считает, что с потерей тела он теряет свою жизнь.

Если в этой реальности я отождествляю себя с телом, то боюсь боли, увечий, заболеваний и наконец смерти. С такой позиции Душа — это что-то абстрактное. Причем отношение к ней очень разное. У одного — как к девице, невинность которой он боится потерять, у другого это то, что сатана может утащить в ад. Душа для многих что-то абстрактное, находящееся неизвестно где, в отличие от тела, которое создает реальную реальность. А что же мы есть на самом деле?

Если я отождествляю себя с телом, то понимаю, что рано или поздно тело умрет. Все знают, что смерти тела избежать невозможно. Очень богатые люди готовы даже замораживать свое тело, продляя его жизнь. Почему они так суетятся по этому поводу? Потому что нет правильного ответа на вопрос: кто я? Если я тело, то рано или поздно я умру, никуда от этого не деться. С этой мыслью мы и живем.

— *Мне мама на днях сказала, что я не сумела прожить свою жизнь хорошо, что молодость прошла и жизнь кончена.*

— Жизнь не удалась, единственное, что осталось, — это вырастить детей и умереть. Смотрите, это реальная реальность, так живут люди. Посмотрите, что происходит у вас. Если человек воспринимает жизнь именно так, а твоя мама так ее воспринимает, потому что она говорит тебе о себе, то такова ее жизнь. Как мы воспринимаем жизнь, такую жизнь мы и имеем.

Посмотрите, жизнь большинства людей расценивается таким образом, что надо побольше нахватать, выполнить какую-то определенную программу, а потом умереть. А что за смертью — неизвестно. У меня есть реальная реальность, и в ней у меня есть дом, дети, которые орут, муж, с которым я никак не могу найти общий язык, набор проблем, с которыми я ношусь, как сумасшедшая, а потом смерть. А что такое смерть? А что такое жизнь?

Жизнь — это одна сторона медали, а смерть — это ее другая сторона. Большинство людей цепляются только за

одну ее сторону и боятся противоположной. Допускаем ли мы вообще присутствие смерти в собственной жизни? Или считаем, что это то, что когда-то со мной произойдет и мое тело уйдет, а что дальше я не знаю. Каково ваше отношение к смерти?

— *Страха, по крайней мере, никакого.*

— Вы хотите смерти, не хотите ее или вам все равно? Если все равно, то я вам сейчас предложу прыгнуть с 9 этажа.

— *Сейчас я, наверное, не прыгну.*

—Если вам все равно, то какая разница, почему не сейчас?

— *Сейчас уже есть то, что держит.*

— Когда вы стоите на краю обрыва, то оказывается, что есть то, что вас удерживает.

—*Я уверена, что моя жизнь изменится.*

— Вас держит будущее или вас держит прошлое?

— *Будущее. Прошлое меня не держит абсолютно никак.*

— Вы знаете свое будущее, которое, как вы говорите, вас держит?

— *Я могу предположить*.

— Можете предположить, а можете и не предполагать. Зато прошлое вы точно знаете.

— *Точно знаю.*

— Так вас держит то, что вы можете предположить, или то, что вы уже знаете?

— *То, что я точно знаю, меня абсолютно не держит.*

— Тогда прыгайте.

— *Так я же имею будущее.*

— Так это и есть ваше будущее. Вы полетите. Вы же этого хотели. Я вам предлагаю полетать. Вы пролетите до первого этажа.

— *Это как в анекдоте. Верю, верю, Господи. Но отпускает руки и кричит: «Люди, держите меня».*

— Вот и смотрите, как интересно получается. Сколько у нас всяких идей и мыслей, которые мы даже не сознаем, а начинаем их сознавать, только когда стоим на краю. До этого у нас все в порядке, все замечательно.

Теперь понятно, почему нужно подойти к краю. Когда ходишь около края, оказывается, что ты ничего не осознаешь. И только подойдя к краю, ты можешь вдруг понять

свое отношение к тому, что такое смерть. А что после так называемой смерти? У вас есть какие-нибудь предположения по поводу этого?

— *Это жизнь Духа*.

— А вы кто?

— *Я часть огромного Духа.*

— Так почему вам прямо сейчас не перейти в Дух? Мы ведь занимаемся духовным развитием. А сейчас выяснили, что самый простой способ перейти в Дух — это умереть. Мы тут мучаемся с этим телом, никак не поймем что к чему, а тут прыгнул — и сразу в Дух перешел. Вот вам экстримы духовного развития.

— *Дух не развит, слаб.*

— Дух слаб? Ваш дух слаб?

— *Нет, не мой, я говорю в общем.*

— Я говорю про вас, а вы говорите о переходе в Дух. Я пытаюсь понять, что такое Дух. Вы говорите, что это что-то большое, а теперь выясняется, что он у вас слабый и немощный.

— *Он пришел за опытом, но еще не получил все эти опыты*.

— Значит, если вы сейчас умрете, то ваш Дух так и недополучит опыта и будет плакать.

— *Я ужасно боюсь смерти, именно смерти тела. И еще, человек, который родился в теле, может что-то изменить или какие-то свои задачи выполнить для того же Бога, живя в теле. Когда он теряет тело, он больше ничего сделать не может.*

— Так вы кто? Вы тело, которое умрет, и Дух, которому нужно здесь что-то выполнить. При этом пока вы все еще не представляете, что же ему нужно выполнить. Вы можете это не выполнить или выполнить не так, как это нужно, и умрете в муках, и будете мучиться до бесконечности. И, не дай бог, еще в ад попадете.

— *А куда же еще, в рай попадут те, кто в монастыре.*

— Смотрите, для вас есть ад, в который может попасть человек за грехи, и есть рай для святых, которые живут в монастыре, не пьют, не едят, не трахаются. Это ваша реальность.

— *Зря вы здесь смеялись.*

— А почему вы себе не позволите посмеяться?

— *Это серьезные вопросы.*

— Да, я обратил внимание, вы все время очень серьезная.

— *Я пытаюсь понять, раз я сюда пришла.*

ОПЫТ И ЕГО ПРОЖИВАНИЕ

Сопротивление

— *Бывают такие ситуации, когда забываешь то, что не хочешь помнить. Но при этом настоящего забывания не происходит. Где-то эта информация существует. Почему-то она находится вроде бы не в памяти, а под ней, где-то в каком-то слое, из которого она действует на человека, доводя его подчас до психических расстройств. Причем человек не знает, что он в принципе это помнит. Ему кажется, что он не помнит.*

— Возьмем компьютер. У него есть монитор, на который выводится информация. Допустим, у меня в компьютере большая память с огромным количеством информации, но сейчас на монитор я вывожу какую-то определенную ее часть. При этом большая часть всей информации содержится в памяти и не выводится на монитор.

Теперь возьмем человека. Ум имеет такой же монитор, и его можно назвать сознанием, на него выводится информация, которая сознается человеком. В психологии существует понятие бессознательного. Это то, что записано в компьютер человека, но по определенным причинам не является сознательным. Бессознательное можно рассматривать как то, что человек забыл.

— *Вопрос в том, почему не стерлось то, что человек хотел стереть в силу тяжести переживаний, связанных с какими-то событиями. Ведь был же запрос на то, чтобы забыть.*

— Мы уже неоднократно говорили, что Душа приходит сюда для получения опыта. Для того чтобы этот опыт получить, человек попадает в определенные ситуации, входит в определенные взаимодействия. Так как ум является запи-

сывающим устройством и регистрирует все, что происходит с человеком, то естественно в него записывается весь его опыт, но часть его вытесняется из сознания в подсознание. Вытесняется именно болевой, травматический опыт.

В процессе жизни человек получает противоречивый опыт. Что мы хотим стереть, как вы выражаетесь? Это то, что нам не нравится. Но кому «нам» не нравится? Это какому-то фрагменту вашего ума не нравится противоположный фрагмент. Но оба этих противоположных фрагмента есть ваш опыт.

Но так как эти опыты противоположны, то они борются друг с другом. Так называемый хороший опыт вытесняет так называемый плохой опыт в подсознание. Таким образом, поддерживается внутреннее разделение психики человека, т.е. его нецелостность.

Стать целостным можно, только интегрировав противоположные опыты в самом себе. Поэтому имеющийся у вас опыт надо интегрировать, а не стирать. Хорошо известно, что нечто новое появляется как результат сочетания противоположных вещей. Например, мужчина и женщина — два противоположных полюса. Они сходятся — и у них рождается ребенок, несущий в себе что-то от первого и от второго. Так вот в данном случае — это то же самое.

— В таком случае любая информация остается нестираемой?

— Она не может стереться. Но вы можете изменить свое отношение к ней. Речь, как я понимаю, идет о событиях, несущих сильные отрицательные эмоции. Все зависит от отношения к тому, что происходит. Не так ли? Поэтому надо не стирать некое событие, которое вы не можете стереть из своей памяти, а изменить отношение к нему, т.е. увидеть его с другой точки зрения. Этим мы и занимаемся.

Рост сознания — это переход на более высокий уровень ви́дения происходящего. Обычно ты видишь свою жизнь или некий ее период как череду, так называемых, плохих и хороших ситуаций. Плохие ты хочешь стереть из памяти, а хорошие оставить. Если ты выходишь за пределы такого дуального восприятия, то можешь увидеть хорошее как плохое, а плохое как хорошее. Потом ты понимаешь, что плохое и хорошее — просто условные понятия, и тогда все

события твоей жизни складываются в единую картинку, мозаику, и ты получаешь озарение и понимание полученного тобой опыта.

Ты интегрировал свой опыт, он стал целым, а не фрагментарным. До этого ты просто его набирал, разделяя на положительный и отрицательный. Но ты его набирал для того, чтобы соединить. Это и есть твоя задача, с которой ты сюда пришел. Ты можешь уйти из жизни, так ничего и не поняв, поимев кучу противоречивых фрагментов опыта, к которым у тебя разное отношение в силу твоего непонимания происходящего. Но когда ты выходишь на более высокий уровень осознания себя, т.е. своего опыта, то вдруг видишь, как необходимо все, что было, как все это было нужно, для того чтобы ты понял сейчас то, что ты понял.

— *Есть ситуации, которые я не могу переосмыслить. Даже представить себе этого не могу.*

— Это говорит только о том, что тот уровень восприятия, на котором вы сейчас находитесь, не позволяет это сделать.

— *Может быть.*

— Может быть или так? Вы мне задали вопрос, и я отвечаю на него. Я дал вам ответ на самом деле. Но вы опять можете настаивать на том, что вас этот ответ не устраивает, значит, вы просто отбросили то, что я сказал.

Тогда у меня возникает вопрос: «А хотите ли вы это понять?» Или вы хотите услышать что-то, что соответствует вашему взгляду? Но если вы сейчас услышите то, что соответствует вашему взгляду, то опять ничего не поймете. Для того чтобы понять, вам надо выйти на более высокий уровень самоосознания. Только тогда то, что происходило, будет понято более целостно.

— *Можете дать технику забывания?*

— Почему вы хотите забыть свой опыт? Что вы делаете таким образом? Вы убиваете часть себя. Это все равно что взять и вырезать кусок из реки. Я вообще не представляю, как это можно сделать. Но тем самым река теряет непрерывность и перестает быть рекой. Тогда она становится набором болот.

Если мы засыплем землей некоторые участки реки, то получим много болот. Там нет протока, нет движения. Вы

хотите сделать со своим внутренним миром такую же операцию?

— *Я хочу, чтобы он на меня не давил.*

— Вы это уже и сделали. Вы поставили ряд плотин в реке своего процесса жизни, и теперь у вас начинают загнивать какие-то участки. Я имею в виду: психологически загнивать, хотя это может перейти и на физическое тело. То есть опыт не используется, а все, что не используется, начинает гнить.

Я это рассказываю сейчас образно, для того чтобы было понятно, что есть и как с этим поступать. То, что мы здесь делаем, очень связано с практическим решением того, о чем вы сейчас говорите.

— *Но мне просто не удается применить это к своему случаю.*

— Не удается по той причине, что вы этому сопротивляетесь. Посмотрите, здесь есть разные люди, которые это применяют. Поговорите с ними.

— *Но у них свои ситуации.*

— Неважно. Я говорю о принципе. Этот принцип используется другими людьми, и они получают результаты. И вы можете поговорить с ними. Коли вам это тоже говорится, но практического результата вы не получаете, то вы этого не делаете.

Я могу очень четко и ясно объяснить, например, как открыть кран, чтобы текла вода. Но человек не хочет этого делать, и он не открывает кран, но при этом говорит, что не понимает, о чем идет речь.

Я не настолько глуп, чтобы по десять раз объяснять одно и то же человеку, который на самом деле не хочет это понимать. Я с этим встречался очень много раз. Именно в эту ловушку меня часто пытаются поймать. Меня просят объяснять еще раз, и еще раз, и еще раз, при этом не используют то, о чем я говорю.

— *Может быть, в таких случаях надо конкретно разбирать ситуацию, а не говорить общими фразами.*

— Мы все время делаем это. Разбираем и общие принципы, и конкретные ситуации. Каждый здесь имеет возможность предложить такую конкретную ситуацию, и мы начнем ее разбирать.

— Конкретно это выглядит так. У меня в памяти застряла та болезнь, которую я перенесла. И тот страх перед болезнью мешает мне все время. Я не могу от него избавиться. И вы все это замечали. Я боюсь того прошлого, которое осталось в памяти, и ничего не могу с этим сделать.

— Но если вы сейчас будете говорить, что ничего не можете с этим сделать, то вы ничего и не сделаете.

— Это я просто вам объясняю.

— Нет. Это очень существенный момент. Это и есть та защита, которая стоит на этом опыте. И пока вы будете утверждать, что ничего не можете с ней сделать, я могу предложить вам тысячу способов, как с этим можно что-то сделать, но вы все их отторгнете. Потому что у вас стоит защита: «Я ничего не могу с этим сделать».

Первое, с чего нужно начать, это снять эту защиту. Можете вы это сделать?

— Наверное. Только как?

— Не надо «как». «Как» будет дальше. Сейчас — хотите вы этого или нет?

— Нет. Я хочу.

— Почему «нет, я хочу»? Посмотрите, фраза начинается с отрицания.

— Это на подсознательном уровне. Ты отрицаешь всю последующую фразу, т.е. по сути все, что ты хочешь сказать.

— Давайте посмотрим так. Если человек на чем-то настаивает, то он от этого получает прибыль, выигрыш. Какой выигрыш вы получаете от того, что говорите о невозможности изменений своего состояния, своей болезни. Значит, эта болезнь приносит вам некие преимущества.

— Я хотела бы уточнить: не сама болезнь, а страх перед ней.

— Ваша личностная программа связана с двумя аспектами: первый — негативный, второй — позитивный. Например, некоторые настаивают на том, чтобы иметь болезнь, потому что таким образом они входят во взаимоотношения с другими людьми. Они используют эту болезнь для того, чтобы получать то, что им нужно. Например, бесплатные лекарства или определенные отношения, которые они не могут, как считают, получить по-другому.

Они говорят: «Я болен, а ты так плохо ко мне относишься? Кричишь на меня. Мне и так плохо. Что ты делаешь? Ты хочешь меня погубить?» Они начинают давить на жалость и таким образом добиваются того, чего хотят. Но при этом оба мучаются. Такая ситуация весьма тяжела для обоих. Но оба могут привыкнуть к ней, а, как мы знаем, привычка имеет очень большую инерцию.

Нужно отбросить эту привычку. Но они уже настолько привыкли к ней, что не хотят этого. Они могут говорить, что хотят, но не делают этого. Это можно назвать позитивным аспектом. Негативный аспект заключается в том, что человек живет в постоянном страхе.

— *Позитивного я не заметила, а негативный ясно виден.*

— То, что мы называем перепроживанием своего прошлого опыта, это изменение отношения к нему. Например, кто-то вас очень сильно ударил и оскорбил. Можно воспроизвести эту ситуацию, но уже четко понимая, что это игра, в которой каждый из вас получил то, что хотела одна из его внутренних частей.

Подбирается актер, который соответствует образу того человека, вы входите в эту ситуацию, но, уже четко зная, для чего. Для того чтобы перепрожить и интегрировать тот опыт, а не отбросить его. И это работает. Но если вы боитесь к этому прикоснуться, то не позволяете этому совершиться.

— *Но я же могу снова войти в болезнь.*

— Для того чтобы что-то перепрограммировать, нужно опять вернуться туда, в тот момент времени, где это было запрограммировано. Вернуться туда и изменить эту программу. Иначе она действует.

Возьмем опять для примера компьютер. Вы поставили программу, и всякий раз, когда повторяется выражение «я болен», у вас возникают симптомы болезни. А вы уже забыли, что приняли это правило, но оно действует до тех пор, пока не будет отменено. Вам нужно вспомнить, что вы это сделали, и отменить его.

— *Какое правило я приняла?*

— Что такое компьютерная программа? Это свод правил, согласно которым работает программа. Кто создает

эти программы? Программист. Он может какое-то правило убрать и заменить его другим. Но допустим, что это программист, страдающий амнезией. Он принял десять правил, а потом о них забыл, но они продолжают работать. И он очень удивляется: что это такое, перегрузка памяти, сбой, откуда это взялось?

Он забыл, что сам составил программу так, что это должно появляться, программа просто выполняет правила, и все. Так вот, чтобы больше этого не было, он должен вспомнить то, какие правила он задал, и отменить их.

Мы исходим из того, что болезнь явилась своего рода нашей работой. На каком-то более раннем этапе мы запрограммировали себе болезнь. Но вернуться надо не в тот период, когда она возникла, а еще раньше, отойти подальше и посмотреть, чем же она была вызвана.

— А это возможно? Допустим, возникает какое-то серьезное заболевание и есть возможность вернуться к тому моменту и понять, что вызвало это заболевание. И что будет толчком к пониманию того, что ты на правильном пути? Он же может привести массу причин, способствовавших возникновению этой болезни.

— Дело в том, что если мы что-то программируем или создаем, то это создается, потому что ничего лучшего в тот момент мы не могли сделать. Если вы что-то создали, то это было лучшее на тот момент из того, что вы могли сделать. Ничего другого тогда вы не могли придумать. На том уровне сознания, на котором вы находились, это было то лучшее, что вы могли сделать, и вы это сделали. Но сейчас вы находитесь на другом уровне сознания, где видите, что тогда вы могли сделать нечто лучшее, чем то, что сделали.

Вы возвращаетесь туда и перепрограммируете. Может быть так, что вам это не удастся. Тогда можно сказать так, что эта программа заложена вашей Душой для того, чтобы получать определенный опыт. Допустим, если Ларисина душа вошла сюда для того, чтобы получить опыт сопротивления и связанные с ним следствия, такие как болезни и все остальное, то тогда это тот опыт, который она хотела получить.

— Получила. Может, хватит уже?

— Тогда не должно быть больше сопротивления. Но мы видим это сопротивление. Человек может привыкнуть получать какой-то опыт, который ему уже не нужен, но он продолжает и продолжает его накапливать. Мы видим, что все время делает Лариса: она повторяет опыт сопротивления, она его вызывает.

Я могу сейчас рассмотреть ситуацию, в которой происходит вызывание опыта сопротивления. Чтобы сопротивляться, ей нужен кто-то, по отношению к кому или чему она будет это делать. Тогда ее тактика весьма правильна. Она задает мне какой-то вопрос, связанный с тем, что хочет якобы от чего-то избавиться. Но что бы я ей ни говорил, она будет этому сопротивляться. И она получает опять свой опыт сопротивления, т.е. получает именно то, что хочет.

Я могу допустить, что на самом деле какая-то часть ее уже не хочет этого, но либо эта часть очень слаба, либо это просто уловка, для того чтобы опять вызвать кого-то на такое взаимодействие и начать сопротивляться.

— *Что-то я не поняла.*

— Мы продолжаем.

— *Нет, не в этом дело. Я не продолжаю, а пытаюсь ухватить какой-то момент ускользающий.*

— *Возможно, для Ларисы это попытка прыжка через две ступеньки — ухватить смысл происходящего. Мое мнение, что первая ступенька — это просто принять все, что тебе говорят.*

— Она не умеет принимать. Она умеет сопротивляться. Это противоположная грань. Она вообще не знакома с опытом принятия. Возможно, она хочет его, иначе не ходила бы сюда столько времени. Но опыт сопротивления столь велик, так наработан, что опыт принятия очень тяжело входит. Нельзя сказать, что его нет совсем. Она очень изменилась за это время. То, какая она пришла вначале, это было стопроцентное сопротивление.

Перепроживание своего прошлого

Сплошь и рядом сексуальность используется для унижения, наказания и усиления гордыни. Эго начинает доказывать другому эго с помощью сексуальных отношений,

что оно важнее и лучше. Люди вступают в сексуальные отношения с огромным количеством таких мотивов. И на этом очень часто строятся и продолжаются их отношения. Именно на этом и ни на чем-то другом. Там подчас нет даже физического притяжения, но есть эгоизм, желание доказать и унизить кого-то, тем самым возвысить свое эго.

— *Меня изнасиловали под страхом смерти. Я помню, что в момент насилия были приятные моменты. Потом было судебное разбирательство, и был установлен факт изнасилования. У меня есть чувство вины за то, что этот человек сидит.*

— Все люди разные, и кому-то нравится, чтобы у него перед носом водили пистолетом или ножом, он от этого возбуждается. Они оба идут на это, но потом могут поссориться, потому что сам тип таких отношений не предполагает безусловную любовь. И если они поссорятся, то кто-то из них представит это как изнасилование. И по закону это будет так, потому что он держал оружие и угрожал тебе. А то, что им обоим это нравится, других об этом в известность не ставят.

Если рассматривать то, что было с тобой, с формальной точки зрения, то это было изнасилование. Если бы ты не испытала удовольствие, а только боль и страх, у тебя бы сейчас не возникало вопроса о том, было ли это изнасилованием.

— *Теперь у меня есть опасения, что этот человек может снова появиться в моей жизни. Может, я привлекаю каким-то образом к себе эту опасность.*

— Что в тебе привлекает эту опасность? Страх. Сейчас ты заговорила об этом именно в силу того, что страх возник. Когда мы находимся в состоянии страха, а он превалирует в такого рода отношениях, то на этих вибрациях и притягиваются соответствующие люди и обстоятельства. Попробуй сейчас извлечь из этого основное.

Основным является видение того, что ты испытываешь страх. Этот страх начинает притягивать соответствующие обстоятельства. Вариации на эту тему будут связаны с тем, на чем зафиксирован твой страх. Какое чувство ты испытываешь, говоря об этом?

— *Готовность встретиться с ним и все ему объяснить.*

— Если ты хочешь сейчас принять все, что с ним связано, то тебе совершенно незачем встречаться с ним физически. Ты это можешь сделать прямо сейчас. Перепроживи ту ситуацию, видя ее целостно, т.е. понимая, что вы разыграли спектакль, которого хотели и он, и ты.

Страх привлекает страх, насилие привлекает насилие. Если ты хочешь закончить с этой ситуацией, то достаточно сделать это сейчас. Зачем тебе ее продолжать? Зачем жить в ожидании? Это делается прямо сейчас. Выведи себя из той ситуации. Ты можешь это сделать, потому что ты — другая сейчас, ты уже осознаешь многое, что тогда не осознавала. Ты такая, какая ты сейчас есть, с тем осознанием, которое у тебя есть, вытаскиваешь оттуда ту себя, которая тогда была такой, какой была, сделавшей то, что она тогда хотела сделать.

Каждый из нас «растянут во времени», и чем больше у нас осознания на данный момент времени, тем большее влияние мы можем оказать на все прошлые ситуации и самого себя в этих ситуациях. Осознание, достигнутое в данный момент, мгновенно вызывает целую волну изменений по всей линии времени.

Каждое наше осознание в данный момент времени порождает волну, которая «захлестывает» все, что было с нами в прошлом. Потому что в настоящий момент существует и прошлое, и будущее. На нас в настоящий момент оказывает влияние и прошлое, и будущее. Ты такая, какая ты будешь дальше, уже оказываешь влияние на себя ту, которая ты есть сейчас.

И то осознание, которое сейчас ты имеешь, дается тебе тобой из будущего. Потому что ты будущая тоже сейчас существуешь. И если она не деградировала, а эволюционировала, то в свою очередь оказывает на тебя сейчас влияние, как ты оказываешь влияние на себя прошлую. Все связано.

— Мне не понятно, как я могу оказать влияние на ту, прошлую, Свету.

— Та прошлая Света находится в тебе. Ты сейчас вспомнила прошлый фрагмент себя, ты его помнишь. Это тоже ты. Теперь ты осознаешь эту прошлую себя и ситуацию, в которой ты находилась, и тем самым ты ее в себе меняешь. Она уже там не такая, как была, и вся цепь событий ме-

няется. Многие люди говорят, что то, что было в прошлом, нельзя изменить, но это не так.

— *Факт состоявшийся, событие не может исчезнуть.*

— Прошлая ситуация может быть переписана, изменена. Света сейчас это и делает.

— *Нельзя изменить реальные события прошлого, можно только изменить отношение к ним.*

— Я не могу сказать больше, чем то, что уже сказал. У тебя зашкаливает ум, привыкший воспринимать все так, как он привык воспринимать. Если ты хочешь оставаться в этих представлениях, то оставайся.

Возможно очень многое из того, что для обусловленного ума кажется невозможным. Ты сама создаешь свой мир. И если в твоем мире возможно только так и ты поражаешься необычному, то в твоем мире так и будет. Если же ты допускаешь возможность, о которой я говорил, то будет по-другому.

Все ограничения, которые существуют, это ограничения, созданные нашим обусловленным умом. Я просто снимаю сейчас некоторые ограничения, которые привычно считать объективной реальностью, и показываю, что может быть по-другому. Для того, кто это увидит, почувствует и начнет действовать в соответствии с таким взглядом, все будет действительно по-другому. Для того, кто этого не сделает, все останется так, как было.

Мы получаем некий опыт, для того чтобы его переосмыслить и понять. Ничего в нашей жизни случайно не происходит. Но это может так и остаться в вашем восприятии как случайность, если вы не начнете выходить на уровень самоосознания.

— *А не является ли это еще и возвратом энергии?*

— Конечно. Когда мы перепросматриваем, перепроживаем некое событие своей жизни, то забираем оттуда энергию, которая там застряла. Там начинается движение этой энергии.

Что такое стоп-кадр? Это когда что-то остановилось. Та Света, находясь в том моменте времени, так и застряла в нем, не понимая, что находится в страхе. Та девочка находится в страхе и застряла в этом состоянии. Она существует на том кольце времени в таком состоянии. Теперь ты, на-

ходясь в другом кольце времени, возвращаешься к ней, т.е. к самой себе прошлой, и выводишь ее из состояния, в котором она там застряла. Там она была заперта в страхе.

Ты, пройдя определенный путь, теперь уже можешь помочь ей. Так мы помогаем сами себе. Это не абстрактная фраза: «Помоги себе сам». Мы сейчас видим, как это конкретно происходит.

Изменение себя во времени

— У меня был вопрос насчет сохранения памяти, когда мы начинаем трансформироваться, осознавать и переживать. Получается, что наша личность в какой-то степени меняется, и мы переживаем в определенном смысле смерть, становимся совсем другими. При этом сохраняется память или мы ее отбрасываем?

— Сохраняется. Возьмем Хроники Акаши. Это некий банк, в котором записано все, что было на Земле, каждое малейшее движение любого существа, мысль, чувство, поступок, все. Такие же Хроники Акаши есть для каждого человека как некая программа в компьютере. Эту программу можно менять, ее можно совершенствовать. И тогда аспект программы, который мы изменили, отражается на всей программе: она совершенствуется. Но запись о старой программе тоже существует.

— Она откладывается в банк, и мы от какой-то части ее освобождаемся?

— Она становится чем-то, чем мы уже не пользуемся. Это просто было. Как будто мы сделали курсовую работу, для того чтобы закончить какой-то этап образования. Она есть, но мы ей больше не пользуемся. Мы пошли дальше.

— Вы обещали вернуться к теме воздействия будущего на прошлое. Обратный вариант можно не рассматривать, это и так понятно.

— Представьте шеренгу людей, стоящих друг за другом. Путь это будут сто человек. Первый стоящий начинает падать назад. Что будет с теми, кто сзади?

— Они упадут.

— Что явилось причиной этому?

— Толчок со стороны одного человека.

— Со стороны первого человека. Теперь первый начинает двигаться, а они связаны друг с другом. Что будет с последующими? Они все сделают шаг. Это и есть некая аналогия того, о чем я говорил.

— *Когда я пытаюсь это перевести на понятие времени, то у меня ничего не укладывается.*

— Твое привычное представление о времени никак не вписывается в это. Я тебе предлагаю аналогию. Если ты ее не примешь, то останешься при своих, что называется. Прими ее. Это новое видение времени.

— *Мы говорили о том, что все возможные сценарии сложены как бы в клубок. И в зависимости от того, как мы толкнем этот клубок, так он и начнет разматываться.*

— Смотри. Я сейчас опираюсь на твое представление о линейном времени. То есть каждое мгновение жизни — это какой-то человек, стоящий в цепочке. Ты прожила, скажем, миллиард секунд. Секунда — это некая ты в цепочке тебя же самой, растянутой во времени. Если хочешь, мы можем выделить в качестве периода час или сутки, месяц, год.

Мне сорок четыре года — сорок четыре Александра стоят в затылок друг другу: самый маленький, потом — побольше, побольше и так до самого большого, которому сорок четыре года. Если, скажем, я, тот которому сорок четыре года, делаю большой шаг вперед, то все остальные тоже испытывают определенные воздействия этого.

Например, двадцатый будет сопротивляться этому. Он просто так не хочет шагать. Но есть действие со стороны первого, и он не может его не чувствовать. Связку эту разбить невозможно.

— *Если произвести воздействие назад, то должно измениться принципиально и здесь что-то такое. Но как оно может измениться? Это выше моего понимания. Как это может измениться на физическом плане? Допустим, я в какой-то период времени болела. Что бы я сейчас ни делала, та болезнь была, и с ней ничего нельзя сделать.*

— Если ты считаешь, что с ней ничего нельзя сделать, то это говорит та, у которой эта болезнь возникла. В определенный период твоей жизни эта болезнь возникла. Она сопровождалась определенными обстоятельствами и закрепилась в представлении, что ее изменить уже нельзя.

И это представление о том, что ее уже изменить нельзя, передается каждому последующему «тебе» по цепочке времени. Так прошлое влияет на будущее.

Ты сейчас несешь состояние, что болезнь изменить нельзя, т.е. ранее в тебя была заложена определенная программа болезни и мысль о том, что ее изменить нельзя. Это как защита программы в компьютере. Есть программа, и есть защита от вторжения в нее. Формула «ее изменить нельзя» является защитой программы болезни. И она передается.

У тебя сейчас есть возможность снять эту защиту. Ее можно изменить. Это ключ доступа к программе. Если ты не открываешь этим ключом замок защиты программы, то программа будет присутствовать до того момента, пока ты не вскроешь ее и не изменишь.

— Но означает ли это, что этот факт сотрется из моей памяти?

— В определенный период времени ты можешь выйти на такой уровень осознания, что будешь способна войти в эту старую программу, открыв ее ключом доступа, и поменять ее. Если ты получила доступ к программе, то сможешь ее изменить, и она будет изменена там, где появилась.

— Я все время пытаюсь увязать это с памятью о событии.

— Все дело в том, что на твоей программе болезни стоит сильная защита, и она не допускает ее изменения. Если ты сейчас допустишь возможность ее изменения, то защита будет снята. Мгновенно. Если ты говоришь: «Я это допускаю», — но не просто говоришь, а принимаешь это, то защита будет снята.

Все то сопротивление и непонимание, которое мы сейчас наблюдаем в тебе, есть эта защита. Она многослойная. Ее можно открыть сразу несколькими ключами. Первый замок, который мы выявили: «Это изменить нельзя». Я говорю, что можно, и даю тебе ключ. Вставляй его и изменяй программу, открывай дверь.

Но у тебя моментально встает масса других дверей, которые находятся перед этой дверью: «Я не понимаю, что это такое. Я не могу представить, как это может быть, и т.д.» Это все защиты данной программы.

— Для меня это связано с изменением памяти. Это настолько глобально?

— То, что в компьютере можно изменить информацию и увеличить память, тебя это не удивляет?

— Нет.

— Можно поменять жесткий диск, можно загрузить новую информацию, можно расширить память. Можно?

Человеческий аппарат является таким же компьютером. А то, что является нашей сущностью, или Душой, просто пользуется этим аппаратом. Но если ты отождествилась со своим компьютером, т.е. ложной личностью и обусловленным умом, то боишься что-то с ними делать. Ты думаешь, что калечишь себя.

Это все равно что хирург, который боится вторгаться в органы: «Как? Разрезать палец? Невозможно». Хирурги спокойно режут тело, для них это привычная работа. То же самое можно делать со своим внутренним миром.

Память является психическим образованием, но это тоже материя. Есть материя физическая. Это тело. Как мы знаем, с телом можно делать разные вещи. Но это совершенно примитивный уровень по сравнению с тем, что можно делать на уровне ментальной материи.

Это тот же самый компьютер. Если ты видишь, что с компьютером это можно делать, и согласна с тем, что ум является тем же самым компьютером, но только более сложным, с такой же памятью, то с ним тоже можно делать многое.

— Могут возникнуть последствия, которые трудно учесть.

— Самое интересное, что с ним это делают. И делают больше всего именно с теми компьютерами, которые не осознают себя. Все компьютеры, или человеческие механизмы, подвергаются очень сильному воздействию.

Влияние общества — это их загрузка. Но помимо этого существует огромное количество невидимых влияний, которые оказывают различные существа, которые могут это делать совершенно элементарным образом.

В принципе, у человеческого существа изначально существует Божественная защита, т.е. то, что не позволяет никакому сознанию вторгнуться в сознание человека, если

оно этого не хочет само. Но та жизнь, которую ведет большинство людей, приводит к тому, что они эту защиту теряют. И поэтому с их сознанием можно творить все что угодно.

Осознание является укреплением этой защиты. Когда я обращаюсь к Единому Сознанию с просьбой изменить, трансформировать во мне что-то, то происходит операция. Они начинают это делать, и я открываю им доступ в свой компьютер «тело-ум».

Выбор смысла

— Я хочу узнать, в чем заключается конкретно моя жизненная задача, чтобы чувствовать осмысленность своего существования.

— Никто вам этого не скажет. А осмысленность своего существования вы будете чувствовать тогда, когда будете его чувствовать. Никто не скажет вам — кто вы, зачем вы, и не вложит смысл в то, что вы делаете, кроме вас самих. Во все, что делаем, мы сами вкладываем смысл. Вы можете обессмыслить любую из ваших ролей и наоборот. Но какой смысл вы в нее внесете, зависит от вас. Какой смысл вы внесете в свою роль — такой и получите опыт.

Точка зрения и ее переживание

— Всегда ли является практика критерием истины, и всегда ли так уж нужно испытывать все на своей шкуре, чтобы понять плохо это или хорошо? Или достаточно подключить свою мыслительную деятельность, фантазию, проиграв это все как, например, драматурги, писатели, и прийти к оптимальному решению? Некоторые говорят, что это невозможно, пока ты сам не прочувствуешь, не переживешь все.

— Жизнь — это не технический проект и не поиск оптимального решения какой-либо задачи. Жизнь — это переживания. Иначе вы опять уходите в сторону логики. С точки зрения логического ума надо найти оптимальное решение.

Я вам скажу, что оптимальным решением для жизни является смерть. Это полное оптимальное решение

того, что называется жизнью. Нет жизни — нет проблем, нет человека — нет проблем. Сталин именно так и говорил. С точки зрения дуальной логики он прав, потому что люди создают только проблемы. Поэтому лучше их умертвить.

— *Можно прогнозировать конкретно свою жизнь или жизнь своих близких в благоприятном режиме?*

— А что такое благоприятный режим? Что счастье для одного, ужас для другого. Ум не переживает. Он строит логические схемы мыслей и образов и создает иллюзию переживаний.

— *Когда начинаешь проживать ситуацию, то входишь в нее с определенным представлением, а когда выходишь из нее, то уже с другим. Получается, что вы, проиграв все в голове, считаете, что у вас есть опыт, а у вас его нет. А вы в полной уверенности, что что-то знаете, утверждаете это и держитесь за это.*

— Возникает вопрос: «Если у меня одна жизнь, то я могу прожить только ее?» Но мы здесь исходим из того, что на самом деле каждый из нас это — Вселенная. Поэтому все мы, присутствующие здесь, представлены и в вас, иначе бы вы никак не откликались на то, что говорю я или кто-то другой.

Поэтому каждый человек может быть интересен вам в том опыте, который он проживает. И вы смотрите на него как на себя в том варианте, когда этот опыт для вас главный. И так мы можем почувствовать любого человека. И в результате ваше сознание, ваши чувства, ваши телесные ощущения расширяются... Это все вы. Вы входите всюду, как к себе домой. Мир — это любящий ваш дом. Там много комнат. Куда захотели, туда и пошли.

— *Да, я согласен, что такая точка зрения продуктивна.*

— Это не просто точка зрения. То, чем я делюсь сейчас с вами, это пережитый мной опыт.

Смотрите. Есть разница между точкой зрения, что я люблю этого человека, и своим состоянием любви к нему? Вот вы смотрите на него и думаете: «Я могу его любить, но я могу его и ненавидеть, или я могу быть к нему равнодушен». Это все будет набор точек зрения.

Но теперь вы говорите: «Я хочу испытать вот эту точку зрения». Чтобы испытать точку зрения, нужно пережить ее. Если вы имеете точку зрения, что любите данного человека, то вы должны полюбить его. Эта точка зрения наполнится опытом переживания.

Сначала возникает какая-то точка зрения. Вы рассматриваете ситуацию. Допустим, у вас есть какая-то проблема. И вы рассматриваете, скажем, десять вариантов решения данной проблемы. Дальше вам надо окунуться в переживание, выбрав какую-то одну точку зрения на решение своей проблемы.

— *Но как? Все равно через опыт?*

— Да. Допустим, у вас было две точки зрения: прийти сюда или нет, остаться или уйти сразу. Вы выбрали точку зрения остаться и теперь проживаете ее. Если бы вы выбрали точку зрения поговорить со мной немного и уйти, то вы бы проживали уже другие состояния.

Точка зрения — это начало. Но дальше маршрут, который мы намечаем по карте нашей собственной жизни, насыщается опытом прохождения по нему, т.е. переживаниями.

Одно дело — знать маршрут, и совершенно другое — пройти по нему. Конечной точкой маршрута жизни в физическом плане является смерть, почему мы и смеялись, говоря, что это оптимальное решение жизни. Но если вы так подойдете к своей жизни, то вам надо родиться и сразу умереть. Потому что это оптимальное решение.

Но жизнь-то мало знать, ее надо пережить. Пойдете вы, например, к гадалке, и она вам скажет, что проживете вы 20 лет и то-то с вами будет... И что дальше?

— *Мне нужно уложиться в смерть?*

— Это то, во что вы всегда уложитесь. Смерть не спрашивает, она приходит. Допустим, вы знаете программу вашей дальнейшей жизни. Но вам же ее надо прожить.

Одно дело — знать сценарий фильма, и совершенно другое — пережить его. И если бы это было одно и то же, то вам не надо было бы ходить в кино и платить за это деньги. Вы просто спрашиваете человека, который побывал на нем, и он вам рассказывает.

РАЗДЕЛЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК

Непонимание

На самом деле то, что у вас есть, это лучшее, исходя из того, кем вы себя представляете. Человек всегда действует из лучшего, но оно же потом приводит его к худшему, и, если при этом он наблюдателен, то начинает понимать, что то, что он делал, чтобы прийти к счастью, не действует.

Все люди одинаково хотят любви, свободы, счастья, но у всех очень разные представления по поводу того, как этого достичь. Именно поэтому люди и не понимают друг друга.

Есть ли люди, которых вы не понимаете?

— *Есть например бомжи, маньяки-убийцы, да их очень много.*

— Да, людей, которых я не понимаю, много, но все они являются частью человечества, а человечество — это единый организм. Почему же я не понимаю что-то, что в нем происходит? Я могу сделать из этого вывод, что это я вижу не так, как они.

Если они что-то делают, то знают зачем, но при этом не понимают вас, того, который это не делает или делает по-другому. Получается, что есть большое количество людей, которых я не понимаю.

Я смотрю и вижу, что я не понимаю практически всех людей, а потом я вдруг прихожу к тому, что не понимаю самого себя. Это основной момент. Человек, находясь во сне, думает, что он все понимает, просто надо еще почитать немного книг, и все будет ясно. А это не так.

Оказывается, видение человека настроено на восприятие только одной стороны происходящего, а другая отторгается. Именно в связи с тем, что мной отторгается, я никак не могу понять свою собственную жизнь, которая включает и положительное, и отрицательное.

Почему со мной происходит то, что мне не нравится, то, чего я боюсь? Только по той причине, что я вижу нецелостно. Если я настойчивый исследователь, то всегда задаю себе главный вопрос: «Кто Я?» Ведь тот, которым я сейчас считаю себя, видит все только «правильно». Но пра-

вильно — значит частично, а все, что я не вижу, создает мне массу всяких проблем, наличие которых, находясь во сне, я считаю нормальным.

Я говорю, что сам определяю свою жизнь, но при этом имею представление о том, что большая часть ситуаций, возникающих в моей жизни, не зависит от меня. Как я могу соединить это противоречие? Так все или не все зависит от меня? Это основной вопрос.

Моя жизнь и есть «Я». Так вот интересно ли мне понять, что же я не принимаю в себе, почему я нецелостный? Тогда возникает следующий вопрос: «А какой я сейчас? Как мне начать движение к тому, чтобы стать целостным?»

Такие вопросы в обычной жизни не задают. Но даже при наличии ответов на них, они не будут восприняты тем, кто не имеет запроса к самоосознанию. Появление такого запроса связано с тем, что я начинаю видеть, что то, чем я считаю себя, является крайне фрагментарным, поэтому и мое видение крайне фрагментарно. Именно поэтому я и не могу принять ответственность за все происходящее в моей жизни, т.к. не считаю, что все, возникающее в ней, связано со мной.

Как увидеть состояние разделенности в себе?

— *Я все это понимаю, знаю.*

— Я все понимаю, знаю, все осознаю, но мне хреново.

— *Я не могу этого сказать, для меня это не имеет смысла*.

— А кто внесет смысл? Вам хреново, до предела хреново, а вы тут кокетничаете.

— *Наверное, вы правы, но я могу себя уговорить*.

— Вы именно это и делаете. Вам плохо. Вы прочувствуйте, что вам плохо, тогда вы прочувствуете и импульс к тому, с чем вы пришли сюда. Так как вам плохо, а вы в этом не признаетесь, то импульс понимания своего истинного намерения у вас слабый.

Но если вы скажете: «Мне так плохо, и я ничего не понимаю», — то оттолкнувшись от своего непонимания начнете двигаться к пониманию. Но такое движение начнет-

ся только в тот момент, когда вы признаете то, в чем сейчас находитесь.

Вы не хотите видеть того, в чем сейчас находитесь, но тогда вам не от чего оттолкнуться, тогда импульс слаб, тогда вы как спринтер, который пытается оттолкнуться от воды. Так сделайте свою опору прочной. А это можно сделать, только признав то, что есть сейчас, так, как оно есть. Тогда вы стартуете.

— *Сейчас мне хреново.*

— Да, вам хреново. Прочувствуйте, что вам очень хреново. Прочувствуйте то, что есть, так, как оно есть, потому что иначе нет возможности для следующего старта. Вы застряли в хреноватости, пытаясь ее прикрыть тем, что вы все знаете, осознаете, все вам понятно, а как хреново было, так оно и есть.

Если вы говорите, что все знаете, то вы ничего нового и не услышите. Что вы можете услышать нового, если вы уже все знаете? Для того, чтобы услышать новое, надо сказать: «Да, я не знаю». И только тогда вы стартуете к новому знанию.

Я прекрасно понимаю, что на каком-то уровне мы все все знаем, но на данном уровне линейного времени это не так. Поэтому переходить от одного знания к следующему знанию можно только увидев то, что ты есть сейчас. Иначе ты никак не можешь перейти.

— *Тогда мне нужно копаться в себе.*

— Вам не нужно копаться, вам нужно увидеть и признать свое состояние в данный момент.

— *Я, видимо, не могу перешагнуть сразу в состояние мастера*.

— Не надо заниматься самокопанием, это бег на месте. Вам надо увидеть свое состояние, оно болезненное, но именно потому, что вы его не хотите видеть. Все болезни тела тоже связаны с тем, что вы не видите какую- то часть себя. Но обычный человек в такой ситуации идет к врачу, чтобы тот его вылечил.

Он не берет ответственности за то, что создал сам, а хочет переложить ее на врача. Но ваши изменения начнутся с того, что вы будите готовы взять на себя ответственность за все, что вы создали. Вы начнете видеть, что именно вы

отвечаете за все, что вами создано. Если вы увидите, как вы создали болезнь, то сможете болезнь превратить в здоровье. Не врач, не психотерапевт, а вы.

— *Я все понимаю, но никак не могу увидеть*.

— Ваше сопротивление является следствием того, что вы не видите. Попробуйте выразить то, чему у вас сейчас идет сопротивление. Вы не принимаете то, что я говорю, у вас на все готовые фразы: «я знаю, я понимаю, я осознаю», а потом столь же готовая фраза, что ничего не меняется.

Что я говорил такого, чего вы не хотели знать, но сейчас готовы узнать?

— *Я слушала и считала, что ко мне это не относится, что это не для меня*.

— Тогда зачем вы здесь находитесь?

— *Это может относиться к кому-то из группы.*

— Я не говорю ничего такого, что не относилось бы к каждому здесь присутствующему. Все, что я говорю, каждое слово, относится ко всем вместе и к каждому в отдельности.

Смотрите, вы сразу сделали операцию отделения себя от меня и от группы. Именно поэтому вы считаете, что то, что я говорю, относится к кому-то, но не к вам. Вы отделили себя, вот суть вашего состояния, а это боль одиночества.

Все, что здесь говорится, относится к каждому: и ко мне, и к вам, к каждому. Мы идем вместе, в одной связке. Но если вы будете продолжать отделять себя от всех остальных, тогда непонятно, зачем вы здесь. Это и есть действие вашей сопротивляющейся части.

У вас есть импульс к единению, но ваша часть одиночества, отделенности очень сильная, и она не дает воспринимать то, что здесь говорится о единстве. Я знаю, что вы это знаете, но та часть, которая ориентирована на разделение, этого знать не хочет. Она хочет осуждать и бороться.

Если вы действительно хотите изменить ситуацию, вам надо создать очень сильное внутреннее намерение на единство. Провозгласить: Я есмь Единство, я есмь Целостность — и в соответствии с этим действовать. Об этом нужно говорить открытым текстом и согласно этим словам действовать. Это механизм творения.

Да, у вас есть мысль о том, что все едино, но она не действующая. Действующей она станет тогда, когда вы станете ее выражать и проявлять в действии. Так вы перейдете в состояние единства.

Что я здесь делаю? Я утверждаю единство, я утверждаю его для себя. Нужно сделать этот выбор, тогда вы увидите ту часть, которая действует из разделения. Вы начнете ее видеть, и это уже будет не самокопание, которое является только перетасовкой фрагментов ума. Это будет наблюдение без осуждения, позволяющее вам отчетливо видеть себя в целостности.

Тогда вы целостно увидите всю ситуацию, в которой находитесь, то есть саму себя на данный момент. Какая я есть сейчас? Если вы не знаете этого, то поддерживаете старое представление о себе, вы его продолжаете. Если вы создаете новое представление, например о единстве себя со всем внутри и снаружи, то уже из него начнете видеть разделенность как разделенность.

А сейчас вы не можете ее видеть, у вас нет точки зрения на разделенность. Точкой зрения будет противоположная сторона дуальности, т.е. единство. Из него вы сможете увидеть разделенность.

— Я могу поделиться тем, как это работает у меня. Если меня что-то раздражает, то я понимаю, что это я чувствую раздражение, я его признаю и спрашиваю себ,я почему я испытываю это состояние. Я вижу, что это из-за того, что я не могу что-то сказать. Для меня привычное состояние — не говорить. Тогда я вижу, что я в разделенности и недоверии. Но если я хочу быть в единстве, то я иду и говорю, что мне это не нравится, и у меня происходит взаимодействие.

Инь и ян

Люди не понимают самих себя. Упускается один из самых важных моментов понимания себя. Он заключается в том, что на данный момент человек представляет собой набор разных частей, причем противоречивых. Некоторые из них вообще не знают друг друга.

Человек напоминает большой дом с множеством жильцов и со всеми их отношениями друг с другом. Все это есть

в том, что человек называет своим «я». Если мы не будем видеть множественность и дуальность своих внутренних частей, то не сможем стать целостными.

В принципе, основной задачей просветления является собрать самого себя, как из множества фрагментов собирается картина. А если я не знаю, что это за картина, и если я не знаю, что являюсь набором фрагментов, то я не могу собрать себя. Для этого нам надо увидеть те элементы или части, из которых мы будем собирать самих себя. Но какие-то из этих фрагментов мы хотим видеть, а какие-то — нет. Но тогда мы не можем собрать себя.

Мы хотим видеть то, что считаем хорошим, и не хотим видеть то, что считает плохим. Но все это — мы. Интересный момент заключается в том, что на каждую так называемую хорошую часть нашей личности приходится противоположная, так называемая плохая. Потому и говорят, что наши достоинства являются продолжением наших недостатков. Таким образом, само собирание возможно только тогда, когда мы начинаем принимать самих себя такими, какие мы есть, т.е. разрешаем видеть в себе все: и то, что мы называем хорошим, и то, что называем плохим. Иначе ничего не получится.

Люди хотят развивать в себе только то, что они считают хорошим, правильным, одобряемым другими. Если человек пришел на духовный тренинг, то знает, что надо развивать любовь, принятие и т.д. Спрос рождает предложение, и многие предлагают именно это.

Развивая так называемое хорошее, вы тем самым усиливаете его противоположность, которая хочет проявиться, но вы сознательно ей не даете этого сделать, потому что считаете ее не соответствующей поставленным вами высоким целям. Искусство жизни в двойственной реальности заключается в уравновешивании противоположных сторон двойственностей. Это надо понимать.

Противоположная часть хочет выйти, тем самым создать равновесие. А человек все время стремится запасть только в одну сторону. Если ему удастся осознать и принять свои противоположные части личности, то он выходит за пределы данной двойственности. Он попадает в вертикаль, в точку, которая в треугольнике с вершиной

вверх соответствует верхнему углу, объединяющему два нижних.

Например, любовь и ненависть. Любовь, которая известна в этом мире, это двойственное чувство. Любовь переходит в ненависть, и наоборот. Если человек блокирует проявление ненависти, то не может освоить даже горизонтальный уровень этой энергии. Если он разрешает проявляться тому и другому, наблюдая за противоположностями в себе, его рано или поздно вытолкнет вверх, в ту точку, которая объединяет эту полярность.

Этот мир вышел из того, что не является разделенным. Поэтому нам надо собрать все двойственности, но собрать их можно только на том уровне сознания, где этих двойственностей нет. Осознание — это способ повышения уровня своего сознания и выхода за пределы двойственности. Но это невозможно, если ты их не интегрируешь в самом себе.

Их надо признать, увидеть и пережить одновременно. Любовь и ненависть пережить одновременно. Символ инь-ян — очень четкая модель того, что здесь происходит. В нем есть черная и белая части. В черной есть белая точка, а в белой — черная точка. Черное становится белым, а белое — черным. И такое взаимодействии полярностей происходит постоянно и во всем. Но можете ли вы это видеть прежде всего в своей личности?

Самоосознание

— У меня какая-то болезнь, связанная с тем, что обязательно должны работать радио и телевизор. Если я не занят, то обязательно что-то читаю: газету — все равно, какую, обложки, все, что попадает в поле моего зрения.

— У тебя все симптомы блуждающего ума. Есть люди, которые без конца едят, им становится не комфортно, если они что-нибудь не жуют. Ум — это аппарат, который создан для того, чтобы потреблять информацию. Если ты не управляешь своим умом, то это означает неконтролируемую ненасытность потребления информации. Это то, что воспитывается в людях.

— Зомбирование.

— Да. Это зомбирование. Их все время чем-нибудь занимают через телевизор, радио, газеты, книги. Неважно что, лишь бы шла какая-то информация.

— Это бегство от себя на периферию, на внешнее что-то, когда воспринимается внешний источник.

— Да. Это самый лучший способ, чтобы человек никогда с собой не встретился. Тебя просто нет. Потому что когда ты есть, ты знаешь, что тебе нужно, и движешься по жизни в соответствии с тем, что тебе нужно. Иначе это похоже на то, что ты вышел в море, не зная, куда надо плыть, лишь бы ветер был. Если нет ветра, ты начинаешь волноваться. А если есть ветер, то крутишься по одному и тому же кругу. Куда ты и зачем ты?

Праздному человеку все равно, ему лишь бы язык почесать и пузо набить. Больше ему ничего не нужно, ему все равно, с кем говорить, все равно, что есть. Если у человека есть цель, он хочет чего-то достичь, то не будет отвлекаться. Если тебе нужно пойти куда-то и сделать что-то, ты не будешь останавливаться на каждом перекрестке и разговаривать с каждым, кто к тебе пристает.

В нашем деле цель крайне важна. Если цель не понята или она отсутствует, то все это превращается в полную ерунду. Поэтому я все время напоминаю о том, что вам надо осознать свой запрос. Я предлагаю вам цель — стать целостным, осознающим и любящим существом. Если вы разделяете эту цель, то мы двигаемся вместе и получаем подарки осознания. Если наши цели различны, то долго мы вместе не пройдем.

Мне бы хотелось уточнить у тебя, чего ты хочешь от нашей совместной работы. Тебе прежде всего надо понять, что ты из себя сейчас представляешь. Какое из своих трех тел ты контролируешь: ментальное, эмоциональное, физическое?

Контролировать их можно, только когда ты их осознаешь. Если ты не осознаешь свои мысли, то они будут управлять тобой. Здесь все устроено так, что тебе в голову постоянно внедряют совершенно разные мысли. И ты становишься помойкой для самого разного рода мыслей, у тебя возникает несварение ума — тяжелое состояние, хочется блевать, что ты и делаешь.

Эти неконтролируемые выбросы — твои бесконечные рассказы — в принципе, это ментальная рвота. Хочешь ли ты устранить ее, ведь она крайне неприятна? Эта неконтролируемость ведет тебя к подобным людям, которые друг на друга блюют ментально, эмоционально и физически. Вообще это именно то, чем в основном занимаются люди, находящиеся во сне сознания: они блюют друг на друга. Но физическая рвота отслеживается, потому что считается некультурной, а эмоциональная и ментальная считается общепринятой.

— *У меня весь круг общения почти такой.*

— Так он и будет таким, потому что ты не контролируешь свой ум. К тебе притягиваются такие же, и создается среда, в которой это считается нормальным. На этом строятся отношения. Каждый из нас заслуживает того круга общения, который он создал в соответствии с уровнем своей неоосознанности.

Надо изменять свои привычки. Когда привычка повторяется, ты не можешь ее осознать. Для того чтобы осознать привычку, ты должен начать делать что-то наоборот. Если ты слишком много разговаривал, то надо прекратить разговаривать. Тогда она драматизируется, и ты начинаешь видеть ее механизм. Если ты видишь механизм, то можешь им управлять.

Но, как мы видим, это непросто. Приходится делать то, что непривычно. Обычный человек фактически состоит из привычек, его можно описать как механизм, имеющий те или иные способы механического действия, мыслей, эмоций и поступков. Больше ничего. Это просто робот.

Если он остается роботом, то только ленивый не будет им манипулировать. Осознанным человеком манипулировать невозможно, если он сам этого не захочет. Это и есть свобода. Другое название цели, которую я вам предлагаю: свобода. Ты свободен ровно настолько, насколько осознаешь себя.

Почему мы забываем себя?

Мы здесь находимся в состоянии забытья. Забытье нужно для того, чтобы совершить это путешествие сюда,

дабы узнать то, чем мы не являемся. Вселенная создана так, что каждый может получить то, что ему нужно. Почему мы выбрали эту столь непростую реальность, находящуюся в разделенности? Потому что мы вновь захотели пережить процесс вспоминания себя. Находясь в мире ином, в мире Единого сознания, мы пребываем в безусловной любви, но у нас возникает запрос на проживание противоположного опыта и мы воплощаемся на Земле.

В Старом Завете написано, что Адам и Ева жили припеваючи в раю. Но они съели запретный плод и были вынуждены покинуть этот рай. И это стало началом человеческой цивилизации. На самом деле это начало путешествия к самому себе, т.е. к сознанию Единства через сознание Разделенности.

Мир Единства — это безусловная любовь, бесконечная, безграничная. Возможно, вы испытывали это состояние. Там нет тебя как чего-то отделенного, ты полностью слит со всем, с этой любовью, безграничностью, бесконечностью, божественностью. И в этом состоянии вы можете находиться сколько вам угодно, до тех пор, пока не возникнет импульс выделиться, выйти из него и стать индивидуальностью.

Влияния

— *А как защититься от негативного влияния, которое...*

— Защищаться надо тому, кто боится. Почему вам нужно от чего-то защищаться?

— *Сейчас очень много говорят о всякого рода защитах.*

— Потому что большинство личностей находятся в состоянии разделенности и воспринимают мир как враждебный. Поэтому единственное, чем они озабочены, это как защититься. Я не предлагаю ни от чего защищаться. Я предлагаю находить то, чего вы так боитесь и от чего хотите защищаться в самом себе.

Ничто не может проникнуть в другого человека, если там нет аналогов этому. Я не могу вас напугать, если в вас нет страха. Я не могу посеять в вас сомнения, если в вас их нет. Я не могу обидеть вас, если в вас нет вины. Но если все

это в вас есть, то все равно — если не я, так кто-то другой это сделает. Может быть, даже и не специально.

Поэтому для ответа на вопрос, от чего вы хотите защищаться, прежде всего надо просмотреть наличие этого в самом себе. И пока вы в себе это не увидите и не трансформируете, так и будете в состоянии страха и постоянного поиска защиты.

Каждый из нас находится под влиянием очень разных воздействий. Под какими воздействиями вы находитесь?

— *Долг, моральные обязательства.*

— *Средства массовой информации.*

— На что они воздействуют?

— *Прежде всего на подсознание.*

— На ум, на чувства?

— *Прежде всего, на чувства, потому что вызывают агрессию. Обычно если включен телевизор и идет реклама или что-то такое, чего я не хочу воспринимать, то у меня появляется ощущение тошноты, раздражения и злобы. Еще воздействуют громкие звуки, например, мне не нравится, когда громко играет музыка или громко включен телевизор.*

— Смотри, мы сейчас переключаемся на то, что нам нравится или не нравится. Я спросил: «Под какими воздействиями мы находимся?»

— *Речевые, звуковые, воздействия от людей, их запахов...*

— Понятно. У нас есть пять органов чувств, и вы сейчас определяете воздействия, исходя из физического канала их восприятия. Но что это за воздействия? Было названо: средства массовой информации. Хорошо. Что еще?

— *Эмоциональные воздействия.*

— *Окружающая среда: температура, погодные условия.*

— *В первую очередь эмоциональные воздействия от окружающих.*

— Каких окружающих? На работе кто нас окружает?

— *Люди.*

— Хорошо. А кошки нас окружают?

— *Редко. В основном собаки.*

— Электроприборы. И очень сильно.

— *Радиоволны. Животные.*

— А Солнце оказывает влияние? А планеты? Вы столько всего перечислили и совершенно забыли планеты и звезды, которые нас окружают. Ведь именно они определяют главные влияния на человечество и конкретно на вас.

— *Они как фон воспринимаются.*

— Смотрите, каково наше восприятие! Скажем, мы замечаем влияния воды, ветра и т.п., а они-то чем вызваны? Если Солнце взорвется, что вообще будет? Вы перечислили, под какими влияниями находитесь, а о Солнце ничего не сказали. Почему вы главного не видите? Если Солнце взорвется, то средства массовой информации не будут вам докучать.

— *До недавнего времени меня очень сильно раздражал яркий солнечный свет.*

— Посмотрите, каково ваше восприятие! Оно исходит из того, что вас раздражает. Если на вас сядет комар, то все влияние Космоса для вас сведется к его хоботку. Мы считаем, что это единственное, что существует. А все остальное? Да мы его просто не видим. Очень характерная ситуация, показывающая диапазон настройки восприятия большинства людей.

— *Само собой разумеющееся не упоминается.*

— Какое же оно само собой разумеющееся?

— *Солнце — оно и есть Солнце.*

— Но когда я вам говорю, что если его не будет, то ничего не будет, — вы соглашаетесь. Но тогда его влияние является одним из самых сильных? Пики солнечной активности приводят к тому, что начинаются войны, ураганы и т.п. Изменение активности Луны приводит, например, к отливам и приливам, затоплениям и т.д.

— *А как мы можем вообще судить об этом? Это верование или концепция такая?*

— Это известно ученым, которые изучают физический мир. Посмотрите, какой хаос у вас в голове. Я поднял тему на самом деле крайне важную. Но ваш блуждающий ум даже не может сконцентрироваться на ней. Вы начинаете рассматривать какие-то вторичные вещи, основанные на приятии или неприязни к чему-то.

Это все равно, как если бы вы сделали физический прибор для измерения, а он вдруг начал бы вам выдавать, что сегодня плохо себя чувствует и поэтому отказывается работать. Вам нужен такой прибор?

Я начал разговор с того, что каждый из нас является энергией и входит во взаимодействие, понимает он это или нет, с огромным количеством различных энергий. Чем больше эти энергии, тем большее влияние они оказывают.

Одна из самых мощных энергий — это Солнце. Именно благодаря этой энергии вообще существует наша Солнечная система. Вы никогда об этом не задумывались? Ведь мы находимся в Солнечной системе. Бывает кухонное мышление, когда человек дальше кухонного стола ничего не видит и считает, что события на его кухонном столе являются глобальными.

Я не говорю, что это плохо или хорошо. Просто есть разные уровни мышления: на уровне улицы, нации, Земли, Галактики, Вселенной... Это очень разные мышления. И если человек находится на уровне кухонного мышления, то разговаривать с ним о стране бесполезно: он все сведет к расположению тарелок на столе. Но это характеризует его ум.

Ум, способный охватить восприятием Солнечную систему, почувствовать и понять влияние, которое оказывают различные планеты, сильно отличается от ума, который воспринимает влияния только того, что находится в пределах собственной комнаты.

Чем отличается ограниченный ум от ума неограниченного? Который из них может видеть другой? Ты можешь, например, сказать, что я буду делать дальше?

— *Нет.*

— А я могу сказать, что ты будешь делать дальше. А теперь представь, что я корыстный человек и хочу тебя использовать. Я знаю все кнопки, на которые можно нажать, чтобы ты стала делать то, что я хочу.

— *Это манипуляция.*

— Да. Так вот, более сложная система может манипулировать менее сложной, потому что она понимает устройство этой более простой системы. Твой ум сейчас представляет простую систему. Более сложный ум может ее просчитать. А если это еще и ум корыстный, эгоистический, то он будет использовать тебя в своих корыстных интересах.

Я даю тебе ответ на заданный тобой ранее вопрос: почему тебя все используют? Если ты хочешь использовать

других, в том случае, если это твоя цель, то тебе надо развивать свой ум, потому что он не позволяет тебе видеть то, что с тобой делают другие.

— *Если ты манипулируешь, то тем самым даешь добровольное согласие на то, что и тобой будут манипулировать.*

— Именно сфера чувств определяет духовность человека. Духовность, в моем понимании, это уровень безусловной любви. Если человек любит безусловно, т.е. любит по-настоящему, то вопроса об эгоистической манипуляции не возникает.

Кто обычно стремится быть захватчиком и иметь власть над другими людьми? Хитрый и властолюбивый. Когда закрыт эмоциональный центр, вопроса о безусловной любви вообще не возникает, и поэтому есть только манипуляция. И тот, кто более умный, в смысле хитрый, сможет легче манипулировать другим, более глупым.

— *Давайте определимся, кто такой умный человек. Умный — это хитрый, который может использовать ситуацию в своих целях, имея более широкое видение ситуации.*

— Есть глупые люди, а есть умные. Умные могут управлять глупыми.

— *Почему? Умный человек не станет управлять глупым.*

— Тебе надо развивать свой ум. Твой интеллект пока не позволяет тебе понять, о чем я говорю. А неразвитость эмоционального центра не позволяет почувствовать, почему я это говорю.

— *Что значит развивать ум?*

— Глупый от умного чем отличается?

— *Умением мыслить.*

— Да. Примитивный человек не способен к абстрактному мышлению. Абстрактное мышление — это мышление о том, чего ты непосредственно не видишь. Примитивный человек может говорить только о том, что он видит.

Абстракция — это способность манипулировать символом. Это работа с символами. Потому что слова, цифры, понятия — это символы. Умение манипулировать этими символами и есть свойство интеллекта. Ты не можешь понять то, что я делаю. Это одна из причин твоего сложного состояния.

ДУАЛЬНОСТЬ

Целостное понимание прекращает борьбу

— *Моя жена не понимает того, что я уже понял.*

— Посмотрите, как возникает конфликт. Конфликт — это столкновение противоположных точек зрения. Вы видите свое понимание, опираясь на свою жену, которая, как вы считаете, не понимает. Ваша жена отражает вам вашу противоположность.

Если не она, так другая, не другая, так третья будут делать то же самое до тех пор, пока вы не увидите, что то, на чем вы настаиваете и считаете, что понимаете, является только одной из двух противоположных позиций полярности. Если вы принимаете обе позиции, то гармонизируете себя и система противоположных взглядов уравновешивается.

Но пока эта система управляет вами, а не вы ею. Вы начнете управлять своей системой взглядов, когда примете противоположную точку зрения как тоже правильную. И тогда ваши представления о понимании будут совершенно другими. Они станут целостными.

Война противоположностей внутри и вне вас будет продолжаться до тех пор, пока вы не увидите взаимодействие полярностей. Не нужна вражда, нужно благодарение противоположному за его присутствие и гармонизацию ситуации. Тогда вы видите в себе оба противоположных взгляда и становитесь тем и другим одновременно.

— *Я знаю одну замечательную женщину, у которой не совсем благополучные дети.*

— Она такая замечательная, на фоне своих незамечательных детей.

— *Она находится в очень низком, задавленном состоянии.*

— Сейчас ваш ум говорит о высоком, опираясь на низкое. Это мышление в одной стороне полярности, из которой вытекает ваша убежденность в том, что вы правы. Правильным является и то, что вы считаете правильным, и противоположное этому одновременно. Если вы будете

видеть так, то увидите дуальность, о которой вы говорите, полностью. А увидеть что-то полностью, можно только выйдя из этого. То, что вы знаете, — часть правоты. Истина является тем, что выше правильного. Вы хотите быть правым или целостным?

— Я хочу быть целостным. Но у меня возникает вопрос по поводу того, кого растить: бандитов или хороших людей?

— Злодеев создают святые, и наоборот. Почувствуйте это. На каждого святого есть свой злодей, как и на злодея — свой святой. Это противоположные точки полярности. Святой потому святой, что есть злодей. То же верно и в отношении злодея. Таково устройство этого дуального мира

И святой и злодей гордятся своим состоянием, считая себя правыми. Но эта правота не приносит им радости и счастья. Счастье — это состояние возникающее при осознанном восприятии в себе обеих сторон полярностей. А настаивание на одной стороне всегда приводит только к борьбе. Если вы считаете, что правы, то будете бороться с тем, кого считаете неправым. Это вечная борьба.

В Евангелии говорится о том, что надо полюбить врага своего. Я сейчас говорю о том же самом. Легко любить любимого человека. А вы полюбите того, кого считаете врагом, потому что именно он создал возможность существования любимого вами человека.

В уме, который делит все на черное и белое, это не укладывается. Я же говорю, что белое и черное есть две стороны одной медали. Увидьте это в себе, и ваша война прекратится.

— Я умею любить и понимаю, что каждый несет в себе что-то свое. Но создавая команду, не получу ли я такого же результата, как в басне о лебеде, раке и щуке? Если у всех разные реальности и цели, то команды не получится.

— Я не говорю о том, что не надо иметь цель. Все зависит от того, какова цель. У белых и черных она разная. Но и те, и другие работают на Единую Цель Бога.

— Я понимаю, что нужны и черные, и белые. Но я не хочу быть, допустим, бандитом.

— До тех пор, пока вы будете разделять людей по их ролям, вы будете в состоянии вражды, явной или неявной,

но вражды. Когда вы примете все противоположности в самом себе, то прекратите внутреннюю борьбу. Вы не будете больше бороться, потому что увидите, взаимосвязь противоположностей и их необходимость.

— Я все понимаю, но тяжело от того, что страдают мои дети.

— Если у вас это происходит, значит, вы не понимаете того, о чем я говорю. Ваше утверждение, о том, что вы все понимаете, не дает вам целостно увидеть то, о чем мы сейчас говорим. Если вы утверждаете, что все понимаете, то вам не к чему стремиться. Я же говорю, что вы не понимаете себя.

— Понимаю частично, но есть вопросы, на которые у меня нет ответа.

— Так и скажите, что не понимаете. Частичное понимание не является целостным пониманием. Если есть целостное понимание, то есть и следствие его — отсутствие войны, будь то семья, работа или что-то еще. Если есть война, то нет целостного понимания. Признать и увидеть это — значит дать себе возможность получить целостное понимание.

— Если вы говорите, что у вас есть понимание, то сами себя гипнотизируете этой фразой, считая, что понимаете все. У вас есть какие-то фрагменты понимания, но полного понимания нет. Либо оно есть, либо его нет. Если оно есть, то нет последствий, о которых вы говорили.

Вам очень важно сейчас увидеть, что у вас пока нет целостного понимания. Нет по той причине, что вы считаете пониманием только один фрагмент. Но считая что-то пониманием, вы не ищете другого или ищете вокруг да около, а не в том, в чем оно заключается. А следствием вашего неполного понимания является состояние внутренней борьбы.

Все, что происходит в этой реальности — это борьба противоположных позиций, как в семье, так и в политической партии или государстве. Это полярные позиции, которые враждуют. Можно увидеть, что любая война возникает на стыке идей неких людей, которые представляют из себя полярности во взглядах. Они отстаивают свою точку зрения, говоря при этом, что они-то понимают, в отличие от

тех, других. И тогда других надо обращать в свою веру, взяв в руки ружье или атомную бомбу.

Повторяю, что суть непонимания заключается в хронической борьбе противоположных сторон дуальности. В частности, ваша жена представляет противоположность вашему убеждению. Это как качели, которые не будут качелями, если у вас есть только их половина, вам нужна и другая половина. И когда одна половина качелей опускается — вторая поднимается. Увидьте это — и придет понимание того, что она делает то же, что и вы.

Раскачивая качели, вы поддерживаете дисбаланс системы полярных взглядов. Одно дело кричать и возмущаться со своей половины по поводу того, что она говорит, и другое — видеть обе стороны и себя находящимся в одной из них. Тогда вы обретете понимание и будете знать, что она делает необходимое для уравновешивания того, что делаете вы.

Бог всегда в гармонии. Эта реальность тоже в гармонии, потому что святой и злодей, черное и белое уравновешивают друг друга. Но они пребывают в бесконечной вражде, которая будет до тех пор, пока не произойдет выход сознания человека на целостное восприятие себя и происходящего вовне. Тогда то, что вы видите сейчас как проблему, перестанет ею быть.

На самом деле нет никаких проблем, но попробуйте сказать это тому, кто ее переживает. Все пребывает в гармонии, если вы видите целостно. Гармония заключается в партнерском взаимоотношении полярных позиций. Ищите полярность в любой проблеме, о которой говорит человек. Он отстаивает свою точку зрения, кто-то другой — свою.

Кто создает лжецов? Правдивые.

— Я чувствую, что надо делать, но на практике возникают сложности.

— Сделайте практикой то интуитивное понимание, которое у вас есть. Иначе всегда будет различие между тем, что вы чувствуете, и тем, что делаете. Это не гармония. Полюбите врага своего. Потому что ваш враг есть первый ваш друг, и без него вы не можете быть таким, каким себя представляете. Это ваша вторая половина.

Если вы хотите закончить историю собственной войны противоположностей, то надо выйти из отождествления с одной стороной ваших убеждений и увидеть то, о чем сейчас говорилось. Вы поблагодарите врагов своих за то, что они дали вам возможность получить опыт. И тогда интуитивные переживания сердца соединятся с пониманием ума. Произойдет соединение ума и сердца, и наступит гармония. Она есть и сейчас, но ее не видят и не чувствуют.

То, о чем я сейчас говорил, и есть описание устройства этой реальности, которое является дуальным. В целостности она гармонична, но когда мы вытаскиваем из нее часть и настаиваем на ней как на единственной правде, то создаем дисбаланс, или проблему. Каждая часть, взятая в отдельности, негармонична, но рассматриваемая в целостности представляет гармонию.

Так вот, если вы рассматриваете себя как какую-то часть, то будете всегда в борьбе. Но если вознесетесь над собой как фрагментом и увидите себя как совокупность противоположностей, то обретете гармонию. Сделать это можно только так, и никак иначе.

— Я видела себя исполняющей в паре какой-то очень жесткий, механический танец для зрителей. Мне показалось, что этой жесткостью мы хотели всколыхнуть наблюдающих за нами людей на мягкость. Этим танцем было показано то, что есть в действительности, для того, чтобы пробудить другое.

— Можно пробудить противоположность, выпукло показав только одну сторону. Жесткость, порождающая мягкость, и мягкость, порождающая жесткость. Но если жесткий человек будет настаивать на своей жесткости, а мягкий — на своей мягкости, они будут бороться друг с другом.

У жесткого мужчины мягкая женщина, у жесткой женщины мягкий мужчина. Так они познают жесткость и мягкость. Но каждый настаивает на своем. Надо перестать настаивать и так прекратить борьбу между противоположными сторонами полярности. Это и есть то самое важное, что надо понять.

Если вы настаиваете на какой-то стороне полярности, будь то умный, красивый, свободный или еще что-то, то вызываете появление противоположности, с которой бу-

дете бороться, получая таким образом свой опыт. Вы показываете одно, вызывая одновременно другое, потому что опыт одной стороны можно получать только относительно противоположной стороной.

Этот мир парадоксален, и выйти из парадокса, — значит, видеть его со стороны не вовлекаясь. Если вы получили опыт противоположных сторон, то вы готовы увидеть все так, как оно есть. Вы уже не фиксируетесь на какой-то одной стороне полярностей, а видите их как единое целое.

Ясно видеть можно только когда не борешься. Если у вас уже достаточно опыта борьбы, то вы имеете возможность увидеть противоположные стороны дуальности как единую систему. Наша задача по преображению данной реальности связана с пониманием гармонии дуальностей. Многие уже готовы выйти из двойственности, потому что опыт противоположных сторон ими получен.

— *Как в такой системе можно ставить цель?*

— Цель появляется в связи с принадлежностью к той или иной стороне полярности. Все зависит от качества цели. Например, моей целью являлось целостное понимание себя. Расскажите о ней десяти разным людям, и вы думаете, для них это будет целью? Возможно, их задачей в жизни является купить дом или построить дачу.

— *Как вписаться в это?*

— Меняется качество сознания и вместе с ним качество цели. Для определенного качества сознания есть определенные цели, и вы никак не впишите в них цели другого уровня сознания.

— *Значит, то, что вы сказали, это не моя цель?*

— Есть цель, которая вбирает все остальные. Я уже ответил на ваш вопрос: существуют сознания разного уровня, имеющие разные цели. Сознанию низшего уровня невозможно понять цели сознания более высокого уровня.

— *Есть разница реальностей, через которую невозможно перепрыгнуть, и есть люди, играющие в разные игры. Как создать команду из всего этого?*

— Это не разные игры, а разное качество сознания. Допустим, есть группа людей, выполняющих какой-то объем работы по строительству дома. Каждый выполняет плохо

или хорошо свою работу, но цель у всех одна — заработать побольше денег. Это одно качество.

Качество другого уровня — например, создать новую вселенную. Есть разница? Это не плохо и не хорошо, так есть. Как согласовать цели людей, имеющих разные уровни сознания? Никак. Тот, кто имеет более низкий уровень, никогда не поймет человека с более высоким уровнем сознания. Даже при попытке понять его он приведет все к своему знаменателю.

Поэтому единственный способ найти понимание — это окружить себя людьми с соответствующим уровнем сознания, что я и делаю. Готовность сменить качество сознания связана с сильной страстью получить качественно новый опыт.

— Я понимаю, что надо сохранять равновесие и создавать гармонию.

— Прежде всего надо увидеть это внутри самого себя. Вы общаетесь всегда сами с собой, хотя вам может казаться, что с другими людьми. Ваша жена — это часть вас. Но человек, потерявший понимание, что внешнее есть отражение внутреннего, борется со своим внешним выражением.

Например, есть люди, которые не терпят алкоголь. Но алкоголизм у них внутри, а они не обращают на него внимания, борясь с внешними алкоголиками. Они борются с самими собой, выраженными другими людьми во внешней реальности. Надо прекратить борьбу с внешним объектом, перевести внимание внутрь и увидеть там своего внутреннего алкоголика.

— А если такая ситуация в семье, значит, кто-то один, увидев это, должен уйти?

— Сначала увидьте это внутри самого себя, и дальше ситуация начнет меняться. Происходит это по-разному из-за влияния различных факторов: либо вы уйдете, либо человек перестанет пить, либо он будет пить, но ваше отношение к этому изменится. Гармония — это внутреннее состояние, а не просто изменение внешних обстоятельств.

— Я приняла пьющего мужа, увидев в нем свою противоположность. В какой-то момент он остановился и стал впитывать мой опыт, превратился в хорошего хозяина,

взяв материальную сторону нашей жизни полностью на себя, в то время как я занималась своим духовным ростом.

— У вас не может быть другого мужчины кроме как очень материального, потому что вы не присутствуете в материальности, витаете в облаках. Вы образовали систему, которая уравновешивается. Чтобы он начал вас понимать, вам надо заняться тем, что делает он. Тем самым вы берете часть его полярности на себя, а он на себя — часть вашей. Так вы сближаете полярности, и это не внешние действия, а внутренние.

— Кто-то один должен начать, взять на себя ответственность и отбросить страхи, что ему сядут на шею. Надо захотеть гармонии в своей семье и делать все для этого, несмотря на то, что кто-то другой пока еще чего-то не понял.

— Прежде всего создавайте гармонию внутри себя. Работа идет всегда только с самим собой. Это надо очень хорошо понимать. Не понимая этого, будешь враждовать с самим собой, отраженным вовне. Вы все время встречаетесь вовне с собственными полярностями, которые не принимаете в себе. Не принимая их внутри, вовне вы на них раздражаетесь.

— Я видел много пар, живущих в сотворчестве, без противодействия, когда рядом все время находится ориентир.

— В такой структуре каждый берет часть противоположности другого. Если один занимается материальным, а другой — духовным, это не вызывает вражды между ними. Каждый из них понимает, что это его часть, и очень благодарен своему партнеру за все, что тот делает.

Например, я. У меня очень сильное стремление к духовному, но это не значит, что я отрицаю материальное, и очень благодарен всем людям, которые берут на себя заботы, связанные с ним.

— При существующей разнице реальностей невозможно что-то построить. Это само собой предполагает разрыв.

— Да, если нет принятия того и другого. Мы соединены одной идеей, одним намерением, одной задачей. Здесь общим намерением является вспоминание себя и той задачи, с которой мы сюда пришли. И это совершенно не отменяет

какие-либо особенности каждого из здесь присутствующих. Они необходимы для выполнения общей задачи.

— Кто-то придет и захочет разрушить создаваемое вами.

— Невозможно разрушить то, что я создаю. Любой человек — часть меня, я всегда встречаюсь с самим собой. Он отражает нечто, происходящее в процессе, и я никогда не рассматриваю его как нечто отвлеченное или враждебное.

Осознание дуальностей

— Моя проблема связана с ответственностью. Я считала, что у других должна быть ответственность за отношения, в частности со мной. Но даже если люди это принимали, то в результате все кончалось сопротивлением. Я поняла, что эта система несправедлива. После этого я переплыла в другую сторону, которая оказалась противоположной и, в общем, как-то даже импонировала мне. Я стала считать, что никто ничего никому не должен. Никто не несет никакой ответственности. Мне казалось, что так жить гораздо вольнее. С другой стороны, я понимаю, что эти противоположности — две стороны одной двойственности: ответственность и безответственность. Свобода при полном нежелании брать за что-то ответственность тоже любовью не является.

— Верно. Возьмите, например, дуальность «порядок и хаос». Если мы доводим порядок до абсурда, то шагу шагнуть нельзя будет. Можно будет идти только по четко начерченной линии. Если мы доводим хаос до абсурда, то вообще непонятно, куда двигаться. Должна быть уравновешенность.

— Я решила, что степень своей ответственности в каждой ситуации буду определять творческим путем. Но пока у меня не получается достичь уравновешивания. Значит, что-то я тут не доделала.

— Вы не прочувствовали ее до конца. Для того чтобы прочувствовать какую-то двойственность, нужно побыть в одном конце, потом в другом, а затем осознать их одновременно, как две стороны одной медали. И таким образом получить доступ в любую точку между двумя крайностями.

Тогда ты будешь управлять этой двойственностью, а не она тобой. Если этого нет, значит, не понята какая-то из сторон данной двойственности.

Сначала заказывается опыт. Опыт мы получаем с помощью запроса. Если мы не знаем своего запроса, то будем повторять один и тот же опыт. Если мы говорим: «Пусть будет то, что будет! Я извлеку из этого опыт», — то будет то, что было, потому что опыт создается мыслью. Именно ясное видение старой ситуации позволяет нам заказать новый опыт.

Например, ты говоришь: «Я готова познать ту сторону, которой избегала». Моментально начинают возникать ситуации, выражающие ее. Ты получаешь заказанный опыт. Затем ты делаешь запрос на получение опыта одновременного осознания противоположных сторон двойственности и возможности управления ими.

— *А что может являться оборотной стороной нежелания действовать?*

— Оборотной стороной является желание действовать, т.е. проявлять себя.

— *А почему оно может становиться довлеющим? Откуда это может взяться вообще?*

— Что?

— *Такое состояние, когда стараешься не привлекать внимания.*

— Это страх жить, страх проявлять себя.

— *Почему?*

— Вопрос «почему?» не нужен. Надо видеть то, что есть. Важно обозначить проблему, а не уходить в философствование по поводу того, почему она возникла. Иначе вся энергия уйдет на ненужные объяснения. Проблема обозначена: я боюсь проявлять себя в реальности. Фактически не разрешаю себе жить.

— *Это крайняя степень, но можно выразиться и так.*

— Так мы и рассматриваем крайнюю степень. Значит, надо разрешить себе познать ту, другую сторону. Кстати, она очень приятная. Разреши себе проявлять себя. Это касается вообще всех на самом деле. Потому что тотальный контроль над сознанием людей привел к тому, что все боятся проявлять себя. Как бы чего ни случилось. Не надо бояться проявлять себя! Разрешите себе жить!

— У меня такое впечатление, что кроме страха есть еще какие-то вещи, связанные с инерцией, консерватизмом.

— Это масло масленое. Уже одного страха достаточно. Я вам предлагаю другое: не объяснять, а разрешить себе жить. Я предлагаю сейчас каждому провозгласить то, что он разрешает себе жить, т.е. чувствовать все.

— Легче сказать, что он себе не разрешает.

— Я предлагаю вам сейчас разрешить себе хотя бы сказать, что вы хотите себе разрешить жить. Таким образом разрешить себе проявиться в этом мире.

— Я готова себе разрешить все то, что раньше запрещала.

— Я разрешаю себе проявить свою женскую часть.

— А как?

— Еще не знаю.

— А кто знает?

— Я разрешаю себе носить красивую одежду.

— Надеть короткую юбку.

— Делайте нелогические вещи, они приведут вас к осознанию своего Высшего «Я». Ведь дуальная логика обусловленного ума привела вас только к занудству, скуке и проблемам.

— Подойти к зеркалу абсолютно голой, осмотреть себя со всех сторон и полюбить.

— Одеть во что-нибудь обтягивающее фигуру.

— Надеть что-нибудь нелепое.

— Быть нелепой. Верочка не позволяет себе этого.

— Не позволяет, но делает. Парадокс в том, что когда мы что-то себе запрещаем, то проявляем это, только неосознанно. Причем чем сильнее мы это запрещаем, тем больше проявляем. И тем больше этого боимся. Вся смехотворность ситуации заключается в том, что мы боимся того, что мы делаем, заставляя себя это не делать, а от этого еще больше это делаем. И еще больше этого боимся.

— Что бы ты ни делала, просто отмечай, насколько твоя женственность в этом проявляется.

— Смотрите, возникла проблема: как проявить себя женщиной. Вначале вопрос стоял в том, как вообще разрешить себе проявляться. Чтобы себя проявить как женщина,

надо хотя бы начать себя вообще проявлять. Иначе создана проблема, которая уводит от главного: проявлять себя.

Мы начинаем мудрить и думать, как же проявить себя женщиной, но тем самым вообще себя никак не проявляем, потому что вся энергия уходит на то, чтобы разобраться в том, а что такое женщина и как она себя проявляет. Давайте вернемся к тому, с чего начали. Разрешите себе действовать и переживать!

Часть и целое

Обращая внимание на события, которые происходят в вашей жизни, главное внимание надо уделять тому, что́ они значат для вас, потому что основное — это ваше целостное понимание этих событий.

Неприятные события отражают какие-то аспекты тебя, которые ты не хочешь видеть. Такие события вызваны напряжением этих аспектов. Если в личности есть какие-то проявленные части, то обязательно есть и противоположные им скрытые, подсознательные части.

Скрытые части личности надо увидеть в себе и признать, тогда исчезает вражда с ними. Если есть событие, то должно быть и его осмысленное понимание, тогда происходит вспоминание себя и признание всех своих частей. Нет ничего случайного. Все происходит по закону дуальности, и видение любого события через понимание этого закона является самоосознанием.

Все, кто вошел в эту реальность, являются частями Единого Целого. Войдя сюда, мы попали во фрагментарность. Но у части и у целого разная правда. Например, пол ребенка определяется по его телу. Но мужчина и женщина — это две стороны полярности, которая здесь физически разделена. Здесь не признается рождение целостного человека, потому что он не является ни мужчиной, ни женщиной. Здесь есть либо мужчина, либо женщина.

Мужчина и женщина ищут друг друга, так как противоположные стороны дуальности притягиваются. При этом они с той же силой и отталкиваются друг от друга, что создает постоянную борьбу между ними. Но находясь в такой борьбе ни тот, ни другой не становятся целостными.

Двойственный мир погружает нас то в одну, то в противоположную стороны двойственностей, он нас разделяет, отсюда все мучения. И пока ты не увидишь, как стал фрагментом, ты не сможешь стать целым и таким образом прекратить свои страдания.

Сохраняя представление о себе как о мужчине или женщине, вы не можете быть целостным, потому что противоположная сторона двойственности будет вас притягивать, а потом столь же сильно отталкивать. Так работает любая двойственность.

В двойственном мире нельзя быть постоянно счастливым, потому что в обусловленном уме радость сменяется горем, счастье — несчастьем, возбуждение — депрессией. Увидеть взаимосвязь противоположных сторон двойственности — значит начать выходить из дуального восприятия в сознание единства.

Нецелостный человек не может быть постоянно счастливым до тех пор, пока он не увидит и примет противоположные стороны своих личностных двойственностей. Надо увидеть, с какими частями двойственностей у вас есть отождествление, и выйти из него.

Выход из двойственностей — это вход в единство. При проживании разделенности каждый отстаивает правду только своей половины двойственности перед теми, кто отстаивает противоположную правду другой ее части, поддерживая друг друга в разделенности.

Наша задача соединить себя в целое. Для этого надо разотождествиться с той частью двойственности, которую вы считаете самим собой. Есть двойственности, с которыми легче разотождествиться, есть те, с которыми труднее. С ролью мужчины и женщины сложнее всего. И пока вы это не сделаете, вы не увидите, что это всего лишь дуальная иллюзия, а этот мир — мир иллюзий.

Видимость и действительность

В этом мире иллюзий люди принимают видимость за действительность. Они надевают маски, играют роли, считая, что они и другие и есть эти роли.

Например, кто-то чувствует себя ничтожным, но строит из себя очень важную персону. Причем так строит, что другие, которые не умеют видеть ясно, обманываются и считают его таким. А у них такие же заморочки, что и у него.

В Мире выживания все направлено главным образом на видимость чего-то. Если же мы принимаем видимость за действительность, то и попадаем в разные ловушки. Но прежде всего ты должен увидеть это в себе. Если ты видишь это в себе, то способен видеть и в других.

Очень мощным инструментом для этого является наше тело. Тело как инструмент не врет. Какой бы привлекательный и доброжелательный образ ни создавался обусловленным умом, ваше тело может почувствовать его фальшивость.

Например, вам хочется уйти из какой-то компании, но вы не понимаете почему. Если вы привыкли жить только обусловленным умом, который все воспринимает через видимость, которая создается иллюзиями дуальных понятий, то попадаете в тяжелую ситуацию. Либо вы уже совсем своего тела не чувствуете и поэтому попадаетесь на эти иллюзии, либо, если тело говорит вам что-то, вы прислушиваетесь к нему и попадаете в противоречие между видением тела и восприятием обусловленного ума.

— *Отчего бывает так, что рядом нет человека, но при этом возникает ощущение чьего-то присутствия?*

— Наше астральное, энергетическое тело находится там, где нет расстояний и пространства, как мы его понимаем в физическом мире. Другой человек может находиться за тысячу километров, но для его тонкого тела это не расстояние. Если вы думаете о ком-то, то уже находитесь рядом с ним. Для мыслей и чувств нет расстояний. Если я о ком-то подумал, то он уже испытывает это влияние. Тонко чувствующие люди ощущают это, но при этом могут и не понимать всего того, о чем мы говорим.

— *Я ничего не смогла почувствовать в отношении другого человека, а просто следила, как меняются ощущения в теле.*

— Посмотрите на свое тело как на инструмент незрительного восприятия. Когда я говорю «тело», то имею в виду энергию. Ощущения, которые мы наблюдаем в сво-

ем теле, это энергетические движения, и если мы к ним прислушиваемся, то сможем увидеть, как идет реагирование на другие энергии.

— *Мы можем увидеть, но что за этим стоит? Скажем, о чем говорит боль вот здесь в центре? Я не знаю. Какое это имеет отношение к человеку, сидящему напротив?*

— Здесь нужно разобраться, каково состояние твоего инструмента-тела. Если твой инструмент сейчас не гармоничен, расстроен, то ты и не сможешь почувствовать другого. У тебя все будут забивать собственные ощущения.

Если же внутренне ты гармоничен и настроен, то будешь легко улавливать все, что относится к тем энергиям, с которыми ты взаимодействуешь. Но так как состояние большинства людей не гармонично, то они все время улавливают только свои собственные неполадки. Причем, не расценивая их как неполадки, а, объясняя их чисто физически: что-то не то поел, не выспался, разволновался и т.п.

— *У меня бывали моменты острого чувствования другого человека, но это, как правило, бывало в какие-то минуты близости, какого-то очень сильного эмоционального переживания.*

— По поводу момента близости. Обычно люди, которые симпатизируют друг другу, сонастраиваются и чувствуют друг друга хорошо. При этом есть представление о том, что можно разрешить чувствовать себя и самому чувствовать только по отношению к избраннику.

Потом оказывается, что избранника еще нужно найти, и может случиться так, что он совсем не такой, каким ты его ожидал видеть. Но почему так? Мы можем испытывать свои чувства по отношению к любому человеку. Но разрешаем мы это себе или нет — вот в чем вопрос.

Здесь играют роль убеждения обусловленного ума о том, что все и все вокруг враждебны. Но если повезет, то, может быть, мы кого-нибудь найдем, с которым разрешим себе близость. Возможно, мы найдем, но при этом может выясниться, что мы не умеем чувствовать другого человека.

— *Что мы не умеем чувствовать?*

— Да. Мы нашли человека, наш ум сказал, что это наш избранник. Но вы не умеете его чувствовать, потому что не

умеете чувствовать самого себя. Поэтому вечно будете пребывать со своими неудовольствиями.

Я избрал какого-то человека, думаю, что люблю его, а на самом деле все время чувствую только собственное внутреннее недовольство. Потом я его ему высказываю, говоря: «Это все из-за тебя. Это ты на меня так влияешь». Не бывает у вас такого?

— *Влияет-то, конечно, он. Мой выбор: быть рядом с этим влиянием или нет.*

— Есть пословица: «Не ругай зеркало за то, что рожа крива». Именно этим мы и занимаемся все время.

— *Я никогда не задумывалась об этом аспекте видения или чувствования. Может быть, теперь, после сегодняшнего занятия, я буду прислушиваться к себе именно с этой точки зрения. Я сегодня первый раз услышала о том, что можно применять такой инструмент.*

— Каждый из нас является энергией. Наше физическое тело, которое видимо физическим зрением, также представляет собой энергию, только более плотную, чем, например, эмоциональное или ментальное тело. Но все это энергия.

Просто физическое зрение устроено так, что оно позволяет нам видеть именно плотные энергии, т.е. имеющие низкую частоту вибраций. Эмоциональное и ментальное тела не видимы физическим зрением. Но именно через их восприятие вы можете много узнать о другом человеке.

Мы можем видеть чувства и мысли. Слово «видеть» я употребляю широко. Я вкладываю туда и «слышать» и «ощущать». И плюс к этому еще и другие органы чувств, которые не являются физическими, поэтому в словах их трудно выразить. Возможно, лучше будет использовать слово «восприятие». Мы можем их воспринимать.

Например, мысли мы можем воспринимать не только через слух. В физическом мире принято, что если я хочу выразить какую-то свою мысль, то должен сначала сформулировать ее в словах, а потом высказать. Но ведь не обязательно говорить с помощью речевого аппарата. Если вы настроены на человека, то можете воспринимать его мысли, даже если он ничего не говорит. Также вы мо-

жете воспринимать и его чувства, даже если он их не показывает.

— *Не только слова — способ выражения. Можно нарисовать, станцевать.*

— Это опять действия. Но можно и не рисовать, и не танцевать. И при этом воспринимать. Для этого надо развивать вторичные органы чувств.

Дуальное восприятие личности

— При дуальном восприятии мы рассматриваем любое качество личности, опираясь на его противоположность. Например, уверенность является противоположностью неуверенности. Вы можете знать, что уверены, только при сравнении с состоянием неуверенности.

Сознательно вы видите у себя только одну сторону дуального качества, противоположную проецируете на других людей. Кому-то нравится чья-то уверенность, и он хочет подражать ему. Но уверенность переходит в неуверенность, и вы будете, как на качелях, переходить из одного состояния в другое. Только у кого-то это происходит быстрее, а у кого-то медленнее.

Есть множество полярностей, именно они определяют то, что здесь называют личностью человека. Каким образом вы можете определить качества своей личности?

— *Хорошая.*

— Непонятно, что определяет это слово. В это слово могут быть вложены совершенно разные качества.

— *Тогда не знаю.*

— Как же вы живете, если не знаете, кто вы, но при этом постоянно говорите о себе «Я». Так что же это за «Я»?

— *Я думаю, что я хорошая мать.*

— А если я скажу, что вы — плохая мать?

— *Вы не правы.*

— Смотрите, как работает дуальный механизм восприятия. Человеку очень важно определить, кто он есть, потому что жить, не понимая этого, невозможно. Маленький ребенок не знает, кто он есть. Ему вкладывают определенные программы, в результате которых он получает разные представления о себе. Это программирование его личности.

Родители вкладывают в него представления о самом себе. Дальше его ум фиксирует их и проявляет тенденцию к их повторению и закреплению. Таким образом, человек начинает понимать, кто он, и действует соответствующим образом, при этом защищая свои качества.

Если вы посмотрите непредвзято, то увидите, что эти качества могут быть как со знаком «плюс», так и со знаком «минус». Например, кому-то вложили представление о том, что он плохой, и он начинает вести себя как плохой.

Вся ваша жизнь является повторением ситуаций, которые происходили в вашем детстве. Это программа, которая воспроизводит сама себя. Вы признаете какие-то свои качества, но не делаете этого в отношении их противоположностей.

Но любые противоположности — это две стороны одной медали. В двойственном мире все полярно. Если вы хорошая мать, то одновременно и плохая. Только с одним вы соглашаетесь, а с другим — нет. Таким образом поддерживается состояние сна сознания или однобокость и механистичность восприятия. Выйти из сна можно, только увидев в себе противоположные стороны личностных качеств как две стороны одной медали.

Посмотрите, какое сопротивление оказывает личность человека, считающая себя хорошей. Она будет отрицать все, что говорится о ее противоположности. Я прошу каждого отмечать это в себе. Каждый отражает каждого. Вы сказали, что являетесь хорошей матерью, любите своего ребенка. Но все это делают по-разному. Так что это такое — быть хорошей матерью?

— Я люблю его и значит, полностью принимаю его своим сердцем, уважаю в нем личность.

— Мы только что выяснили, что такое личность. Это однобокая структура, которая признает только одну сторону присущих ей двойственностей. Почему вы не соглашаетесь с тем, что вы плохая мать?

— Могу согласиться, что я — плохой директор агентства или что — хороший.

— То есть вы разрешаете себе быть разной в роли директора. А теперь попробуйте это сделать в отношении роли матери.

— *Никогда не соглашусь с этим.*

— У вас очень сильное отождествление с ролью хорошей матери. На самом деле вы и хорошая и плохая. В двойственной реальности мы совмещаем в себе противоположные стороны качеств. То, что вы считаете замечательным, одновременно является ужасным. Увидеть это — значит выйти за пределы двойственности. Это именно то, что нам предстоит.

Но у каждого есть то, за что он очень сильно цепляется. В данном случае у вас это образ себя как хорошей матери. Не хочу больше акцентироваться на этом, но если бы мы пошли дальше, то увидели, что то, что вы считаете очень хорошим и из чего делаете представление о себе как о хорошей матери, одновременно является и противоположным. Вы одновременно и то, и другое.

Ум не может это уловить, для него или так, или иначе, черное или белое. Но это для ума, который мыслит по принципу двойственности, т.е. он видит одну сторону за счет того, что не видит другую. Я же вам предлагаю взгляд, в котором сочетается и то, и другое одновременно. И тогда вы становитесь свободными от двойственного восприятия, но никак не раньше.

— *А я и не хочу быть свободной от роли матери.*

— Но тогда вы не сможете видеть целостно.

— *Я не понимаю, для чего мне надо считать себя плохой матерью.*

— Обусловленный ум не хочет с этим согласиться. Он будет утверждать, что верно только одно утверждение, потому что неверно другое. Но верно и то и другое. Внутренняя трансформация связана с тем, что вы начинаете видеть то, что раньше было недоступно вашему пониманию. Это и есть истинная трансформация. Все остальное — иллюзия. Я предлагаю выйти за пределы иллюзии.

Стать целостным значит увидеть и принять в себе дуальные фрагменты своей личности. Обусловленный ум говорит: ты есть вот это, это и еще это, и в этом смысле ты хорош, а в этом — плох. Мы будем делать все, чтобы ты был еще более хорошим и чтобы было как можно меньше плохого. Это взгляд обусловленного ума, и так живет большинство людей. Я вам говорю о целостности, т.е. о том как со-

брать себя разделенного на множество противоположных фрагментов в единое целое.

Реинкарнации

— Есть теория реинкарнаций. В буддизме, например, говорят, что, живя в нищете в этой жизни, ты можешь быть богатым в следующей. В христианстве устранили представление о реинкарнации, заменив его представлением о том, что есть только одна жизнь.

То же самое произошло и в идеологии коммунизма. «Есть только одна жизнь, и прожить ее нужно так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы» — помните такую фразу из романа «Как закалялась сталь»?

На самом деле верно и то, и другое, потому что конкретная личность проживет только собственную жизнь. Она сыграет свой спектакль, и каким он будет, зависит от нее.

Если мы будем говорить, что реинкарнаций много, то не проживем этот спектакль как единственную возможность. Это все равно, что актер выходит на сцену и думает, что уже несколько лет играет эту роль и дальше будет ее играть, так какая разница, как он сыграет ее сегодня. Поэтому он напился и начал блевать на сцене, в итоге — спектакль провалился. Во множестве твоих спектаклей на данный момент есть только один, который тебе надо сыграть наилучшим образом.

— Получается, что мы умираем и возрождаемся постоянно, но совершенно разными и другими. Когда-то я была учеником первого класса, а потом перешла во второй класс и так далее, просто это надо видеть и чувствовать.

— Если рассмотреть сценарий жизни длиной в восемьдесят лет, то он складывается из сценариев пятилетних, годовых, месячных, недельных, дневных, часовых, минутных и секундных.

Минута в жизни — это тоже сценарий, каждое мгновение — это часть этого сценария. Если ты проиграешь его в данную минуту по-новому, то поменяешь весь последующий сценарий. Но для этого тебе надо попасть в настоящий момент, а для механически живущего человека это практически невозможно.

Личность человека представляет собой сценарий данной его жизни, поэтому для личности жизнь определена. Поэтому изменить личностный спектакль можно только через выход из отождествления себя с ним, т.е. с личностью. Вспомнив, кто ты есть на самом деле, ты можешь войти в настоящий момент и изменить личностный сценарий своей жизни.

— Получается жесткость и гибкость одновременно. В рамках жесткости ты становишься очень гибким, т.е. ты ситуацию можешь прожить по-другому.

— Я почувствовала жизнь в состоянии бессмертия, это тоже жизнь. У меня нет представлений, чтобы выразить ее.

— Это жизнь другого мира. Невозможно создать здесь адекватные представления о другом мире. Если даже ты их и создашь, то из представлений данного мира, что внесет очень сильные искажения.

ЛИЧНОСТЬ

Дуальность личности

Набор человеческого опыта идет за счет разведения и усиления противоположных сторон двойственностей своей личности. Одна из сторон становится сознательной, а противоположная ей — подсознательной. Процесс такого внутреннего разделения противоположных сторон дуальности я называю активизацией личностных двойственностей.

Например, если активизирована двойственность «болезнь-здоровье», то ты будешь сильно болеть. Если двойственность «умный-глупый», то твое внимание будет приковано к интеллекту, тебя будет очень волновать, умный ты или глупый.

Активизация двойственности происходит через сознательное отождествление с одной из ее сторон и подсознательное отождествление с другой ее стороной. Между противоположными сторонами личностной дуальности возникают отношения непринятия и борьбы, так как со-

знательно личность считает себя только одной стороной двойственности, а с другой борется.

Например, личность, сознательно считающая себя успешной, будет бояться своей противоположной подсознательной стороны — неуспешной.

Усиление активизации двойственности происходит путем увеличения интенсивности напряжения между ее противоположными сторонами, которое переживается как страх и приводит к усилению борьбы между ними. Это и есть борьба с самим собой, потому что любая личность дуальна.

Активизация двойственности приводит к увеличению амплитуды ее колебаний, т.е. человек начинает одновременно усиливать физическую реализацию программ как одной, так и другой стороны дуальностей своей личности. Жизнь такого человека становится очень драматичной. Именно эта драматичность может стать причиной, толкающей его к осознанию того, что же происходит с ним и кто он есть на самом деле.

Только через осознание дуальной природы своей личности человек может выйти на качественно новый уровень сознания, из которого сможет наблюдать за игрой двойственностей в своей личности.

Так происходит разотождествление с односторонним представлением о самом себе. Таким образом, идет процесс освобождения от иллюзий данной реальности. Поэтому наш процесс идет через проживание и осознание в себе различных двойственностей, формирующих характер нашей личности.

Вам необходимо понять основной закон работы двойственностей. Если это знание начинает входить в вас, то вы имеете возможность осознавать себя. Если вы не знаете о дуальном устройстве этой реальности и своей личности, то не сможете осознавать себя в целостности., т.е. видеть себя таким, какой вы есть на самом деле.

В нашем процессе мы ставим задачу осознания и выхода из всех двойственностей личности. Другими словами, это можно назвать выходом к внеличностному восприятию себя и жизни.

А для того чтобы за одну жизнь выйти из всех дуальностей своей личности, надо иметь знание, позволяющее

это сделать, и реализовать его через самого себя. Именно этому посвящена наша работа. Мы вытаскиваем самого себя из иллюзорной реальности. Помните Мюнхаузена, который вытаскивал самого себя из болота за волосы?

Два режиссера и сценарист

Наша личность живет по сценарию, создаваемому двумя режиссерами, выражающими противоположные тенденции частей личности. Человек, находящийся во сне сознания, сознает только одного из них — сознательного, поэтому все, что делает второй — подсознательный режиссер, является для него неуспехом, неудачей, шоком.

Целостно увидеть свою личность — это значит осознать двух своих режиссеров как единое целое, ясно видя, что каждый из них нуждается в противоположном. Такое целостное восприятие себя возможно из мира единства, из мира Души. Именно ваша Душа является главным сценаристом вашей жизни.

Невозможно понять, что есть Душа, исходя только из ментальных размышлений и представлений о ней. Существует множество определений Души, но, ознакомившись с ними, ты не познаешь свою Душу. Ты не можешь определить, что есть Душа, но можешь переживать ее. Осознавать свою личность — это и есть переживать себя как Душу. В этом и заключается основной результат самоисследования.

Пока человек находится в разделенном, фрагментарном состоянии сознания, два его режиссера борются друг с другом, не понимая своего единства. Тот, кто борется, и тот, с кем борются, это все ты. Не понимая, как задуман и как реализуется спектакль нашей жизни, мы постоянно недовольны происходящим на сцене нашей жизни.

Сценарист нашей жизни это Душа, режиссер — это дуальный ум, а актер — это физическое тело. Спектакль нашей жизни в дуальной реальности ставится двумя режиссерами-близнецами. В качестве их символа можно взять знак Близнецов. Два человека, смотрящие в противоположные стороны, прижавшись друг к другу спинами. Они не видят друг друга, но очень хорошо чувствуют.

Один из них создает «хочу это», а другой «не хочу это», или иначе «хочу противоположное». В каждый конкретный период времени обусловленный ум человека сознает только желания одного режиссера и реализует их, преодолевая сопротивление, создаваемое противоположным, не сознаваемым им режиссером.

При этом сценарист — Душа пишет сценарий для обоих режиссеров, они оба ставят этот спектакль, имея равные полномочия. Они действуют синхронно и одновременно, но в противоположных направлениях, как две части ножниц. Но, так как наш обусловленный ум, идентифицирует себя по показателям работы только одного из двух режиссеров, то он не хочет принимать творчество другого режиссера как самого себя. Он воспринимает его творчество, как нечто ненужное, нехорошее, ужасное, не то, что он ожидает от жизни.

Сценарист, режиссер, актер

— Что мы можем предпринять, находясь во сне для вспоминания самого себя? Сказать, что мы можем полностью осознать все, что создает сценарист нашего сна, это значит выйти из этого сна, т.е. покинуть эту реальность. Но нам интересно исследовать ее. Поэтому мы соглашаемся с тем, что не можем понять все, что делает наш сценарист, но можем продолжать исследовать это.

— *В этом и состоит весь кайф.*

— Да, но если мы будем сопротивляться сценарному плану, то будем мучиться и страдать, именно это и делает большинство людей. Либо мы можем перестать сопротивляться и начать осознавать его, понимая, что все, что происходит с нами, от того, что мы называем «мелочи», до того, что мы называем «важным», является определенным планом спектакля нашей жизни. Его надо исполнить, пережить и осознать.

— *Исполнить — это значит принять?*

— Ты можешь исполнять его, не принимая так называемый негатив, что и делает большинство людей.

Что такое хороший актер? Это актер, способный хорошо сыграть свою роль. Импульс, идущий из нашей Души,

воспринимается сердцем, это и есть канал, через который мы можем интуитивно чувствовать следующую сцену нашего спектакля.

Мы ее чувствуем, а не думаем. Обычно люди настраиваются на анализ, на рефлексирование, но это то, что делает актер, не чувствующий, что нужно сценаристу.

— *Как правило, он очень плохо играет.*

— Он играет так, как он привык: со страданием, болью, осуждением и виной.

— *Эту роль он порой доводит до мастерства.*

— Человек, потерявший контакт с своей Душой, т.е. не переживающий ее как часть себя, играет свой спектакль мученически, в страдании. Он не может его осознанно изменить или трансформировать, потому что нет контакта между актером и сценаристом.

Сценарист закладывает сценарий в ум человека через формирование в нем режиссеров-близнецов. Не осознавая дуальность своих режиссеров, вы будете играть драму, вы будете механически бороться за звание исключительного драматического актера. Затем умрете. Дальше родитесь, чтобы сыграть уже другую драматическую роль, механизм реализации которой будет аналогичным.

И так будет до тех пор, пока вы не начнете понимать дуальность этой реальности и своей личности. Весь интерес самоисследования заключается в том, что ты можешь менять сценарный план, если получаешь прямой доступ к взаимодействию с Душой. Но открыть этот канал ты можешь только через самоисследование, т.е. через осознание дуальной программы своей личности.

— *Когда-то я читала записки великих актеров. Они рассказывали о своей игре, о чувствовании роли, о вживании в нее. Порой это вживание происходит настолько сильно, что очень не просто потом из нее выходить. Порой актеры начинают проигрывать жизнь своего персонажа в собственной жизни.*

— Известны случаи актеров, которые не смогли разотождествиться со своей ролью, например, с ролью Сталина. Все актерские сценарии матрицы выживания идентичны тем, что построены на борьбе с самим собой. Они разнообразны, но при этом идентичны по сути. Выйти из них мож-

но, только осознав механизмы дуального восприятия своей личности.

Мы как человеческие существа, находясь в матрице выживания, механически проигрываем ее дуальные сценарии, суть которых — борьба и страдание. Это и есть наш сон. Разыгрываются очень разные сценарии, но все они — вариации на одну тему, которая заключается в борьбе противоположных частей личности человека.

Что мы делаем с помощью самоисследования? Мы выясняем механизмы сценариев матрицы выживания. Мы видим, что такие сценарии на уровне одной личности, группы личностей, нации, страны и человеческой цивилизации в целом идентичны.

С теми или иными вариациями, но они идентичны в основных своих механизмах проявления. Страна — это большое эго, семья — меньшее, а в итоге мы придем к человеку с его эго. Мы видим, что каждое из этих эго борется с другими эго, выражающими противоположную ему точку зрения.

Понимая закон дуального взаимодействия, мы можем увидеть, почему и как создаются те или иные сценарии на уровне личности, семьи, организаций или стран, потому что все они действуют согласно этому закону.

ОБУСЛОВЛЕННЫЙ УМ

Как работает наш ум

— Недавно я посмотрел фильм компании Би-би-си «Мозг человека» из серии «Тело человека». Фильм достаточно упрощенный, он показывает сведения из общей психологии. Там считается, что мозг человека это и есть ум, хотя на самом деле это не так. Ум находится во всех клетках человека, просто в мозге большая их концентрация.

Причем, например, глаз для мозга выполняет ту же функцию, что и перископ для подводной лодки. Таким образом, человек видит умом, т.е. он видит вовне только то, что есть в его уме. Он не видит то, что есть на самом деле, а только реальность, ограниченную его обусловленным умом.

— Недаром говорят, что человек видел то, что хотел видеть.

— А если продолжить эту фразу, то он хочет видеть только то, что есть в его обусловленном уме. Понимание обусловленного ума пока детское, ясельное. В частности, в этом фильме ничего не говорится о механизмах его дуального функционирования.

Но даже устройство мозга указывает на его дуальную природу. Он состоит из двух половинок, разделенных перегородкой. Разные участки мозга отвечают за определенные функции человека. В какие-то из этих участков заложены долговременные программы, посредством которых и происходят его изменения. Например, выделение гормонов в период полового созревания дает импульсы к его началу, развитию и завершению.

Но есть участки мозга в начале чистые, например память впечатлений. Туда записывается то, что происходит с человеком, фактически это загрузка его личностной программы и жизненного сценария.

Между нейронами в мозге возникают различные связи, так идет загрузка этой программы, т.е. информация, попадая туда, вызывает взаимосвязь тех или иных нейронов. Это похоже на лес, в котором вырубаются какие-то тропинки, некоторые из них становятся наезженными и все движется именно по ним.

Можно двигаться и по другому пути, но раз уже проделана эта дорога, то все будут идти по ней. Эти дороги и есть коренные убеждения, на которых строится личность. Фактически в компьютер вводится программа личности посредством активизации определенных дуальностей, одна сторона которых становится сознательной, а другая попадает в подсознание.

— У меня такое впечатление, что ум находится в замешательстве, когда мы начинаем рассматривать любой вопрос с точки зрения двойственности. Есть привычная проторенная дорога, т.е. привычные представления, но соединить какие-то две противоположные точки он не может. Идет работа с умом, возникают какие-то совершенно новые связи, либо они были, но не использовались. Открываются совершенно новые возможности. Ин-

тересно, что мой ум не сопротивляется уже, он просто удивлен.

— Мы нейтрализуем привычные, традиционные пути, проложенные в уме. Эти взаимосвязи не исчезают полностью, просто они перестают быть драматизированными.

Когда мы полностью осознаем какую-либо дуальность, запрограммированную в наш ум, мы устраняем напряжение между ее противоположными полюсами, т.е. нейтрализуем ее. Остается просто память о том, что было с ней связано в нашей жизни, но она уже не создает проблему, то есть не имеет сильной негативной эмоциональной составляющей. Она, если можно так сказать, уже разминирована. Проблема перестает быть проблемой, остается только память о ней.

— *Интересно, что ум соглашается и готов использовать этот опыт.*

— Это и есть переход ума на другой уровень работы. Самоисследование обеспечивает переход вашего сознания и ума на качественно другой уровень вибраций. При этом ваш ум активизирует более высокие уровни своего функционирования.

Личностная программа будет сопротивляться тому, чтобы ее заменили, но сам компьютер-ум сопротивляться не будет. Компьютер будет сопротивляться только постольку, поскольку он отождествляет себя со старой программой. Ему кажется, что если вытащить эту программу, то он просто перестанет быть, но это не так.

Когда ваш ум-компьютер поймет, что он был, есть и будет, то начнет давать возможность менять личностные программы. Нужно прочувствовать это состояние ума, это сверхум, или Ум с большой буквы. Слов много, можно использовать любые, если правильно понимать то, о чем мы сейчас говорим.

Ум и чувства

Дело в том, что обусловленный ум хочет все контролировать. Что такое контроль? Допустим, у меня есть много кирпичей, я начинаю их смазывать цементом и соединять, в конечном счете все это строение застывает. Я уже не могу

переставить кирпичи. Мне захотелось сделать другое здание, но я уже не могу этого сделать, потому что все кирпичи скреплены цементом.

Так вот контроль — это клей, который склеивает кирпичи, из которых мы что-то строим. Поэтому контроль надо применять дозированно: знать, где его применять, когда и сколько. А ум хочет ясной и четкой концепции.

Что это такое? Это некие убеждения, скрепленные в жесткую систему, но такая жесткая система становится тюрьмой, не позволяющей двигаться дальше. Я никогда не претендовал на то, что говорю непреложные истины. Более того, я все время повторяю, что это вообще невозможно.

То, что я говорю, является просто способом конструирования неких элементов понятий, с помощью которых мы можем дальше двигаться к следующему, более ясному пониманию самих себя. Но, если мы фиксируемся только на чем-то одном, то дальше уже не можем двигаться.

Мы пришли сюда с зафиксированными конструкциями убеждений, они уже устоялись, но они не устраивают нас ни в каком виде. С помощью того, что говорилось, эти конструкции разбивались, потом то, что возникало, было в форме подвижных частей. Их можно соединять по-другому, по-новому.

Дело в том, что некие концепции, верования и убеждения, содержащиеся в обусловленном уме и мешающие целостному пониманию себя, можно трансформировать.

Допустим, вы верите в представление о возможности попадания в ад после смерти. Я показываю, что нет ада, тем самым разрушаю ваше прежнее представление. У вас может возникнуть дилемма: настаивать на своем или, отбросив его, принять другое.

Но я делаю это не для того, чтобы навязать вам свои представления. Я не предлагаю никаких жестких, фиксированных концепций. Я предлагаю метод, с помощью которого вы можете собирать любые ментальные конструкции, — это осознание.

Если контроль обусловленного ума подобен клею, с помощью которого фиксируется некая система ваших представлений в жесткую конструкцию, то осознание является тем, что фактически этот клей растворяет и нивелирует.

Это приводит к тому, что вы опять свои «кубики» получаете в свободном виде. Более того, вы еще учитесь создавать эти «кубики» — мыслеформы.

Вы можете построить новое здание не из старых кубиков, а из новых, а потом взять его, разобрать и построить какое-то другое. Это и есть творчество. Это то, что позволяет стать творцом и создавать любые реальности.

Миры творятся мыслью Творца. Реальность творится мыслью и различными мыслеформами. Мыслеформы — это кубики. Как вы их собираете — это уже ваше умение как творца. Какие кубики вы породите, какие материалы для строительства используете и как вы их собираете, зависит от вашего искусства творить.

Но если творец берет готовые «кубики», смазывает их клеем и фиксирует в ту схему, которая прилагалась кем-то, то это не творчество, а ремесленничество. Мы же здесь занимаемся творчеством. Творец сам создает план своего творения и в соответствии с ним выбирает подходящие средства для его реализации.

Теперь рассмотрим чувства. Чувства — это вход в эмоциональный центр, через который мы можем проникнуть к целостному пониманию самого себя. Т.е. войти в другие измерения и реальности, соединить и собрать самого себя во всех этих реальностях. Это то, что мы здесь делаем. Именно эмоциональный центр и есть вход в другие реальности. А также эмоциональный центр создает очень важную возможность для слияния и взаимодействия энергий разного рода. Ведь именно через чувства мы входим во взаимодействие с окружающим нас миром.

Вы когда-нибудь влюблялись? Что это такое? Это чувство. Именно благодаря чувствам к кому-то или чему-то вы начинаете взаимодействовать. Не будь их, вы бы холодно друг на друга посмотрели и прошли мимо. Не было никакого импульса, для того чтобы взаимодействовать.

Ведь именно чувства, возникающие у людей друг к другу, приводят к тому, что они начинают вступать в контакт. Каким будет этот контакт — другой вопрос. Но именно чувства вызывают его. В результате смешения энергий, вошедших во взаимодействие, появляется что-то новое.

У бесчувственных людей нет импульса к взаимодействию. Они так и остаются такими, какими были. Но если вдруг появляется некое чувство и их толкает друг к другу, то с ними что-то происходит, они начинают изменяться.

Они могут сопротивляться этим изменениям, как большинство людей и пытаются делать, но все равно изменения происходят. Неосознанно, с болью и страданием, но все равно они меняются. Их изменения связаны с чувствами, с эмоциональным центром.

А так как мы находимся в реальности с жестким контролем сознания, удерживающим частоты вибраций сознания на уровне страха, то не можем не сталкиваться со страданием от взаимодействия друг с другом. Мы не можем не пройти через это. Мы должны прожить это. Потому что путь к самому себе лежит не через философствование, а через проживание того, что есть.

Техническое самообслуживание ума

— Как устроен наш ум? То, что происходит с нами во внешней среде, отпечатывается в нем, и какие-то из этих отпечатков становятся наиболее активными и все время привлекают ваше внимание.

Почему какая-то запись того, что можно назвать прошлым, не оставляет вас? Что-то в ней не отработано, т.е. не закончено. Если что-то не закончено, ты все время находишься там. Ты находишься в состоянии незаконченности какой-то части эпизода твоей жизни.

Спящий человек никогда не бывает удовлетворен. Он все время находится в состоянии включенности в бесконечную гонку. Это подобно конвейеру на заводе. Его нельзя остановить, он все время движется и движется...

Почему мы говорим, что жизнь и смерть идут вместе? Ведь они родные сестры. А что люди называют жизнью? Включенность в некий набор ситуаций, в которых они участвуют. И они никак не могут умереть для этих ситуаций, т.е. они все время пытаются их продлить. Но ведь это то, что было. Но мы тащим это дальше. Самое важное: жить в настоящий момент. Потому что сила в настоящем моменте.

— *Когда моешь чашку — мой чашку.*

— Но это не просто. А по какой причине? По той причине, что мы находимся в реальности, имеющей систему координат прошлого и будущего. Т.е. время здесь линейно. И мы должны сохранять в памяти последовательность прошлых событий, иначе забудем, кто мы, где живем, что делаем. И эту функцию выполняет обусловленный ум. Поэтому отключить его совсем невозможно.

Это одно из самых основных противоречий, в которых находится человек в нашей ситуации. Обусловленный ум — это машина. На холостом ходу она выдает какие-то фрагменты, обрывки мыслей, не связанные эпизоды. И пока ты не включаешь передачу и не начинаешь двигаться, эта машина работает на холостом ходу. Обусловленный ум работает на холостом ходу до тех пор, пока ты его не загрузишь какой-то задачей.

Например, трудоголики. Почему их так называют? Потому что, если они постоянно не загружают свой ум работой, то попадают в состояние хаоса мыслей. Это безумие. Значит, им надо включиться в работу, надо делать, делать, делать... Когда скорость включается и есть направление движения, то ум начинает работать на какую-то цель. А если эта цель снимается, то обусловленный ум начинает выдавать хаос, обрывки, мусор мыслей и образов.

Смотрите. Мы все время здесь находимся в распятом состоянии. И никуда нам от этого не деться. Бросаться из крайности в крайность — только поддерживать это. Надо придерживаться середины. Надо уметь удерживать две противоположные крайности. Но для этого надо проработать, т.е. получить опыт в обеих сторонах.

Обусловленный ум может быть блуждающим или включенным в решение какой-то задачи. Когда ум включается в какую-то задачу, то хаос мыслей систематизируется. Но это надо научиться делать. При этом не надо впадать в крайность, когда уже ничего, кроме достижения поставленной цели не существует.

Ум — это механизм, и его надо правильно использовать. Для этого надо постоянно наблюдать за ним. Он требует постоянного технического обслуживания. В чем за-

ключается ежедневное техническое обслуживание ума? Ты его просто просматриваешь.

Хорошо это делать вечером, перед сном, или утром. Просто лежишь и просматриваешь все записи, которые там есть. Фактически таким образом ты разряжаешь не реализованную в прошлом энергию. Что-то, как тебе кажется, было сказано неправильно, и ты испытал чувство вины или осуждения, ощущение недоделанности и т.д. В вашем уме все это скапливается. Просмотрите, что у вас накопилось, и разрядите то, что не завершено.

— *Если я засыпаю и осталась какая-то мысль непрожитая, в голове возникают электрические разряды. От этого иногда просто больно становится.*

— Сама природа ума электрохимическая. В нем происходят процессы, при которых где-то усиливается минус, а где-то — плюс. Соответственно усиливается напряжение между этими участками. Если мы берем аккумулятор и заряжаем его, то он становится заряженным.

Получается, что множество аккумуляторов-двойственностей, связанных с определенными участками ума, заряжаются противоположными зарядами, и тем самым создается напряжение. И оно обязательно создается в течение дня. Вам надо его разрядить.

То, о чем я сейчас говорю, и есть эта разрядка. Она возникает, когда мы одновременно видим две группы клеток, заряженных противоположно. Как правило, это выходит в образе ситуации, где возникло такое напряжение. Мы их просматриваем и тем самым создаем связь между двумя противоположными группами клеток, т.е. создаем замыкание цепи, проходит ток, и напряжение разряжается. Это то, что, на мой взгляд, имеет смысл делать каждый день. Это техническое самообслуживание ума, для того чтобы он не перенапрягался.

Есть периодическое техобслуживание, когда мы просматриваем целый кусок жизни. Это требует уже большего осознания и сопровождается выходом на новое понимание.

Какие-то двойственности или очаги напряжения ума мы не можем убрать без нового понимания. Большинство людей, которые не занимаются подобной работой, не мо-

гут этого сделать, поэтому у них существуют постоянные очаги, находящиеся всегда в напряжении.

Глобальные очаги напряжения — это вина и осуждение, которые не разряжаются, потому что человек никак не может связать одно с другим. Таким образом, не может создать ток между этими двумя полярными полюсами и разрядить их.

— Вот заповедь: «Не судите, да не судимы будете». Если человек пребывает в полюсе осуждения, то это означает, что он тут же впадает в двойственность, при которой испытывает возврат и становится виноватым.

— Да. Он все время это поддерживает и тем самым усиливает напряжение в определенных участках своего ума. А так как ум осуществляет управление телом, то, естественно, все эти импульсы передаются в определенные участки тела, где тоже поддерживается такое напряжение. Поэтому и само тело у человека очень напряжено. Почему и невозможно снять напряжение в теле, расслабиться, пока ты не проделаешь работу с умом, т.е. работу осознания.

Самоосознание и самоисследование — это наука. И эта наука опирается на понимание космических законов. Все это проверяемо, и все это действует. Или останется на уровне морали... А мораль это нечто фрагментарное, временное и относительное. Например, моральный кодекс для автомеханика не нужен. Зачем ему моральный кодекс для ремонта автомобиля? Ему нужно знать устройство автомобиля и различные способы, с помощью которых такой ремонт можно сделать лучше. Вот так надо подходить к работе и с самим собой.

Ожидания

— У меня есть часть меня, которая не видит удовольствия в работе с хорошей техникой, например с компьютером. Она может закричать: «Ненавижу».

— Но дело-то в данном случае не в компьютере. То, что мы называем внешним окружением, и в частности компьютером, является просто неким стимулятором, который усиливает нечто, присутствующее в нас. Поэтому дело не

в нем, а в вас. Возможно, он не делает то, что ты хочешь. Это может касаться компьютера, человека, чего угодно.

Когда у нас есть образ того, как что-то должно быть, мы не хотим принимать то, что происходит. Усиливается внутреннее неудовольствие, неприязнь к происходящему. В конечном счете это приводит к тому, что хочется сказать: «Пошло все на фиг», пнуть ногой, закрыть дверь и зарыдать тяжело, обвиняя всех и вся.

Я думаю, что это относится ко всем, потому что у всех это проявляется в разных ситуациях. Именно это создает основной ад человеческой жизни. Мы что-то хотим, и, в общем-то, это нормально, это проявление жизненной силы. Но когда мы жестко фиксируем и говорим, что должно быть так и больше никак, то начинаем бороться за то, чтобы было так, как мы считаем, должно быть. Но окружение отвечает нам тем же самым: оно начинает бороться с нами. Мы все больше и больше погружаемся в борьбу, наше состояние становится измотанным, обиженным, недовольным. Мы растрачиваем энергию на борьбу с самим собой.

Убеждения

— Чем отличается мысль от убеждения?

— *Мысль текуча.*

— Да. Мысль может развиваться, а убеждение — нет. Все, что порождает текучесть мысли, ее видоизменения, видение объемности того предмета, о котором мы мыслим, является творчеством.

Убеждение — это нечто жесткое, однозначное: так и больше никак. Мы сами внутри самого себя создаем такие жесткие структуры. Если смотреть не физическим зрением на ментальное или эмоциональное тело, то у жестких людей оно отличается от гибких людей цветом, структурой, пульсацией.

А если взять физическое тело. Что такое судорога, например? Мышцу свело, и она потеряла гибкость. Фактически человек почти парализован. Что такое паралич? Это когда ты не можешь действовать, ты стал жестким, каменным. Точно так же может быть паралич мысли или чувства. И когда мы утверждаем что-то, говоря, что только так

и больше никак, настаивая на этом, укрепляя себя в этом, мы становимся жесткими.

— *Это чувствуется на уровне энергии. С человеком очень жестких убеждений всегда тяжело находиться.*

— Он оказывает очень сильное давление.

— *Потому что сопротивление максимальное и ничего невозможно с этим сделать.*

— Ему самому тяжело. Мы чувствуем, когда наше тело расслаблено и нам от этого хорошо. Физически, по крайней мере. Но то же самое можно сказать о мыслях и чувствах. Надо проводить массаж мыслей, релаксацию чувств. Зажимы в теле являются следствием зажимов ментального и эмоционального тел.

— *Мы знаем, что такое релаксация тела, но релаксация мысли... Это что-то незнакомое.*

— Что такое релаксация убеждения? Это перестать давить на других своими убеждениями. Можете ли вы ослабить свое убеждение? Это можно сделать через осознание. Если ты отождествился с убеждением, ты не можешь его отпустить. Если ты за ним наблюдаешь, уже это и есть его расслабление.

Когда ты осознаешь то, что происходит у тебя в ментальном теле, то фактически становишься неким небом или экраном, по которому проходят облака мыслей.

Ведь небо не удерживает облако? Облако проплывает по небу. Но если небо отождествится с облаком и начнет его удерживать, то представляете, что будет? Будет все время одно и то же. Утром вы проснулись, а облака на том же месте.

— *Бывает такое состояние, когда одна и та же мысль крутится и крутится в голове, пока каким-то образом не решишь, что с ней надо делать.*

— Но это и есть результат отождествления с мыслью. Тогда мысль начинает вести по своей тропе. Есть дороги мыслей. Это как в лесу, где люди протоптали тропинки. Большинство людей склонно ходить там, где уже протоптано.

То же самое и в уме. Там есть привычные, протоптанные тропы. Привычка мысли, привычка чувства, привычка действия. Тогда человек предсказуем полностью. Ты знаешь, что он скажет, почувствует, сделает. До тошноты.

Поэтому жизнь людей становится адом, потому что они живут как роботы.

Если бы они были просто роботами, было бы хорошо, у них не возникала бы мысль о том, что нужно что-то еще. Но в них стучится их суть, желающая изменения и текучести.

— Когда я наблюдала, то, с одной стороны, ты отождествляешься с мыслью, с другой — возникает чувство, что тебе это до смерти надоело. Тут появляется другая мысль: «С этим надо покончить и что-то сделать». Но поскольку ты отождествился, то решение будет такое же, т.е. качество сделанного будет таким же.

— Если посмотреть на человека, живущего в полном отождествлении, то можно четко описать все параметры его существования. У него возникают такие-то мысли на такие-то обстоятельства. Они вызывают такие-то чувства и поступки. Все это можно описать как реагирование по типу «стимул — реакция».

Он никогда не действует необычным образом. Он не может выйти за пределы того, что в нем уже сформировалось, тех дорог мыслей, которые были им проторены. Он ходит всегда по одной колее.

Язык

Парадоксальное мышление трудно выразить в существующей сейчас системе языка. В нем нет понятий, обозначающих недуальное состояние. Все психологические понятия строятся на противопоставлении одной стороны дуальности другой ее стороне. Поэтому для выражения того, что вне дуальности, приходится прибегать к аналогиям, сравнениям, которые могут быть понятны тому, кто уже почувствовал такие состояния. Этот парадокс можно выразить фразой: «Познавать Бога можно, только зная Его».

Подобрать слова для обозначения чего-либо в мире ином невозможно, потому что он не двойственный. Понятийный механизм речи человека, когда он касается технической терминологии, в принципе отражает то, что есть в физическом мире.

Например, мы берем то, что мы назвали стул, и говорим: «Это стул». Это будет правильно, люди назвали

этот предмет таким словесным символом. Далее возьмем устройство автомобиля, например карбюратор, коленчатый вал. Здесь-то проблем особых нет, то есть с точки зрения описания технических устройств этот язык работает неплохо, и люди, связанные с техникой, хорошо понимают друг друга, когда используют его. По крайней мере, они могут разобраться в том, о чем говорят.

Но если мы начинаем касаться того, что создает основные проблемы в жизни, как то свобода, истина, красота, любовь, здоровье и т.д., вот тут мы попадаем в непонимание. При этом людям, использующим эти понятия, кажется, что они понимаеют, что говорят, и что другие их понимают. Карбюратор — это карбюратор, есть разные его разновидности, но все их можно описать, схематизировать, начертить, а вот что такое красота или свобода? Люди понимают это очень по-разному.

Да, они выдвигают какие-то гипотезы относительно таких понятий, потом меняют их, но точно сказать, что это значит, никто не может. Много людей гибнет за свободу. А что это такое? Обычно свобода рассматривается как избавление от чего-то, но ведь свобода нужна не от чего-то, а для чего-то. Так для чего же вам нужна свобода, и почему вы считаете, что у вас ее нет уже сейчас?

Т.е. язык, которым мы пользуемся, возник как следствие необходимости получения человеком опыта в разделенном восприятии, и поэтому он его и отражает. Опыт, который человек сейчас получает, это опыт борьбы противоположных сторон личности.

Когда человечество осознает этот опыт, произойдет появление и распространение языка, отражающего следующее качество опыта людей, в которое они перейдут с пониманием своего единства и взаимосвязи всего со всем.

— *Порой нет слов, чтобы выразить свое переживание.*

— А то, для чего нет слов, для обусловленного ума не существует. Возьмите научно-технический прогресс, огромное количество людей занимается именно этим. Деньги, которые тратятся цивилизацией, тратятся именно на это. На одно вооружение тратятся миллиарды долларов.

То есть занимаются тем, что можно конкретно рассчитать, а все остальное кажется не столь важным. Но именно

это, так называемое «неважное», и создает самые большие проблемы, в связи с которыми используется, в частности, вооружение.

САМОИССЛЕДОВАНИЕ

Запрос

Самым важным является ваш запрос. Почему я всегда с этого начинаю? Потому что это самое важное. Вы получите здесь то, на что у вас есть запрос. Никто не сможет дать вам то, на что у вас нет запроса. Так же вы не можете избежать получения того, на что у вас есть запрос.

Прохождение вами этапов процесса собирания себя в целое зависит от силы вашего запроса, от страсти, которая рождается из понимания, что жить по-старому дальше нельзя. Если вам комфортно, все у вас хорошо и вы хотите получить просто новую информацию, это не запрос, а чепуха. Если есть напряжение, сложности, тяжелые состояния, и при этом вы не впадаете в депрессию, не хотите покончить с собой, а, наоборот, пройти через все и разобраться в том, кто же вы есть на самом деле, то это запрос.

Мне это интересно, я сам такой. С такими людьми я буду работать сколько надо, потому что дальше мы пойдем вместе. Это как в связке альпинистов: если один падает, остальные вытаскивают его. С кем попало на такое не пойдешь. Мои занятия — это не разовые лекции, которые можно прочитать и забыть. Есть люди, которые очень заинтересованы в них, и мы вместе работаем длительное время в разных городах. Результаты могут быть очень мощные в зависимости от того, с каким намерением и в какой команде вы делаете эту работу.

Определите свой первый шаг в движении к самому себе. Самое длинное путешествие начинается с первого шага. Он должен быть конкретным. Какова ваша ставка в этой суперигре? Она должна быть больше, чем инстинкт выживания.

Самое сложное — понять свой запрос. Сегодня несколько человек звонили по объявлению и спрашивали,

что у нас за занятия и что они дают. А я им ответил: «Все зависит от того, какой у вас запрос». В ответ услышал: «Ну, знаете ли, я не знаю, чего хочу». Или еще: «У нас нет проблем. У нас все хорошо». Если у вас все хорошо, то нам не о чем с вами разговаривать.

Человек очень интересное существо: он ко всему привыкает. Мы можем жить в аду и не замечать этого. Мы можем тащить огромный груз прошлого и настолько свыкнуться с ним, что он становится привычным.

Все познается в сравнении, но т.к. наше видение определяется тем состоянием, в котором мы находимся, то мы видим только то, что хотим видеть, т.е. то, что нам привычно. Мы говорим: «У других то же самое. Обычная нормальная жизнь. У всех так». А что-то другое мы просто не видим. Но тогда мы не движемся. Находимся в состоянии сна: «Что воля, что неволя — все равно».

— Меня не устраивает монотонность моего существования. Как будто воздуха не хватает. Хочется глоток свежего воздуха.

— В сложных ситуациях всегда содержится импульс для развития. Он может появиться, например, во взаимоотношениях с другим человеком, проблемах с деньгами или еще в чем-то. Изменения стучатся в наш дом через окна и двери. Но все зависит от величины нашего запроса на изменение и трансформацию себя. Через взаимоотношения с каким-то человеком мы можем выйти к запросу на понимание законов этого мира. А можем просто ограничиться тем, что будем меньше с ним ругаться.

О чем я говорю? Об уровне запроса к самоосознанию. Все определяется силой вашего запроса. Потому что это та направляющая энергия, которая выбросит вас вверх, к самому себе. Но насколько она велика у вас? Подлетите ли вы на полсантиметра и опять упадете или взлетите так, что изменения перейдут в трансформацию?

Я не могу за вас это сделать. Ни один человек не может родить запрос за другого. Именно поэтому я так много говорю об этом. То, что я могу сделать для вашего развития, я делаю, но вы должны делать то, что можете сделать именно вы.

Ваш запрос — это билет в наш процесс

Все, что возникает в вашей жизни, очень важно. Но с частью этого вы боретесь, считая это неправильным. Все является правильным, несмотря на выдаваемую вашим умом оценку — что правильно или неправильно. То, с чем вы боретесь, привязывает вас к трехмерной реальности, это распинает вас на ее кресте.

Наш Процесс высвечивает такие отождествления. Поэтому очень важно, как вы реагируете на то, что считаете нехорошим, неправильным. На то, с чем, как вы считаете, надо бороться.

Борьба — состояние обусловленного ума, за которое он держится. Наш Процесс показывает вам все так, как оно есть. Дальше дело за вашим выбором. Напоминаю еще раз: если есть что-то, с чем вы боретесь, то этим вы распинаете себя на кресте трехмерной реальности, поддерживая и продолжая свое страдание и боль.

— Я заметила, что меня в жизни стали интересовать только занятия, посвященные своему духовному росту, и работать уже не хочется. Работа перестала приносить удовлетворение, хочется делать что-то, куда можно было бы вкладывать душу.

— Все, что есть в нашей жизни, необходимо нам. Но мы не берем оттуда силу, а тратим ее на механистическую борьбу. Какие у вас существуют зацепки за трехмерную реальность?

— *Материальные.*

— *Я заметил, что ускорился темп жизни и все начало сыпаться.*

— О чем это говорит?

— *Хотелось бы узнать.*

— Не ждите ответа от меня, его надо родить самому. Никто не может за женщину родить ее ребенка, но есть те, кто помогает ей в этом. Когда вы рассказываете что-то и получаете готовый совет, это совсем не то. Надо родить его самому. Я создаю возможность для того, чтобы это произошло.

Как рожает женщина? Она хочет освободиться, а ребенок хочет выйти. Это обоюдное желание приводит к тому,

что она рожает. Женщина стимулирует ребенка, который начинает активно выходить. Наш процесс похож на роды. Вы рассказали что-то, и это явилось толчком к чему-то следующему, что надо так же высказать до конца и увидеть.

Женщина понимает, что она женщина, когда рожает, до этого у нее не было опыта рождения ребенка, и она знает это лишь теоретически. Никто за вас не родит ваш вопрос и ваш ответ. И если у вас есть запрос, он обязательно реализуется. Как и когда, вы не знаете, но реализация будет. Именно запросом мы создаем все, что происходит в нашей жизни. Но не осознавая своего запроса, мы часто считаем, что происходящее к нам не относится.

Неосознанная жизнь приводит к тому, что большая часть человеческих запросов работает механически. Человек не понимает, что делает, но именно он это и делает. Когда вы начинаете осознавать себя, то убираете из своей жизни ненужное, то, из чего уже выросли, как из старых штанишек. Не видя этого, вы будете продолжать ходить в них.

Чем больше вы осознаете себя, тем четче и яснее ваш запрос. Не техники, а ваш запрос — вот что самое главное. Вы должны его сформулировать так, чтобы он на данный момент максимально вас устраивал, и тогда все будет происходить в соответствии с ним. Как это будет происходить, вы не знаете, но в этом и заключается прелесть творчества. Вы получите ответ на свой запрос, но не знаете, как вы его получите, поэтому это интересно.

Так осознаете ли вы свои запросы? Эту задачу никто за вас не решит. Если я начну раздавать вам советы, то чью жизнь будете проживать вы? Не свою, а мою. Но это неверно. Верно проживать свою жизнь, исходя из того замысла, с которым вы сюда пришли. Поэтому я никому ничего не советую. Я создаю возможность для того, чтобы человек осознал, кто он и с чем пришел сюда, начав дальше реализовывать свой потенциал.

Импульс самоисследования

— Мой ум не знает, как назвать то, чем мы здесь занимаемся, но я чувствую что-то новое и неизвестное.

— Есть книги и семинары школы Холистической психологии, где мы говорим достаточно конкретно об этом. Я доношу до вас в определенных словах и представлениях законы, по которым работает ваша личность, ваш ум и эта реальность в целом. Это законы дуального восприятия. Их понимание указывает вам путь выхода из непонимания, боли и ошибочных поступков.

Можете ли вы сделать различение того, что происходит здесь и в других группах, которые называют себя эзотерическими, религиозными, психологическими? Что движет вами? Почему вы считаете, что вам именно здесь надо находиться? Или это определенная привычка, суть которой вы даже не понимаете? Ведь все может стать привычкой, и осознание может стать привычкой, именно в этом и кроется одна из самых мощных ловушек.

Чем вы руководствуетесь, приходя на наши семинары?

— *Это видение тех законов, по которым работает ум, по которым складывается судьба человека, это совершенно не абстрактные вещи.*

— Да, более конкретных вещей я не могу себе представить. Но то, о чем я говорю, не является простым, более того — это требует ваших переживаний, ведь понимание, к которому мы стремимся, приходит только через осознанное переживание тех частей самого себя, которые вы не хотите признавать в себе.

Для того чтобы получить эти переживания, надо иметь определенные представления, не соответствующие тем, в которых большинство людей находится. Значит, надо создать базу нового знания в своем уме, потом ее надо прожить, и только по мере такого проживания к вам приходит понимание самих себя.

Изменения в физическом теле обойти невозможно, приходит время — и ребенок начинает ходить, говорить, происходят гормональные изменения, а вот что касается импульса самоосознания, то здесь-то все не так. Человек может начать «ходить» в смысле самоосознания, начать говорить в терминах самоосознания, а потом все это бросить. В данном случае изменения не являются необратимыми, вот что самое интересное.

— *Бросив, человек может вернуться сюда.*

— Практически нет. По опыту многих лет работы с группами я вижу, что те, кто отходит от нашего процесса, не возвращаются. Я никого не выгоняю, человек уходит сам и просто забывает то, что здесь было.

Самоосознание — это мощнейший импульс, не менее мощный, чем импульс ребенка к говорению. Телесные изменения видны — был мальчик, а стал мужчина, молчал — а потом вдруг начал говорить. Со временем происходит изменение программы развития тела, и это происходит четко. Ребенок в определенном возрасте начинает ходить и говорить. Есть средние показатели, когда большинство людей начинает это делать. В смысле тела изменения гарантированы, а в осознании себя — нет. Нет программы, заложенной природой в человека, которая обеспечит вам это в связи с вашим взрослением. Более того, с возрастом идет большее, я бы сказал, отупение у всех, кто не имеет импульса самоосознания.

Самоосознание — это универсальная техника, и с помощью нее можно увидеть все. Это универсальная отмычка для любых проблем и задач вашей жизни. Еще раз повторяю, что к самоосознанию должен быть импульс. Ничего невозможно сделать с человеком, если у него нет этого импульса; если же такой импульс есть, пусть даже в зачаточном состоянии, то его можно начать развивать. Если импульс развивается так, что ваше самоосознание становится необратимым процессом, тогда возможно ваше пробуждение, вы можете стать целостным.

Спросите меня о том, есть ли в наших группах люди, у которых этот процесс необратим, я отвечу: «Не знаю». Я знаю, что важно мне — видеть то, что есть, так, как оно есть. Я имею цель видеть иллюзии как иллюзии, увидеть их многогранность и многоликость. Знаю, что у меня есть ключ, чтобы выйти из них, и я пользуюсь этим ключом. Этих иллюзий много, я знаю, что я их буду открывать и буду еще более ясно видеть, как происходит то, что происходит, потому что имею страсть увидеть, как работает эта дуальная реальность, об этом я и рассказываю вам.

Является ли это важным для вас? Зачем вам самоосознание? Я говорю определенные вещи, которые я проживаю. Я всегда опираюсь на собственное проживание. Я каж-

дый раз выхожу на следующие этапы нового проживания, а из них рождается следующее понимание. Это страсть исследователя, и именно ее я передаю вам. Но готовы ли вы быть столь же страстными в исследовании самого себя? Это вопрос к вам.

Процесс самоисследования

— *Мне стало ясно, что по многим внешним причинам я на этот семинар пойти не смогу. У меня в последнее время появилось много работы, экзамены, диплом, все это в одно время. С другой стороны, ощущение очень сильного чувства одиночества, и попадались на глаза ваши книги. Чувствую, надо идти на семинар, но все внешние условия — против. Почувствовал, что мне нужен отдых, передышка, потому что так много всего происходит и все в одно время. И еще к вопросу о различениях, я недавно встретил своих старых знакомых, считающих себя духовно ищущими, и увидел, что, стремясь к духовному, они совершенно не видят то, в чем сидят, видно, что люди сами ответственность за себя не берут, а ждут чего-то, считая, что куда-то двигаются. Ничего лучшего, чем здесь, я пока не встречал.*

— При этом ты создаешь ситуацию, в которой не можешь прийти на семинар. Ведь это ты ее создаешь, вот что самое интересное.

— *Да, я согласен.*

— Часто можно слышать разговоры типа: «Я так хочу на ваш семинар, но у меня нет денег, времени или я заболел и не могу идти». Обычно на это отвечают: «Да, конечно, приходи потом», но я так говорить не стану, а буду все усиливать так, чтобы стали видны части вас, которые создали ситуацию, в силу которой вы не можете прийти сюда. Я скажу: «Это ты создал ситуацию, при которой не можешь идти на семинар». Осознай те свои части, которые считают более важными привычные мысли и дела. И пока ты их не увидишь, ты не сможешь понять, что же на самом деле для тебя самое важное.

Как к этому относится ваш обусловленный ум? Например, вы можете меня обвинить и сказать: «Что-то он слишком многого хочет. У меня-то есть вещи, которые важны

для меня, например, экзамены надо сдавать». А я все равно буду утверждать, что нет ничего важнее, чем самоосознание. Более того, если ваши части потянут вас в механистичность и сон, я создам такие условия, что вам очень трудно будет сюда вернуться. И это все не потому, что я хочу от вас избавиться или отомстить, хотя ваш ум может считать именно так. Нет, ничего подобного, просто я делаю некую операцию, в результате которой вы либо осознаете эти свои части, либо они затащат вас в сон механистичности.

Я уже много раз говорил вам: «То, что здесь делается, — нелицеприятно». Я здесь не для того, чтобы говорить о том, как у вас все хорошо и как замечательно вы духовно развиваетесь. Нет, я начинаю усиливать определенные части вас, чувствуя их, дабы они вышли наружу и вами были осознаны, потому что осознать то, что происходит с вами, можете только вы сами. Моя задача заключается в том, чтобы создавать возможность для этого.

Я не могу осознавать ни за кого, кроме самого себя, но могу создать возможность, при которой возрастает интенсивность процесса осознания у тех, кто находится в группе. Именно поэтому процесс все время идет внапряг, причем напряжение усиливается. Только через такое высокое напряжение можно начать видеть свою личность целостно.

Мы говорили, что изучать самого себя можно только глядя внутрь самого себя. В каждом человеке много разных частей, с этим многие соглашаются, а как они взаимодействуют — не видят. Чтобы это увидеть, нужно проявить противоречие этих сил внутри самого себя.

Вот одно из таких противоречий — вы имеете желание идти на семинар и в то же время создаете ситуацию, при которой не можете пойти на него, потому что нет денег, времени или еще из-за чего-то. Все это есть действие частей вашей личности, которые находятся в противодействии с теми вашими частями, которые хотят идти на семинар. Каждая из таких частей имеет свои представления о том, что правильно или неверно, что важно и что неважно.

Я делаю все для того, чтобы показать вам важность самосознания. На мой взгляд, любая система, которая претендует на звание духовной, должна работать с осознанием; если нет осознания, то она не является целостной.

Она фрагментарна, частична. Если мы посмотрим системы, которые сейчас популярны, то увидим, что обычно в них осознание как главный инструмент понимания себя не используется. Хотя само слово «осознание» может употребляться, но совершенно в другом смысле, нежели тот, о котором мы говорим здесь. Импульс самоосознания пришел в этот мир, но пока он находится в зачаточном состоянии с точки зрения человеческой цивилизации.

Самоисследование очень азартная вещь. На мой взгляд, нет ничего более интересного, чем самоисследование. Если вы хотите провернуть самую большую авантюру в этой реальности, то этим будет являться ваше самоисследование. Только самоисследование даст вам возможности для понимания себя в целостности. Другим способом понять себя целостно невозможно. Вы можете нахвататься чужих мыслей и представлений, но это не будет иметь отношения к самоисследованию. Оно осуществляется только через самого себя. Я могу создать для вас необходимую для этого возможность, но сделать это можете только вы сами.

Если вы считаете себя самоисследователем, то вошли в эту реальность, где присутствует двойственность и разделенность, с целью исследовать ее. Вы пришли сюда по собственному желанию, для того чтобы изучить все механизмы разделенности. Исследователь проводит исследование, а потом пишет отчеты. Скажем, мои книги — это отчеты по поводу исследований, которые я провожу. Это интересно.

Одно дело — просто жить в состоянии «как бы покомфортнее устроиться», но тебе при этом все время будут мешать, потому что этот мир дуальный: ты хочешь любви — тебе подсовывают ненависть, хочешь добропорядочности — тебя обманут. Другое дело — занять позицию исследователя. Да, я просто изучаю механизмы дуальности. Смотрите, в этом случае есть мощный стимул для того, чтобы встречаться со своими страхами. В ином случае встречаться с ними не хочется.

Если вы возьмете обычного человека, которому не понятно, что такое самоисследование, то он скажет, что надо выжить в этом сложном и опасном мире. Он не понимает, что это двойственный мир и никуда от него не денешься.

Он не считает себя исследователем, и его все время будут преследовать двойственности, которые он не понимает: то, что он хочет убрать из своей жизни, будет к нему липнуть, а то, что хочет притянуть, будет от него убегать. И так, выживая и маясь не одну жизнь, когда-нибудь он, возможно, вдруг задумается о том, о чем мы сейчас говорим, и встанет в позицию исследователя, который идет на очень сложные и опасные вещи и экспериментирует с ними. Ему присуща сильная страсть, и он пойдет на все, для того чтобы получить целостное видение.

Я предлагаю вам позицию самоисследователя, потому что она дает возможность понять двойственность и выйти в целостность. Она содержит очень мощный мотив, чтобы не сбегать от того, что не нравится, а идти и исследовать его. А потом рассказывать о полученных результатах. Например, если вы пытались все время избегать состояния вины, то можете стать специалистом по механизмам, порождающим вину. Вы можете сейчас рассказать о механизме того, как у вас возникает вина и осуждение?

Видеть дуальность в себе

Самоисследование — это изучение своей личности. Готовы ли вы к тому, чтобы осознавать свою личность? Ведь осознание является запредельным для обусловленного ума. Его никак невозможно вызвать с помощью ума, никакие техники и методы не помогут вам в этом, потому что все они возникают из дуального ума. Поэтому как бы я ни говорил об осознании, человек спящий не может это понимать.

Основным для нашего процесса является отбор людей, у которых открывается способность к самоисследованию. Открытие этой способности приводит к тому, что они начинают видеть дуальность восприятия их личности, т.е. рассматривать то, что с ними происходит, с позиции двойственности. Они начинают усваивать и применять идею о том, что все, что происходит в их жизни, создается дуальными частями их личности. Если вы этого не понимаете, то никакой трансформации у вас не будет, потому что вы будете продолжать обвинять, осуждать

других людей и при этом чувствовать вину за то, в чем их обвиняете.

Любой человек творит свою жизнь сам. При этом спящий творит, не понимая, как он это делает. Ничего в жизни не может происходить вне самого человека. Если он понимает это, то начинает разбираться с тем, что же он создает в своей жизни. Тогда его начинает интересовать, каким способом он создает свою жизнь, почему какие-то вещи, которые происходят с ним, пугают его, а какие-то радуют. При этом он помнит, что сам создал их. Тогда у него возникает возможность к пониманию двойственности самого себя.

Человек, проводящий самоисследование, начинает видеть, что отождествление его личности с одной стороной двойственности приводит к борьбе с другой ее стороной. Он начинает понимать, что так называемый негатив есть творчество другой стороны его же личности. Тогда он приближается к восприятию идеи о том, что надо прекратить борьбу внутри своей личности. Он начинает понимать, что сделать это можно через принятие в себе так называемых негативных сторон своей личности.

Например, с точки зрения личностной характеристики «я здоровый, сильный», характеристика «я слабый и больной» является врагом. Здесь все построено на борьбе противоположных сторон дуальностей, и она бесконечна. Такая борьба необходима для разведения противоположных сторон и активизации двойственностей, т.е. чем сильнее ты борешься с самим собой в образе внешнего врага, тем больше активизируешь свои личностные двойственности и накапливаешь опыт выживания. Этот механизм работает автоматически, а способность понимать его на уровне осознания у спящих людей отсутствует.

Каждая личность неосознанно ищет такие ситуации и людей, которые активизируют заложенные в нее двойственности. Например, люди ищут религиозные организации, если у них актуализирована двойственность «вера — безверие»; естественно, что в связи с этим они всегда находятся в страдании, хотя с точки зрения одной части их личности они движутся к вере. Но при этом их вера опирается на свою подсознательную противоположность, т.е. на безверие.

Их вера борется с их же безверием, так и создается страдание. Не страдать невозможно, потому что люди борются сами с собой. Только в том случае, когда человек подойдет к тому, чтобы видеть в себе механизм работы двойственностей, он получает реальную возможность избавиться от страдания, прекратив внутреннюю борьбу противоположных сторон его личности.

«Полюби врага своего», — сказано Иисусом именно в отношении такого рода внутренней борьбы. Спящий не видит и не понимает этого. Он ищет спасения вовне, хотя оно находится внутри, в нем.

Трансформация страха (сопротивление)

— Любовь, как и страх, тоже чувство, которое испытывает человек. Почему же ему сложнее почувствовать любовь, что мешает этому?

— Для того чтобы почувствовать любовь, вам надо пройти через все зоны страха, не избегать встреч с ним. Обычная реакция человека на страх — нежелание видеть, сбежать. Так ничего не получится. Надо войти в него.

Если у вас есть ревность, войдите в нее, проживите ее полностью, и вы увидите, как она трансформируется. Когда вы проживаете некое чувство, исчерпываете его, оно трансформируется. Чувство — это энергия, которая не исчезает, а трансформируется и становится другой.

Надо увидеть в себе то, что есть. Если в вас много страхов, то вы говорите: «Да. Я вижу то, что есть, и в этом моя сила. Я готов встретиться с ними и прожить их». И проходя через них, вы становитесь все сильнее и сильнее. Встречаясь со своими страхами, вы забираете их силу, потому что на самом деле страх — это энергия. Но рассуждать об этом теоретически бесполезно, это надо прожить.

— Но ведь это тяжело.

— А кто вам сказал, что будет легко? Олимпийскую медаль тяжело получить?

— Да.

— Так вот, наша работа во много раз сложнее. Все будет происходить по мере вашей готовности. Вы сами себе поставите задачу, которую будете решать. Если вы ее по-

ставите, то обязательно решите. Это точно. Потом будет следующая, которая тоже будет решена. Если есть задача, значит, вам по силам справиться с ее решением. Я не говорю, что будет легко, но точно знаю: вы это сделаете.

Определите свой первый шаг. Самое длинное путешествие начинается с первого шага. Он должен быть конкретным. Какова ставка? Она больше, чем выживание. Но если человек находится в состоянии, когда ничего не хотел и не хочет, он не пройдет. Для этого пути надо уже кое-что иметь либо вообще не вставать на него.

Надо почувствовать расстановку сил внутри самого себя, насколько мощна группировка частей, действительно желающих безусловной любви, осознания и целостности. Может быть, она совсем хилая. Скажите, пожалуйста, какая расстановка сил внутри вас, какой процент частей, которые действительно хотят изменения?

— *Пятьдесят на пятьдесят.*

— *У меня меньше.*

— Вы сделаете очень полезную работу, если сейчас осознаете части, которые сопротивляются. Если удастся увидеть их и услышать аргументы, которые они приводят, то вы значительно увеличите баланс в сторону сил, желающих изменения.

— *Я очень доверчивый человек, и мне кажется, что я полностью «за».*

— К чему приводит чрезмерная доверчивость?

— *К конфликтности.*

— К чрезмерной недоверчивости. Как проявляется ваша недоверчивая часть?

— *Я избегаю ситуаций, когда уверена, что мной будут манипулировать. Вообще ограничиваю возможности своего общения.*

— Вот и смотрите. На поверхностный взгляд вы доверчивы. Начинаем разбираться, и получается, что вы столь же недоверчивы, как и доверчивы.

Если вы находились в осознанном состоянии всю нашу встречу, то могли отследить те сопротивляющиеся мысли и чувства, которые возникали, скажем, по отношению ко мне. Вы можете их проговорить? Это какие-то аргументы,

которые выдает ваш ум. Если вы этого не видите, то ничего не сможете сделать. Это и есть самопознание.

Как вы можете управлять внутренним миром, если не знаете каков он: кто и что там находится? Внутренний мир — очень большая и сложная организация. Вы можете быть президентом организации, не зная своих подчиненных? Если президент захочет провести реорганизацию, ему надо ознакомиться с мнениями работающих на него людей. В противном случае он натолкнется на сопротивление, которое может развалить все его начинания.

— *Боюсь, что вы дадите какое-нибудь упражнение мне и я буду должен его сделать.*

— Это часть, которая хочет быть в стороне. Она боится сделать что-то. Вот и смотрите на результаты познания себя. Из книг его не получишь, его можно получить только из самого себя. То, что вы сейчас проговариваете, и есть те самые золотые зерна знания именно о себе, а не абстрактно о человеке.

— *А у меня нетерпение, хочется скорее что-нибудь сделать, чтобы увидеть себя в самых разных проявлениях.*

— Мы сейчас говорим о ваших сопротивляющихся частях.

— *Я зациклен и, наблюдая за вами, все время думал, чувствуете ли вы то, о чем говорите, живете ли этим.*

— Скажите прямо, что у вас возникла мысль по поводу моего бесчувствия и непонимания того, что я говорю. Говорите всегда прямо. Я вижу дуальность личности и понимаю, что служу экраном, на который будет спроецировано все, что у вас есть, и особенно то, что вы не осознаете.

Я пытаюсь сейчас вывести это на экран вашего сознания. Вам легче будет говорить обо мне, поскольку испытываете вы это сейчас по отношению ко мне, забыв о том, что оно ваше. Осознавать непосредственно возникающие мысли и чувства — это высокий класс. Появилась мысль, и вы ее сразу осознаете. Но к этому надо еще прийти и сделать это можно через сознательное проецирование того, что есть у вас, на кого-то, в данном случае на меня и проговорить это вслух.

При этом я буду возвращать вам ваши же мысли и чувства. Вы их высказываете по отношению ко мне, а я напо-

минаю вам, что они ваши, и тогда у вас происходит понимание дуальности своего восприятия. Это принцип зеркал, при помощи которого можно развивать в себе осознание.

Если вы будете просто интересоваться мной, то никаких полезных выводов для себя не сделаете. Дело не во мне, а в вас. Я здесь не для того, чтобы показать, какой я умный и просветленный, а чтобы помочь вам узнать самих себя. Используйте ситуацию для этого, говорите мне все что угодно, высказывайте недовольства в мой адрес, которые у вас возникали, все чувства, которые испытывали. Таким образом, вы получите прибыль своего собственного осознания.

— *Меня раздражает ваш истеричный смех.*

— Значит, я истеричный человек?

— *Нет, я*.

— Продолжайте развивать дальше мой образ.

— *Я увидела, что вы это делаете нарочно, в воспитательных целях.*

— Опишите, что вам не понравилось.

— *Вы безжалостный. Сидите и думаете, что можете сделать с нами что захотите, а мы для вас — подопытные кролики.*

— Вам сейчас трудно продолжить, потому что идет блокировка. Откуда она? Если все время оглядываться на мнения других людей и думать о том, что хорошо, а что плохо, то никакого самоисследования не будет. Это происходит, когда вы отождествляетесь с общественным мнением.

Я могу быть любым, способным на все что угодно, смотря по обстановке. У меня нет никаких жестких техник и методик, я просто чувствую, что надо делать в следующий момент. В каждом из нас есть все, но когда мы не видим что-то в себе, оно нами управляет.

Если я знаю, что могу закатить истерику, это одна ситуация. А если я этого не знаю, то буду закатывать их бесконечно, делать удивленные глаза на замечания окружающих по поводу моей истерики, потому что не вижу ее в себе, но именно поэтому и воспроизвожу ее постоянно. Если вы чего-то боитесь, то оно уходит от вас?

— *Да, если знаю, чего боюсь*.

— Хорошо. Чего вы боитесь?

— *Наверное, потерять близких.*

— Что происходит в результате вашего страха?

— *Получается, сам себя поедаешь этими мыслями.*

— Вы все время теряете то, что боитесь потерять. Как только подумали, что страшно потерять близкого человека, вы его потеряли. Эта реальность создается мыслями. Появилась мысль, следом — реализация. Как только вы испугались потери, вы ее создали.

— *В мыслях?*

— И в мыслях, и в реальности.

— *В будущем?*

— В настоящем. Как только подумали, сразу потеряли. Почему трус умирает тысячу раз? Потому что как только он подумал, что боится умереть, он умер. А так как он боится все время, то и умирает все время. Это очень важный момент. Именно так создается жизнь, судьба, так построена эта реальность.

— *Если человек понимает, что все именно так, он борется с этим и ничего не может сделать.*

— Чем больше вы будете бороться с этим, тем больше будете это укреплять. Каждый здесь пытался бороться со своими страхами. И что? Мы бы с вами не говорили сейчас о них, если бы ваша борьба с ними была успешной. Она не работает, более того, работает в другую сторону. Чем больше вы боретесь с чем-то, так сказать, негативным, тем больше укрепляете его. Но чтобы это понять, надо к этому подойти.

Какая разница между лекцией и практикой? Я могу вам рассказать о том, как, например, создаются вселенные. Только что толку? Важным является то, что чувствуешь сам, что прожил. Если я что-то говорю, то я это прожил, для меня это так, потому что оно прожито мной. Если вы не проживали что-то, то для вас это умозрительная информация, которая завтра же будет забыта.

Для того чтобы понять что-то, надо разрешить себе это прожить. А для того чтобы разрешить себе прожить то, что, как вам кажется, вы не хотите проживать, надо иметь очень сильное устремление это делать и понимать, зачем вы это делаете.

— У меня была боязнь сделать что-то, что вы попросите. Неизвестное пугает.

— У вас боязнь действия. Не просто неизвестного, а именно действия, когда указывают пальцем. Нужен прыжок. Сейчас ваша очередь прыгать. Теоретически все готовы прыгнуть, но боятся, что придет их очередь сделать это.

— Меня раздражает, что вы муссируете страх перед неизвестным, как бы увеличивая его.

— Вы боитесь неизвестного? Как можно бояться того, чего не знаешь? Ум подбрасывает вам формулировку «боюсь неизвестного», но вам нечего его бояться, потому что вы не знаете его.

Страх возникает у механических частей, которые должны измениться и не хотят этого. Источник страха — сопротивление механических частей, которые не хотят меняться. Как хитро придумано: человек говорит, что его страшит неизвестное, при этом не хочет даже сделать попытку разобраться в том, что же такое его страх.

Чистота намерения

В моей работе возникает много всяких ситуаций, когда меня могут обвинить во всем, в чем только можно. Если вы не принимаете ответственность за то, что думаете, чувствуете и делаете, то будете проецировать осуждение за это на других. А так как я очень сильно драматизирую теневые зоны личности, то поток такого рода обвинений на меня, как вы понимаете, не маленький. Поэтому если бы у меня не было необусловленной любви и принятия всего, что есть, как частей самого себя, то я бы этой работой не мог заниматься.

Осознание — высший уровень развития интеллектуального центра, а Безусловная Любовь — высший уровень развития эмоционального центра. Соединение Ума и Сердца — вот что очень важно для всех людей. Бывают сложные ситуации, через которые мне помогают проходить Осознание и Любовь. Я точно знаю, что нужно делать, и спокоен. Это не значит, что нет переживания различных чувств, когда входишь в ловушки.

Я — играющий тренер и вхожу во все их многообразие. Идет проживание всевозможных чувств, но при этом я наблюдаю за ними и продолжаю любить их безусловно. Проявления бывают разными: я могу наорать, выругаться матом, выгнать, т.е. делаю какие-то вещи, которые, по мнению многих, несовместимы с поведением учителя. Я могу вести себя как угодно в зависимости от того, что на данный момент нужно вскрыть и показать.

— *То есть вы искренни в своих проявлениях?*

— Совершенно искренен. Я переживаю вместе со всеми, вхожу в двойственности, в которых давно бы захлебнулся, не находясь в состоянии любви и осознания. Это совсем не просто — входить в ловушки других людей, т.е. самого себя. Такая работа может делаться только из безусловной любви. По мере открытия своего сердца вы допускаете туда все что угодно, более того, самое сложное — негатив.

Принять в других людях негатив вы можете, только приняв его в себе. Вы разрешаете себе чувствовать свой негатив. Мы уже говорили, что в других людях осуждаешь то, что не осознаешь себе. Вы можете научиться скрывать свое осуждение и ненависть к чужим порокам, но это фикция.

Я могу быть любым и именно по этой причине принимаю все в других людях. По мере расширения сознания вы начинаете охватывать им все больший и больший диапазон. Если вы охватываете своим сознанием человечество, то в нем есть все: самый последний негодяй и святой, и все это вы принимаете в себе. Если принимаешь в себе, то можешь принять и вовне. При этом требуется полная искренность с самим собой ментально, эмоционально и физически, чтобы не принять фикцию за истинные чувства.

Есть безграничная уверенность и сила, которые возникают в таком состоянии. Я не нуждаюсь в подтверждении правильности или неправильности моих действий. Я исхожу из самого себя и знаю, что это правильно. Хотя иногда сразу не могу объяснить, почему что-то происходит именно так. При этом мое сердце — это компас, который ведет меня к самому себе.

Тема вашего самоисследования

Что значит взять тему для самоисследования? Это значит начать проживать осознанно свой опыт дуальности. Но не считайте, что вы можете взять себе тему, просто подумав и выбрав ту, что вам больше нравится. Все темы вашего самоисследования вами уже заданы, они и составляют структуру вашей личности.

Контекст и особенности проявления дуальностей вашей личности определяются особенностями ее формирования, которые своеобразны для каждого человека. Это значит, что нет двух подобных личностей, каждая из них своеобразна. Поэтому знание о программах своей личности вы не можете получить никак, кроме проведения собственного самоисследования.

Я передаю вам главные принципы того, как проводить самоисследование, а также делюсь результатами собственного самоисследования. Так же я стимулирую вас на проведение вами собственного самоисследования, показывая на ваших примерах, как это можно делать. Занимаясь проведением собственного самоисследования, вы создаете и укрепляете в себе собственного самоисследователя, что и является самым важным в нашей работе. Вы проводите свое самоисследование сами, я же вам просто показываю, как это делать.

Наш процесс можно назвать институтом самоисследования. Каждый его участник исследует свою тему, т.е. свою личность. При этом мы все занимаемся исследованием программ выживания, построенных на страхе и борьбе.

Осознанно проживая опыт своей личности, ты понимаешь, что все, что ты имеешь в жизни, ты создаешь именно для того, чтобы исследовать самого себя в такой форме проявления как эго, или личность. Порой проживаемые тобой состояния захлестывают, как девятый вал. Ты начинаешь впадать в свое привычное состояние отождествления и раздражения. Если твой самоисследователь еще не очень крепок, то ты можешь заснуть, т.е. прекратить исследование. Именно в такие моменты необходима поддержка пробужденного человека или группы самоисследователей.

Тебе нужны прямые зеркала для разотождествления со своим состоянием. Ты проговариваешь его, не умалчивая ничего, каким бы оно ни было. Почему нужно делать это с человеком, который сам занимается самоисследованием? Потому что спящий человек будет поддерживать твои старые программы, ведь он с ними отождествлен. Тебе нужен человек-зеркало, который принимает то, что ты говоришь, и возвращает тебе, не добавляя ничего своего. Только тогда ты начинаешь видеть, что же ты сейчас проявляешь.

— *В этом и заключается процесс разотождествления.*

— Совершенно верно. Ты начинаешь выражать свое состояние полностью, одновременно наблюдать за ним, причем очень детально. В периоды исследования наиболее сложных тем требуется очень высокий уровень осознания, потому что любая тема — это отождествление, а оно захлестывает очень непростым состоянием, когда все надоело, от всего устал. Выйти из него — это начать его наблюдать, проговаривая и слыша то, что говоришь.

Процесс самоосознания предполагает наличие тех людей, которые будут его принимать, только благодаря им ты сможешь слышать то, что говоришь другим, т.е. себе. Вам нужно хорошо понимать, что, говоря другим, вы на самом деле говорите только себе, а не кому-то. Разговаривая с другими, вы общаетесь с самим собой. Одна часть вас говорит с другой частью вас же. Такое видение не известно спящим. Они считают, что я — это я, а другие — это другие. Пока вы не поймете, что других нет, что есть только вы, вам будет очень сложно или даже невозможно проводить самоисследование.

Группа самоисследователей

— *Когда я попытался войти в сердечный центр, то почувствовал желание, чтобы в нашей группе появились новые люди. Мои переживания связаны с группой и ее дальнейшей работой.*

— Это очень важно, потому что группы нашей Школы открытые. Жить они могут только тогда, когда идет взаимообмен, приходят новые люди. Безусловную Любовь невозможно использовать только для себя и своих целей. Та-

кое искушение возникает, но ничего хорошего из этого не получится, потому что суть этой энергии в том, чтобы быть распространенной везде и всюду. И поэтому жизнь наших групп зависит от того, насколько они открыты.

У нас нет убеждений, ради которых мы делим людей на плохих и хороших, наших и не наших, и поэтому нет оснований от кого-либо или чего-либо закрываться. Новые люди приходят с тем, что важно для группы. Кто-то из них останется и будет частью группы, кто-то уйдет, внеся в наш процесс то, что должен был внести. Я благодарен всем.

Любой пришедший в группу человек несет подарок, т.е. возможность для группы осознать что-то. Кто-то будет выполнять свою роль механически, не понимая, что делает на самом деле, но в итоге сделает то, что нужно всем. Поэтому нам не надо никого вербовать или убеждать в чем-то. Мы просто делаем то, что делаем, — живем, чувствуем и осознаем.

Всякий, кто хочет к нам прийти, может это сделать. Мы всегда рады тому, кто приходит, потому что это часть нас и она несет нам что-то важное. Независимо от того, готов ли человек понять себя полностью и остаться в группе или нет, он очень важен и ценен. Я благодарен каждому, кто пришел. И как бы механически он ни выполнял свою роль, группа всегда имеет возможность извлечь из этого очень многое, если с должным вниманием отнесется к каждому, кто приходит, и к каждому происходящему событию. Малое в большом, а большое в малом. Все взаимосвязано и очень важно.

У тех, кто пришел в этот раз, возможно, возникнет желание войти в группу и стать ее частью. Разделение и непонимание возникают, когда не принимаешь участия в работе группы. Когда участие есть, приходит понимание того, что все происходящее с нами — результат того, что мы делаем сами. Вы чувствуете во всем, что делается, свою ответственность, и, если что-то не нравится, то имеете возможность изучить часть себя, реагирующую таким образом.

Все мы в одной лодке, и если она, как нам кажется, плывет не туда, надо разобраться почему. Это общее дело. Такой подход дает наиболее мощные результаты. Путь, которым мы идем, интересен потому, что идя по нему, вы

более интенсивно и в ускоренном темпе сталкиваетесь с частями самого себя. Наш путь все принимает, ничего не отторгая. Здесь мы во всем видим части себя. То, что вы говорите другим людям, надо вернуть себе и рассмотреть с точки зрения самого себя.

Для нашего пути нет своих и чужих. Хотите идти вместе с нами? Пожалуйста.

Здесь вы встретитесь с самым величайшим и самым ужасным в себе. Кто-то вначале видит самое ужасное, кто-то — самое прекрасное, и все это для того, чтобы выйти в Сознание Единства, где ужасное и прекрасное становится одним.

Если вы будете внимательно смотреть в глаза другого человека, то увидите все маски, которые он когда-либо надевал, и, пройдя через них, в конечном счете придете к тому, что мы есть Единое Сознание.

Я предлагаю вам восприятие меня как части вас. Это ваша осознающая часть. Допустим, я — та часть вас, которая продвинулась дальше остальных в осознании себя, и она вам рассказывает о своем опыте и восприятии. Как вы относитесь к этому? Вы благодарите меня, т.е. самого себя, или начинаете бояться зависимости от меня, т.е. от самого себя.

С точки зрения обусловленного ума мы не можем быть одним. Я — это я, а ты — это ты, — так считает он. Это разделяющее восприятие. Если кто-то появляется и говорит что-то новое, значит, оно появилось в вас и говорит вам. И если вы его благодарите, то благодарите самого себя, потому что нас много, но мы одно. Само понятие «я» становится широким. Если сделать этот прыжок и расширить свое представление о себе, скажем, до группы, то у вас будет уже совсем другое восприятие себя и жизни.

Зеркала

Как далеко вы готовы идти в путешествии к самому себе? В каком зеркале вы готовы увидеть себя? А увидев, испугаться и убежать или принять то, что есть? В последнем зеркале вы увидите всего себя полностью, как на рентгене. Если пройдете его, станете просветленным. Но

до него будет множество других зеркал. Кому-то показали одно маленькое зеркало, он возмутился и сбежал. С какими зеркалами вы готовы встретиться сейчас?

Я создаю возможности ускоренного прохождения любых зеркал, но это имеет смысл только для того, кто действительно имеет намерение узнать себя в целостности, что, кстати, является проверкой на прохождение через зеркала. Моя задача — ставить их, ваша задача — видеть то, что есть, и проходить. Здесь никто ничего не гарантирует, все зависит от вас.

Страсть к пониманию себя

Важно понимать, что́ я вам передаю и что́ я делаю, тогда вам будет понятнее и то, что делаете вы. Важно также понимать, как я вам это передаю. Может быть, это самый основной вопрос, потому что, просто слушая то, что я вам говорю, не понимая при этом, что же я передаю, вы не можете уловить суть. Мудреная фраза получилась, но тем не менее. Если сказать просто, то я передаю способность к самоисследованию. Это то основное, что у меня есть.

Я делюсь результатами собственного самоисследования. Но понять эти результаты невозможно, если ты не имеешь страсти к самопознанию, если для тебя это не является главным смыслом жизни здесь. Т.е. понять то, о чем я говорю как самоисследователь, возможно, только самому став самоисследователем. Только так.

Я повторяю, что мне не надо верить, надо все, о чем я говорю, проверять на самом себе.

— *Но нельзя же все перепроверять, может быть можно поверить на слово?*

— Тогда у вас не будет собственного понимания того, что это действительно так, потому что вы это не прожили сами. Тогда вы будете получать то же, что получаете при обычном образовании, т.е. просто некую сумму знаний, принимаемых вами на веру. Многие люди верят в то, что не прожили на собственном опыте.

Ты теряешься во множестве иллюзий и становишься их рабом. Многие знания, передаются как истина в последней инстанции, а ты их и принимаешь таким образом,

а дальше видишь мир в соответствии с ними, даже не задаваясь вопросом об их возможной относительности.

— *Везде же передаются представления человека о самом себе.*

— А вот здесь не передается истина в последней инстанции. Более того, говорится, что только сам ты можешь узнать ее в самом себе, и это крайне важно. Я передаю возможности проведения самоисследования. Если в человеке есть этот импульс, то он начинает эти возможности принимать и понимать постольку, поскольку начинает это делать сам.

Если он не делает это сам, то этих возможностей как бы и нет. В нашем процессе передаются основные принципы проведения правильного самоисследования, идет обмен опытом его проведения и полученными результатами. Но если у человека нет импульса к самоисследованию, то для него все это пустые слова.

Самоисследование не останавливается на каком-то моменте, оно все время изменяется и развивается. Самоисследование ведет вас к сути того опыта, в котором мы находимся здесь. Наш процесс — это постоянное движение к еще большему пониманию себя и всей этой реальности.

— *Если мы выбрали для жизни этот двойственный мир, то нужно изучать его механизмы, а в итоге видеть, что же через это мы приобретаем.*

— Так что же такое самоисследование, и откуда идет его импульс? Почему в ком-то он есть, а в ком-то нет? При этом есть огромное количество ученых, экономистов, религиозных деятелей, деятелей культуры и т.д., но импульса самоисследования у большинства из них нет. Он идет от души в сердце. Это прямой канал связи с душой и духом, которые не находятся в этом мире.

Ум и тело находятся в этом мире, и когда мы перейдем в мир иной, то физическое тело мы оставим, но заберем прожитый нами опыт. Тело и ум — это в принципе единый организм, но его изучение возможно только из того, что вне ума и вне тела.

Если мы возьмем науку, то она исходит из ума и умом же изучается, т.е. это ум, изучающий порождения самого себя. Но, находясь в самом себе, он не может видеть себя целостно. Импульс самоисследования идет из того, что вне

ума, т.е. из души и духа. По сути, мы, являясь телом, умом и душой, т.е. триединым существом, живем разделенной жизнью. Каждый из трех элементов, составляющих то, что мы можем назвать «Я», имеет свои цели, которые чаще всего являются взаимоисключающими. Живя таким странным образом, мы не знаем об этом, поэтому и поражаемся тем драматическим состояниям и ситуациям, которые с нами возникают. Они нас раздражают, мы начинаем осуждать, обвинять и чувствовать вину. Но можно использовать такие негативные состояния для понимания себя как находящегося в процессе прохождения дуальных уроков. Это и есть самоисследование.

Накопление энергии

Что представляет собой наша группа? Здесь не может быть все «нормальненько» — это смерть, это значит, что аккумулятор группы разряжен, значит мы ничего нового не можем открыть. В результате идущих у нас процессов кто-то переходит к одному полюсу, кто-то — к другому, но мы не разъединяемся. Это самое важное. Я всегда говорю, что любые процессы правильные, главное — не выходить из них, не убежать.

Мы накапливаем энергию в группе, и нам она необходима. Почему в какие-то периоды возникает очень сильное напряжение? Это бывает именно в период перед прыжком. Мы аккумулируем энергию. Но выдать ее мы должны не в бестолковой болтовне — для аккумулятора это просто замкнуть клеммы проволокой, он разрядится, и ничего не произойдет.

И совершенно другое, когда к нему подсоединяется какой-то прибор, например лампочка, которая будет светить. Нам надо дать свет осознания. Напряжение, которое мы получаем, надо преобразовать в осознание, т.е. превратить в энергию другого качества. Мы переводим наше напряжение в энергию нового качества. Это и есть наш прыжок, это и есть наш выходной результат как группы. Это подарки следующего уровня осознания.

— Я ощущаю это в теле как раскрутку еще одной спирали, выход на следующий виток.

— У нас процесс идет очень ускоренно. Способность каждого в отдельности и группы в целом выдерживать высокое напряжение является очень важной. Но если я говорю, что только плюсовая клемма моего аккумулятора имеет право на жизнь, а минусовая — от дьявола, и не хочу ее признавать, то как я накоплю энергию? Никак. Сознательно люди накапливают только энергию плюса, минус они видеть не хотят.

Но разделение плюса и минуса происходит независимо от того, хотите вы их видеть или нет. Но, не желая видеть минус, вы не можете осознать ту дуальность, которая вызвала это напряжение. Находясь только в плюсе, вы не можете произвести ток. Если вы отрицаете какую-то клемму, то не можете пользоваться своей энергией в полном объеме. Таким образом, вы все время накапливаете энергию, но не реализуете ее в полном объеме, т.е. приводите себя в состояние взрыва.

Очень важно понять, что надо уметь накапливать энергию в тех количествах, которое нужно тебе сейчас. Лишняя энергия не нужна, она разорвет тебя. Недостаток энергии не даст тебе сделать то, что тебе нужно. Поэтому надо хорошо чувствовать, сколько тебе сейчас надо энергии.

Если вы заметили, то я часто стимулирую какие-то процессы, с тем чтобы повысить ваше напряжение. Я говорю какие-то вещи, показывая одну сторону медали. Начинается западение на нее, и вдруг я показываю вторую сторону, как бы отрицая то, о чем говорил до этого. Это создает очень сильное напряжение, но именно оно нам необходимо для того, чтобы сделать прыжок и осознать ту двойственность, с которой мы играли. Ведь игра идет на двойственностях. Что есть плюс и минус? Это противоположные стороны двойственности. Наш мир и есть игра противоположностей.

Каким образом возникают потоки событий в этом мире? Это потоки событий, которые разворачиваются между плюсом и минусом, т.е. одной стороной двойственности и другой ее стороной. Тот, кто вышел за пределы двойственностей, может использовать их. Это и есть всемогущество.

Почему дует ветер, как возникают ураган, гроза, молния? Где-то скапливается энергия одного знака и где-то —

другого. Если мы берем ветер, то где-то возникла сильная плотность, а где-то — разрядка. И тогда воздух начинает передвигаться туда, где разряженная атмосфера. И чем больше в каком-то месте разрядка, тем с большей скоростью движется ветер.

Как управлять ветром? Если вы умеете создавать где-то разряженность, то тем самым вы можете управлять направлением и силой ветра. А если мы берем психические события? Ведь это то же самое. Но если я не осознаю что-то в себе, какие-то свои полярные части, то не я ими управляю, а они мной. Они меня вовлекают в поток событий, который создается в связи с напряжением между ними, и я, увлекаемый ими, лечу как листок, упавший с дерева.

Например, яхтсмен высокого класса умеет управлять яхтой так, что добирается быстрее всех туда, куда нужно, независимо от направления ветра. Он обладает умением владеть парусом и лодкой. Но уровень мастерства того, кто умеет создавать ветер, выше, чем уровень яхтсмена, умеющего направлять лодку при любом ветре. Уровень Творца — это уровень того, кто умеет управлять ветром.

Если я — яхтсмен и умею управлять ветром, то создам такой ветер, который необходим мне, чтобы при фиксированном парусе лодка шла четко по направлению к моей цели. Если я не обладаю таким умением, то максимум, что в моих силах, это управлять парусом так, чтобы при любом ветре, который от меня не зависит, я бы мог соблюдать правильное направление движения яхты.

Если мы не умеем уравновешивать двойственности внутри самого себя, то что мы будем делать? Мы будем искать того, кто уравновесит активизированную в нас сторону двойственности вовне. Потому что все стремится к равновесию. Если я слишком весел и активен, то буду искать того, кто невесел и пассивен. Хочу я этого или не хочу, но я должен уравновесить то, что я слишком сильно проявляю.

Но тогда я сильно привязан к внешнему миру, так как мне кажется, что только он может дать мне успокоение. Я не понимаю, что делаю, меня куда-то влечет, со мной что-то происходит. Так как я не осознаю себя, то все эти процессы протекают совершенно непонятным для меня образом. Меня притянуло одно, потом другое, а вот здесь я почему-то

застрял, а отсюда сбежал. Но все это регулируется законом уравновешивания противоположных сторон дуальности.

Все, что мне нужно, находится во мне. Но я бегаю и ищу вовне то, что мне нужно. Неважно, что это. Если человек озабочен духовным развитием, то для него важен Бог, просветление или какое-то знание. Где он их будет искать? Тоже вовне. Он будет ездить по святым местам, искать каких-то людей, книги. Но если он знает, что у него все есть внутри, то будет заниматься самоисследованием.

— *Значит, когда легко и хорошо, это не состояние равновесия, и обязательно надо ждать чего-то плохого?*

— Это будет продолжаться до тех пор, пока ты не научишься уравновешивать двойственности внутри самого себя. Тебе может быть хорошо тогда, когда ты нашел вовне свою противоположность. Но если этот человек изменит свое состояние, то тебе уже не будет хорошо. Но именно эта неудовлетворенность и заставляет человека искать, становиться на духовный путь, в результате которого, может быть, он придет к осознанию того, что все, что он искал вовне, находится в нем.

Собирание себя

Есть настольная игра «Пазлы», в нее вкладывают картинки того, что можно из них собрать. Наш процесс подобен этой игре в том, что мы тоже собираем себя в целое. Но для этого вам надо знать картину собственной целостности, которую вы имеете намерение собрать. Я вам все время напоминаю о ней. Если вы начинаете придумывать такую картинку, опираясь на иллюзорные фантазии, то в итоге соберете лжекартинку, и она не сработает.

— *Порой просто не знаешь, что с этим делать.*

— Во внутреннем мире все части видятся как фрагменты, причем каждый фрагмент претендует на то, что он и есть целое. Основное, о чем мы говорим, это о двойственности: «Ищи двойственность!» Когда видишь двойственность, то уже знаешь, где искать и какой фрагмент. Если нет видения противоположных сторон двойственностей своей личности, то вообще не знаешь, что искать и что складывать.

— Это как в присказке: «Пойди туда, не знаю куда, принеси то, не знаю что».

— Точно. Суть самоисследования — это сбор целостной картины самого себя. Мы собираем ее из дуальных фрагментов, частей самого себя.

— Опять же можно увидеть картинку, но не собрать.

— Если ты не соберешь ее, то она останется абстрактной, нереализованной.

— Вчера я задала вам вопрос: «Нельзя ли поверить на слово?» Сегодня я сама себе ответила. Знание само по себе бесценно, но именно проживание, получение опыта превращает это знание в ценность.

— Вот именно. Знание, чувствование и проживание на опыте — это и есть составляющие понимания. При наличии одного компонента, но отсутствии других, ничего не происходит. Когда люди приходят и говорят, что пришли просто послушать, то я отвечаю, что это им ничего не даст.

Кто-то приходит и начинает переживать привычное. Он совершенно не слышит то, о чем мы здесь говорим на уровне нового знания, и трактует это плоско, по привычной для себя схеме «Да-Нет», «согласен — не согласен». Так целостную картину самого себя не соберешь.

Человек должен включиться в собирание своих фрагментов, при этом имея в виду правильную картину, которую надо собрать. Видеть ее он не может, но может чувствовать верное направление своего движения. Это как внутренний компас, указывающий направление движения к самому себе.

Пока стрелка вашего внутреннего компаса не будет постоянно указывать правильное направление, вы будете пребывать в состоянии дезориентации. В эти периоды вам надо использовать видение того, кто путем постоянного самоисследования добился устойчивого положения стрелки внутреннего компаса.

За счет работы в группе идет уточнение общей картины и стимуляция к творчеству по ее сборке. Все пришедшие сюда и делающие эту работу вносят свой вклад в общее дело сборки самого себя.

— Я задавала себе вопрос: «Смогу ли я сама вот так отслеживать?» Да, вроде бы могу, вижу фрагменты, а со-

единить их не могу. Придя в группу, проговаривая и слушая других, эта картинка соединяется.

— Да, это так. Работа в группах дает возможность проявлять и уточнять свою и общую картину каждому. Семинар дает возможность увидеть результаты проделанной работы и наметить следующие шаги.

— *Порой идет семинар где-то в другом городе, не у нас в Тюмени, а я вдруг начинаю чувствовать через тело этот процесс, со мной начинает что-то происходить, я еще не могу понять причины этого состояния. Потом, когда приезжает Лена и рассказывает о происходящем на том семинаре, то мне становится все ясно, почему так реагировало мое тело. Семинар происходит где-то, а я проживаю это здесь, можно сказать в стороне от семинара, на расстоянии.*

— На самом деле все наши группы в разных городах — это единый организм, расстояний для которого не существует. Это непонятно обусловленному уму, но это действительно так.

— *У души нет границ и нет расстояний.*

— Объединение людей в намерении самоисследования создает их общность, независимо от того, где они находятся, они все постоянно взаимодействуют.

Самокопание и самоисследование

— *Я занимаюсь самокопанием, но я не уверена, что это именно то, что мне нужно.*

— Самокопание — это разделение частей самого себя. Что вы делаете? Такое впечатление, что вы зашли в комнату, полную мусора, куда вообще никто не заходил. Хозяин туда сто лет не заглядывал и вдруг решил прийти. Он что-то берет в руки, смотрит, вспоминает, плачет, кладет обратно. Потом кидается мыть пол, что-то находит, смеется, потом вспоминает, что хотел вытереть пыль, и т.д.

Это состояние запущенной квартиры, когда ты в нее заходишь и не знаешь, что делать. Если я прихожу к себе домой и вижу помойку, но жить в гостиницах больше не могу, то я вообще в непонятном состоянии: и в гостиницу не могу вернуться, и домой не хочу идти. Вы хотите войти

в убранный дом, хорошо освещенный, с прекрасной мебелью, чтобы вы сразу могли пригласить туда своих друзей и они были бы в восторге от вашего дома. А видите помойку, с которой нужно еще разбираться и разбираться.

Поймите, что ваш ум, тело, личность — это ваш дом, и если вы от него сбежите, то рано или поздно вам все равно придется вернуться в него, но там будет еще больший хаос. А может быть, его займет кто-то другой. Все это аллегории, но они показывают, что происходит с внутренним миром человека, если он избегает того, что мы называем самоисследованием.

Поэтому все зависит от того, на каком этапе и в каком состоянии находится человек. С кем-то можно начать сразу вылеты в пространство других измерений. Но это может быть только тот человек, у которого в доме здесь, в этом физическом мире, все нормально, гармонично. Вы не можете взлететь на самолете, если ваш аэродром разбит и разграблен. Даже если вы и взлетите, то не сможете сесть обратно. Поэтому о каком целостном сознании, о каких высших мирах можно говорить, если ваша площадка для взлета находится в полной разрухе.

У толтеков есть понятие тоналя. Это то, что собой представляет земная личность человека. И нагваля. Это ее другое измерение в иных мирах. Путешествие в нагваль возможно только тогда, когда у тебя тональ в порядке. Поэтому надо разбираться с тоналем.

Самокопание нужно для того, чтобы привести все в еще больший хаос. Это узаконенное заблуждение, присущее людям, а русским интеллигентам в особенности. Это абстракция. Если я ворошу нечто фиктивное, то я и получаю фиктивное.

Самоисследование! Это то, чем мы здесь занимаемся. Встретились два метода: самокопание и самоисследование. Самокопание напоминает мне ситуацию, когда человек говорит, что хочет посеять пшеницу и собрать урожай. Потом он берет лопату и начинает бегать как сумасшедший и копать в разных местах, причем даже не в тех, которые ему отвели под это.

— Такое впечатление, что она не знает, чего хочет на самом деле.

— Самое интересное, что она с этим соглашается и при этом продолжает делать то же самое. По какой причине человек не может разобраться с собой? Либо потому, что там так все запущено, что он не знает, за что схватиться, либо на самом деле он не хочет этого. Я помогаю разбираться.

Разбор хаоса надо начинать с чего-то. Если вы приходите в квартиру, а там все разгромлено и разбито, вы в шоке... Но потом понимаете, что это ваша квартира и никуда вам не деться. Вы берете одну вещь, ставите ее на место, потом — другую...

Все начинается с первой вещи, которую вы взяли и поставили на принадлежащее ей место. Теперь вы можете взять следующую и т.д. Когда внутри хаос, то надо выбрать что-то одно и поставить это на место.

Но вы этого действительно хотите? Если вы этого не хотите, то кто бы вам что ни советовал и ни помогал, вы этого не сделаете.

— *Наверное, нужно выбрать одно какое-то четкое направление и пройти его до конца, чтобы что-то понять.*

— В том-то и дело: надо выбрать что-то одно. Самое интересное, что она избегает разговора о каких-то конкретных ситуациях, прикрываясь тем, что ей, дескать, трудно говорить искренне. Но тогда весь наш разговор становится бессмысленным. Весь вопрос именно в этом на самом деле. Сила вашего запроса на гармонизацию себя будет выражаться в том, что вы начнете искренне говорить о своих сложностях в отношениях с кем-либо. Если этого не будет, то все без толку.

— *Посмотри, что тебе мешает быть искренней.*

— *Я не говорила, что я неискренна.*

— Хорошо. Тогда выбери какого-нибудь человека из своего близкого окружения и начни рассказывать о происходящей ситуации.

— *Больше всего меня напрягают отношения с мужем. Мы женаты почти двенадцать лет, я рано вышла замуж. Я всегда осознавала, что мы очень разные люди, у нас нет ничего общего. Хотя он очень добрый, хороший человек. У нас с ним хорошие дружеские отношения. Я отношусь к нему как к брату, отцу, сыну. Но мы чувствуем*

по отношению друг к другу обязательства. Он работает, обеспечивает меня и сына. У меня есть возможность не работать. Ему очень важна моя моральная поддержка, ему важно то, чтобы я была рядом с ним. Это не только моральная поддержка, по большому счету это создание интереса в жизни, потому что моему мужу трудно придумать, чем бы себя занять, и раньше я плясала вокруг него, как массовик-затейник. Ему важно, чтобы я вносила содержание, смысл в его жизнь. Иначе, если этого нет, он готов пить водку. Он человек непьющий, просто когда ему скучно, он может выпить.

— То есть он оплачивает услуги культмассового работника, с одной стороны, и философа, дающего смысл жизни, с другой.

— *Не только это. Более того, он уже три года живет в Америке, он там работает. Для него это возможность реализоваться в профессиональном плане и зарабатывать вполне реальные деньги.*

— Да, он зарабатывает, потому что знает, что вам это нужно. Если его лишить этого смысла, то возможно, что он вообще не будет ничего делать. Что вас связывает на самом деле?

— *Сын.*

— Я говорю про другое. Что общего между вами? Как мне видится, это то, что ни вы, ни он не знаете, зачем живете. Два несчастья, сошедшихся вместе. Два одиночества, находящихся вместе, и от этого еще более усиливающие это состояние друг друга.

— *Даже когда мы женились, мы это осознавали. Там не было большой любви: ему было по-своему плохо, и мне тоже.*

— Так что же ваш союз поддерживает и усиливает? Мы сейчас вышли на то основное, что на самом деле вас и притянуло: это непонимание того, зачем вы находитесь в этом мире. Он ждет этого понимания от вас. А вы ждете этого понимания от меня.

— *Прежде всего я от него хотела это получить, и первые четыре года я на это очень сильно надеялась.*

— В чем ваше заблуждение? В том, что вы пытаетесь получить понимание от кого-то извне. А его можно получить только из самого себя. Никто и никогда вам не

скажет, кто вы и зачем вы, если не захочет вас использовать в своих интересах. В этом мире, где всяк пытается использовать других для себя, такое не является чем-то необычным.

Я просто хочу на этом примере пояснить, что никто не даст вам понимания самого себя, кроме вас самих. Если вам и будут, как кажется, давать это, то только для того, чтобы получить что-то для себя. Так как мне от вас ничего не нужно, я вам говорю то, что есть на самом деле. Смысл своей жизни вы можете получить только от самой себя.

— Я поняла, что мне это надо искать в самой себе. Поэтому я и говорила о самокопании.

— Да не в самокопании это надо искать. Самокопание — это работа обусловленного ума.

— Главная проблема: скучно. Давай весели меня, родная. Давай ребеночка еще заведем.

— Да, скучно, скучно. Я уже засыпаю. Завести ребеночка — это единственный способ развеселиться, потому что ничего другого не знаем. Вот смотрите, две зануды собрались!

— Но как же они не хотят этого оставить!

— Не хотят. Посмотрите, у всех есть своя любимая форма занудства. Не случайно у нас такой разговор зашел, потому что это касается всех. Здесь не бывает ничего такого, что бы не касалось всех.

Смотрите, все сидят и ждут, чем я на этот раз одухотворю присутствующих. Вдохновение можно черпать только из самого себя. Но оно рождается из глубинного интереса, перерождающегося в страсть к самоисследованию. У меня есть страсть к познанию самого себя. Она мною движет. Можно ли купить ее где-то, может ли ее кто-то дать вам? Нет.

Я могу создать условия, при которых зачатки этой страсти у вас начнут разгораться. Костер начинается со спички. Но дальше вспыхивают, загораются дрова, и это может стать большим костром. Но надо все время подбрасывать топливо. А самокопание является водой, которая тушит такой костер. Надо заниматься самоисследованием, которое является тем, что разжигает вашу Божественную искру.

Эксперимент самоосознания

— Когда я говорила самой себе: «Доверяю», тогда происходили самые мощные вещи.

— Когда человек чего-то не понимает, а объяснять ему некогда или он еще не готов к восприятию этого, то я задаю ему один вопрос: «Доверяешь мне или нет?» Если доверяешь — пошли дальше. Если он пойдет, то по мере прохождения Пути к нему придет знание и понимание самого себя.

То, что я сегодня хочу в вас катализировать, так это именно такое знание и понимание. Допустим, Экспериментатор говорит: «Я тебе предлагаю такой-то эксперимент. Пойдешь на него? Я не знаю, что будет, но это нечто потрясающее». Тот говорит: «Хорошо. Ты мне нравишься. Я пойду с тобой. Но пока я не чувствую себя экспериментатором. Я чувствую себя испытуемым, но ты мне нравишься, и я пойду с тобой». И они идут.

Но как долго они будут вместе? Ведь по ходу эксперимента возникают очень разные ситуации, в результате которых отношение к экспериментатору меняется. И если испытуемый так и остался в восприятии себя как только испытуемого, то он может потерять желание участвовать в эксперименте. Если же он по ходу эксперимента стал понимать многие вещи и почувствовал самого себя Экспериментатором, то его мотивация приобретает новое качество. На чем-то можно проехать до определенного пункта, дальше на этом ехать уже невозможно. Либо необходимо что-то менять, либо ты выходишь из игры.

На начальном этапе эксперимента, может быть, достаточно участвовать в нем, воспринимая себя, как только испытуемого. Но наш эксперимент пошел уже так далеко, что просто испытуемый, не осознающий себя экспериментатором, не может участвовать в нем. Качество испытуемого должно дополниться осознанием экспериментатора.

Испытуемый готов идти дальше ради чего-то, скажем, того приза, который он ожидает получить, или из-за хорошего отношения к экспериментатору. Но он не способен делать многие необходимые вещи, исходя только из такой мотивации и связанного с ней понимания себя. Диапазон его

восприятия ограничен. Допустим, в самом крайнем выражении своей любви к Экспериментатору он готов пожертвовать за него жизнью. Но не это требуется. Надо не просто что-то отдать, а осознать себя. Но сделать это можно только тогда, когда ты сам становишься экспериментатором.

Почему я часто вам напоминаю о контракте, который мы заключили до погружения в эту реальность. Ведь мы планировали эксперимент, который проводится сейчас, заранее, но вы забыли об этом. Об этом знает ваше «Высшее Я». Но так как вы потеряли связь с ним, то не помните главного: кто вы и зачем пришли сюда.

Наши «Высшие Я» и есть Экспериментаторы, использующие наш аппарат «тело-ум» в качестве испытуемого. Наше присутствие здесь оправдано только этим. Если эксперимент заканчивается, то мы уходим. Или, по крайней мере, тот, кто его завершил, уходит. Его отзывает его «Высшее Я». В какой-то момент, когда эксперимент закончен, испытуемый ощущает себя полностью Экспериментатором. Он больше не чувствует себя испытуемым. И тогда он уходит. Он полностью отождествился с самим собой, т.е. с «Высшим Я». Но вы можете осознавать себя одновременно и экспериментатором, и испытуемым. Ваше осознание себя как испытуемого и экспериментатора может меняться. То вы чувствует себя только испытуемым, то одновременно и экспериментатором и испытуемым.

— *Экспериментатор сдает результаты эксперимента.*

— Да. Тогда его функция как испытуемого полностью закончена, весь полученный опыт передается самому себе, т.е. «Высшему Я» или Экспериментатору. Затем берется следующая задача или происходит «отзыв» той части вас, которая создана именно для того, чтобы присутствовать здесь как испытуемый для исследования определенной темы. Испытуемый — это тот, кто находится непосредственно в условиях эксперимента. В данном случае — в условиях трехмерной реальности физического плана. Наше «Высшее Я», или Экспериментатор, находится вне физической реальности.

— *Как я поняла, на Земле никто не может считать себя вне условий эксперимента.*

— Да.

— *Просто он может об этом не знать.*

— Да. Но экспериментаторы находятся по другую сторону занавеса. Поэтому они имеют совершенно другое видение того, что здесь происходит.

— *Значит, мы согласились на такое доверие к самому себе, что готовы войти в любые самые неизвестные ситуации.*

— Да. Доверие себе — необходимое условие, но не достаточное для проведения эксперимента.

— *Значит, пока идет отработка этого качества доверия себе в любой ситуации.*

— *А я недавно обнаружила, что не доверяю самой себе.*

— Для того чтобы доверять себе, надо знать — кто ты есть. В ином случае вам придется доверять кому-то. Это тоже путь к доверию себе, но значительно более долгий, потому что он опосредованный. Доверяя кому-то, вы можете научиться доверять себе, если пойдете до конца, или потерять веру вообще.

Религии предлагают веру в Бога. Причем представления о Боге в разных религиях различны, а обучают им священники, претендующие на роль посредников между верующими и Богом. Но зачем вам посредники, если вы есть часть Бога, ведь каждый из нас Божественное существо. Понимая это, вы будете доверять себе как Богу без каких-либо посредников. Ищите Бога в себе. Он внутри вас. Вы и есть Он.

В этой реальности представления о Боге связаны с религией. Разные религии предлагают разные представления. Но Бог вне каких-либо представлений. Представления религий о Боге изменяются. Если моисеевский Бог призывал к жизни из состояния «око за око, зуб за зуб», то Бог Христа уже совершенно другой. Он подчеркивает, что Он есть Сын Бога. Отец и Он неразделимы. Его Бог любит.

Возникновение и поиск представлений о Боге связаны с глубинной тенденцией человека искать и найти себя. Если вы действительно двигаетесь по пути вспоминания самого себя, то ваши представления о Боге изменяются. А что мы делаем? Мы ведь тоже все время ищем те представления, которые наиболее соответствуют нашему внутреннему состоянию. Если можно так сказать, это рабочие представления, в рамках которых мы можем действовать.

Лично я не хочу такого Бога, который говорит: «Око за око, зуб за зуб», мое сердце отторгает его.

Каждый из нас ищет такое понимание Бога, которое не противоречит тому, что чувствует его сердце. Только через открытое сердце можно узнать Бога, т.е. самого себя. А сердце не определяет, как это делает обусловленный ум, оно просто выражает себя через необусловленную любовь.

— Когда мы говорим о законе бумеранга, когда тебе возвращается то, что отправляешь, это то же самое, что «око за око...». Здесь нет противоречия. Все дело в понимании. Пойми, что все, что ты делаешь, вернется к тебе. Иисус говорит: «Возлюби ближнего своего как самого себя». Т.е. отдавай любовь и будешь получать любовь.

— Совершенно верно. Показаны две стороны: «око за око...» и «любовь за любовь». Все зависит от того, что вы выберете. Способность человека понимать космические законы — показатель его духовного развития. Для человека сейчас самым важным является осознание Единства и Взаимосвязи всего со всем. А возможно это только через переживание необусловленной любви ко всему сущему.

— Но ведь то, о чем вы говорите, поколеблет привычный для большинства людей порядок их жизни.

— Порядок и хаос. Две тенденции, которые все время находятся в уравновешивании. Если все привести в очень большой порядок, будет ужасная скука и тоска. Если все перейдет в хаос, то будет полная разруха.

— Ученые говорят, что нет хаоса, есть порядок более высокого уровня.

— Новое не может родиться без трансформации старого. Для нового нужен период хаоса. Но хаос может так и остаться хаосом, если не будет введен новый порядок. Весь вопрос в том, какой порядок придет за хаосом. Может возникнуть порядок более высокого уровня или возобладать тенденция возврата к старому.

Для появления нового, более высокого порядка должны быть те, кто являются его носителями. Они не боятся разрушения старого. Они знают, что ввести новый порядок можно, только разрушив старый. Но многие боятся. Хаос повергает их в ужас. И они хотят опять усилить тенденцию контроля и старого порядка. Поэтому в период, когда воз-

никает такая степень хаоса, которая достаточна для перехода на новый уровень порядка, может опять возобладать старая тенденция порядка. И тогда все опять возвращается «на круги своя».

Для того чтобы возникло нечто действительно новое, должны присутствовать три силы: две полярные, противоположно направленные, и третья нейтральная — вертикальная. Есть те, кто придерживается старого порядка, и те, которые создают хаос, пытаясь его разрушить. Но должна быть и третья сила, вносящая новый порядок. Две первые силы борются друг с другом, находясь в динамическом равновесии. Должна быть третья сила, которая использует эту ситуацию для введения нового порядка.

Сторонники двух первых сил увлечены своей борьбой и ничего, кроме нее, не видят. Представители третьей силы видят и знают новый порядок. Именно они несут зерна нового качества сознания.

— *Но ведь это происходит и внутри каждого человека. Есть убеждения, твои убеждения. Их разрушаешь, и приходит другое.*

— Если вы готовы к трансформации, то она произойдет. Если нет, то старое только усилится. Человек пришел на семинар, его вывели из привычного состояния, он попал в ситуацию непонимания. Его старые убеждения говорят: «Ну что? Доигрался? Пусть будет так, как было». Он не дал возможности родиться тем новым частям, которые могут принимать новый порядок.

— *Как сложны ситуации, когда невозможно определить, что происходит! Старое уже не работает, нового еще нет, и ты находишься в хаосе. Что это такое? Неизвестность. Но из неизвестного как раз что-то и получается.*

— Если вы действительно хотите вспомнить себя целостного и готовы идти до конца, то периодически будете переживать такие ситуации. Каждая последующая будет «круче» предыдущей. Но именно они обучают вас прыгать в неизвестное. Это переходы на новые витки спирали эволюции вашего сознания.

Вы начинаете отчетливо чувствовать точку перехода на новый виток и использовать эту возможность максимально. Проходя такой опыт, мы можем понять, что про-

исходит в более глобальном масштабе, скажем, с Землей, Галактикой или Вселенной. Ведь они живые существа, с которыми происходят подобные процессы, только в бóльших масштабах.

Хаос — это неупорядоченные энергии. Порядок — это упорядоченные энергии. Упорядоченность и неупорядоченность — две стороны одной медали. Энергия никуда не исчезает, она трансформируется.

Энергию можно организовать определенным образом. Например, рота солдат, которая марширует, образуя разные конфигурации. Они учатся менять и сохранять строевой порядок. Армейский порядок закреплен уставом. Если солдаты вместо того чтобы ходить строем, начнут танцевать, то это будет весьма странный порядок для армейской части. Но для танцоров это совершенно нормально.

Порядок — это способ организации частей целого. Реорганизация — это изменение способа организации частей.

— *Новый порядок предусматривает изменение внутренних связей.*

— Да, как и способов их взаимодействия. Энергия не исчезает, она переформируется или трансформируется.

— *Хаос — это когда части меняют порядок взаимодействия. Если они не смогли этого сделать, то возвращаются обратно в исходное состояние.*

— Да, но переформирование частей следует определенному намерению, которое исходит из ясного восприятия происходящего.

Техники

— Большинство ищущих мучаются, думая, что есть какие-то технологии, которые приведут их к просветлению. Это обычный технологический подход. Большинство людей живет в этом состоянии ума.

Я не даю технологий, я описываю, к чему приводит технология. Ты можешь набрать тысячу технологий, то, чем так увлечен наш Андрей, психолог по образованию. За любовь диплома не дают, его дают за знание техник, придуманных кем-то. В конечном счете вы запутаетесь в этих техниках и, кроме них, уже ничего не увидите.

— Людей готовили к прыжку, мурыжа их техниками, потом говорили: «Прыгай».

— Но они не способны на прыжок. Вот в чем дело. Тратится так много времени на изучение разных техник, что в результате исчезает способность человека прыгать и летать. Их готовят к полету, но когда возникает необходимость полета, они уже не хотят его, они забыли, что такое полет. Они хотят готовиться к полету, но не летать. И именно это является для большинства людей наиболее привлекательным.

Что хотят люди, когда приходят на так называемый духовный курс? Они хотят получить знание технологий, чтобы потом ими хвалиться. Современный человек полностью состоит только из технологий. Это робот со схемами. Я же рассекречиваю эти схемы. Я не даю еще одну технологию, которыми и так переполнен его ум. Я показываю то, к чему ведет множество технологий, уже находящихся в его уме. Любая технология ограничена.

Если я ведущий и даю тебе технологию, то я управляю тобой на самом деле, я закладываю в тебя программу. Посмотрите, как люди привыкли к рабскому мышлению. Они хотят, чтобы в них закладывали программы под вывеской: «Я освобождаюсь, я движусь по духовному пути». К какой свободе они двигаются? В них закладывают программы под новой вывеской.

Я не хочу относиться к вам как к рабам, как к роботам. Но хотите ли вы сами относиться к себе иначе? В ваши личности заложены определенные программы, и когда я начинаю их вам показывать, вы драматизируетесь. Максимум, что вы сейчас можете сделать, так это увидеть свои программы. Если вы увидите их, то выйдите из ограничений их обусловленности. Иначе вы будете вечно находиться в ложной свободе, в иллюзии свободы.

Школа Холистической психологии

— Мне бы хотелось послушать каждого из вас по поводу вашего восприятия того, чем мы здесь занимаемся. Как вы это видите? Что вы можете сказать о Школе Холистической психологии?

— Ключевым моментом для человека, который приходит в Школу, является то, что его принимают. Мне кажется, что этот первый этап принятия очень важен и его чувствуют все. Второе — это когда человек начинает понимать, что центр тяжести работы находится в нем самом, внутри. И он проходит с помощью других то, что есть в нем, и другие оказываются зеркалами, для того чтобы он видел путь, по которому он идет, и учился делать какие-то вещи, которые помогают видеть, слышать и понимать. Мы начинаем по-другому ощущать себя, не только рабочими зеркалами. Появляется какой-то творческий момент, когда ты забываешь себя, и этот центр тяжести переносится легко в другого человека. Получается, что вроде как забываешь себя и отслеживаешь себя с точки зрения реакции, ответа на то, что нужно в данный момент человеку. Потом возникает ощущение, что это не работа, а часть твоей жизни. И еще. Это более ясная зона, в которой легче дышится и лучше видится, и это помогает в более туманных зонах, когда ты один во внешнем мире. У тебя хватает сил не останавливаться, идти дальше, преодолевая все барьеры.

— Для меня Школа — это место, где я могу сказать, что убежала из ада. И место, где каждый может стать вне закона. Это место, где особенно чувствуются и любовь, и сила духа.

— Мы приходим сюда учиться жить в безграничном мире. Я сейчас увидела, как разрывается одно замкнутое пространство, вливается в другое, происходит слияние. Разрывается следующая рамка, опять слияние, и так до бесконечности.

— А еще это место, где нас учат жить в неизвестности. Для этого нужно в каждую секунду оставлять свой опыт и не держаться вообще ни за что: ни за какие обстоятельства, ни за какие чувства: радостные, нерадостные.

— Здесь существует поддержка, ты никогда не останешься один. Можно сказать все, полностью открыться.

— Здесь не место условностям. И когда мне кто-то говорит, «Нельзя», я плохо понимаю, кто сказал, что нельзя.

— Кроме того, когда кто-то приходит, можно совершенно спокойно разговаривать. Это то самое общение, о ко-

тором раньше можно было только мечтать. Нет ни расстояний, вообще никаких преград. Это самое главное.

— Меня трудно обвинить в трусости. Но все равно я даже не могла представить, что может существовать такая смелость в искренности и в отношениях.

— Это какой-то оазис.

— Потом, когда ты с этим приходишь к другим людям, то для них это тоже как глоток воды.

— Вообще стирается грань между тем, какой ты здесь и во внешнем мире. Ты там такой же, как здесь.

— Мы воспитываем здесь любовь к себе, очень нежное, очень бережное отношение к себе.

— Ты чувствуешь, когда внимательно за тобой следят, не отлавливая слабости и промахи, а бережно, каждый шаг, как ребенка, который учится ходить.

— Для меня это то, о чем я слышала, но не представляла, как это можно сделать. Это то самое, что называют встречей с тенью. Это единственное, наверное, место, где такое можно проделать.

— Это место формирования вкуса в самом широком смысле. Потому что к грубым чувствам и еще чему-то подобному просто теряешь желание. Есть желание к каким-то утонченным удовольствиям.

Завершение одного из этапов самоисследования

— Сейчас мы как группа подошли к необходимости сделать процесс различения и выбора. Когда возникает видение различий, то появляется возможность выбора. Я думаю, что нам обойти его не удастся. Давайте конкретно все это рассматривать с точки зрения состояния каждого. Как я вижу, такие моменты как сейчас, как правило, связаны с накоплением определенной массы: ментальной, эмоциональной, физической, которая начинает давить и требует выбора. Но выбор невозможен, пока не будет проведен процесс различения. Различение — это видение двух сторон определенной двойственности. Видя их, ты можешь выбрать одну из них, при этом поблагодарив вторую за возможность выбора. Мне кажется, что у нас в группе сейчас такая ситуация. Предлагаю начать рассмотрение с работы,

связанной с программой под общим названием «Женский захват». Это мое видение. Общее видение будет составлено из видения всех.

— Я, наверное, первая начала сдавать программу захвата и пришла в тупиковую точку. Что мне потребовалось? Мне очень нужно было уйти из группы, потому что давление сопутствующих вещей было очень сильным. И вот мы уехали с Борей в Крым. Много всего было. Могу рассказать, к чему я пришла и через что проходила. Я снова встала лицом к лицу с тем запросом, с которым я пришла к вам. Я увидела, как что-то проявленное становится той самой системой захвата, если идет по горизонтали, — это манипуляция. Оказалось, что на тот момент, когда я пришла к вам, я владела горизонтальной манипуляцией в полной мере. Это был год вспоминания всех видов манипуляции. На тот момент у меня возникло желание не идти больше духовным путем. Я сказала: «Нет, я не хочу». Что для меня духовный путь? Я на этом пути встретила слишком много... Если раньше это было неосознанно, то сейчас это полуосознанно. Я не знаю. Поэтому я пришла получить ответ на вопрос: «Кто я?» На данном моменте хотите — называйте меня домохозяйка, хотите — называйте друг, я не знаю, кто я. Даже в отношении того, что я всегда считала для себя чем-то очень важным, это помощь в команде, каждый раз она оборачивалась тем, что я не сама это делаю. Для того чтобы мне это делать самой, мне надо просить кого-то об этом. А он не понимает, почему я об этом его прошу. Поэтому сейчас я не знаю. Все то, что я вкладывала раньше, — это было, я скажу сразу честно и откровенно, это был сон. Я просто проживала сон.

— Но здесь все сон. Из того, что у нас происходило, мы можем составить справочник различных механизмов манипулирования. В этом мы преуспели.

— Да.

— Это будет многотомное издание всех форм и способов эгоистического манипулирования, которые вы тут сдавали. На мой взгляд, то, что здесь происходило, напоминает некую ситуацию экзамена, когда есть экзаменатор и экзаменуемый. Часть людей у нас были экзаменаторами, часть — экзаменуемыми. Потом они менялись. Это прово-

дилось с воодушевлением, с большой активностью. Один наседал, другой сопротивлялся, но все были воодушевлены тем, чтобы сдать свои старые программы. Мы можем напечатать этот эпохальный труд, но, тем не менее, находимся мы, в общем-то, не совсем в той ситуации, в которой предполагали, делая эту непростую работу. Поэтому очевидно, что выход лежит не там, где его искали.

Смотрите, что получается. Вот старые программы. Допустим, что мы их осознали. Это ментальные программы, это программы ума, а осознание — это инструмент, с помощью которого их можно увидеть и потом более или менее связно изложить. Но является ли это путем, который может вывести из состояния разделенности? Получается, что нет. Это прихожая, которая может привести в ту комнату, где есть дверь выхода. Это просто прихожая. Более того, прихожая весьма большая по протяженности. Это коридор, по которому можно очень долго идти. У меня сложилось такое ощущение, что вы пошли по этому коридору, потом где-то произошла остановка и началось детальное изучение того места, где вы остановились. При этом движения к той комнате, где есть выход, не происходило.

Возникает вопрос: «Где эта комната?» Эта комната в сердце. Осознание — это фонарь, с помощью которого ты сможешь разыскать ту комнату, из которой есть выход в комнату сердца. Но тогда возникает вопрос: «А что же нам мешает пройти в эту самую комнату и что вообще происходило в результате всего, что мы делали?» Выявление старых программ само по себе является интересной работой. Более того, это работа, в которой можно продвинуться. Можно приобрести определенный статус. Скажем, быть экзаменатором. А эта позиция приводит к чему? Она приводит к тому, что ты становишься важным, хотя можешь этого и не видеть.

— *Да.*

— Во-первых, ты очень хорошо говоришь, ты «все понимаешь», особенно среди людей, которые ничего не понимают. Ты можешь стать очень помогающим человеком. Налицо все внешние атрибуты «высокой духовности». Но на самом деле происходит кормление эго. Это мой взгляд. Так это?

— *Да. Я с ним согласна.*

— Причем чем дальше, тем больше. Все так легко, все понятно, все ясно. Неизвестное, которое исследовалось, становится известным, и на этом делается карьера. Теперь что касается самого процесса, о котором мы говорим. Сдача старых программ. Как у нас это происходило? Кто, собственно, сдавал и кому сдавал? Обычно это было так: вот экзаменатор, которому сдают несколько или один экзаменуемый. Очень часто экзаменуемым выступала Надя. Это прекрасный объект для отработки экзаменаторских навыков. Она сопротивляется, ее надо наставлять на путь, она вроде и хочет, и где-то соглашается, но все время сопротивляется. Были и другие. Причем роли четко фиксированные. Все четко известно: что будет делать экзаменуемый, что будет делать экзаменатор. Это уже можно описать совершенно четко, потому что это стало повторяемым. Постоянно повторяемым.

— *Экзаменаторы не выдерживали, сменялись.*

— Экзаменаторы искали экзаменуемых, экзаменуемые искали экзаменаторов. Экзаменуемый сдавал экзаменатору. Это очень похоже на учебный процесс обычного учебного заведения. Но для удовлетворения эго назовем эти учебные заведения высшими. Как мы видим, это дало некие результаты, особенно на начальной стадии для неискушенных экзаменуемых, для которых это было шоком. Такая ситуация для них была в новинку, она драматизировала в них определенные дуальности, они метались, мучились, плакали, старались убежать, потом прибежать, и в этом был какой-то эффект. Новое всегда дает какой-то эффект. Любое новое. Потом это стало привычным. Если бы это и дальше продолжалось, то у нас армия экзаменаторов увеличилась бы очень сильно и нужны были бы экзаменуемые. На одного экзаменуемого приходилось бы пять экзаменаторов. Экзаменуемый получал бы сильный шок, в результате которого ни стоять, ни сидеть, ни лежать не мог бы и сбегал бы сразу. Поэтому экзаменуемые, чувствуя это, перестали бы появляться здесь.

Хорошо. Мы говорим, что залог нашей работы — это искренность. Как вы рассматриваете степень искренности в таком процессе?

— *Он очень искренен.*

— *Мы стали обученными искренности.*

— Искренность — это не техника. Ей нельзя научить. Когда искренность подменяется техникой искренности, возникает тупик.

— *Говорят, что зло — вчерашнее добро.*

— Особенно это характерно для экзаменатора. Для экзаменуемого, особенно для неискушенного, это дает результат просто в силу необычности ситуации. Но что дальше происходит с этим человеком? Не дождавшись его собственного осознания, ему начинают все рассказывать: «Вот ты дурак, ты вообще ничего не можешь осознать. Мы тебе сейчас расскажем. Вот это так, а это так...» Он с вылупленными глазами соглашается. А что ему остается? Во-первых, он в шоке, а во-вторых, он так обусловлен, что не может даже говорить. Но дальше он встает перед очень непростой ситуацией. Ведь то, что ему рассказали, приводит к тому, что он не может продолжать действовать так, как он действовал до этого. Он стоит перед выбором. Он видит свою старую программу, она ему показана. После чего он начнет делать то же самое, что делает его экзаменатор, т.е. начнет пытаться тоже экзаменовать кого-то. Хорошо, если он это будет осознавать, тогда получит некий опыт. Но он может начать это делать неосознанно, механически. Вот почему на вопрос о техниках я говорю, что нет никаких техник.

Ум всегда хочет иметь технологию. Я сегодня ходил в эзотерический магазин и услышал разговор двух женщин по поводу приезда некоего гуру. Одна говорит: «Да хрен знает, что они там делают, но техники замечательные». Вторая говорит: «Ты знаешь, мне кажется, что он говорит одно, а делает другое». Первая говорит: «Ну, ты же знаешь, что все мы такие». Та согласилась, что все мы такие.

Ум хочет все превратить в некие техники, чтобы использовать их для усиления собственной важности. И нельзя сказать, что это для него неправильно. Для него это правильно. Поэтому нам надо просто это увидеть.

Возьмем процесс сдачи старых программ. В нем кроются большие возможности для ложной личности использовать его для себя. Какие отношения возникают между

экзаменатором и экзаменуемым? Из каких соображений и мотивов они делают то, что они делают? Из каких соображений и мотивов делает это экзаменатор? Из каких соображений и мотивов делает это экзаменуемый? Как правило, экзаменуемый находится в тяжелой ситуации, ему плохо, больно, он запутался и хочет разобраться. В этом он искренен. Он искренен в том, что хочет понять то, что с ним происходит, и сделать так, чтобы ему было лучше. Из каких соображений исходит экзаменатор? Допустим, из желания помочь. Но что за этим может стоять? Мы можем назвать это помощью, но на самом деле хотим показать себя, хотим утвердиться и доказать себе и другому, что я знаю больше. Это раз. И есть второй очень важный момент. Он связан с тем, что как экзаменатор, так и экзаменуемый, могут находиться, и чаще всего находятся, в одной и той же ловушке обусловленного ума. При этом один из них умеет говорить более грамотно и имеет какую-то сумму знаний. Причем большой вопрос: насколько эти знания им осознаны, а насколько просто взяты откуда-то? Поэтому они оба могут находиться в одной и той же ловушке. Но позиция экзаменатора не дает, если этот мотив идет из эго, признать это. Таким образом, оба находятся в связке непонимания и соединены этой нерешенной ситуацией или сном. Именно поэтому их и притягивает друг к другу. При этом создается иллюзия, что один знает, а другой — нет. И она поддерживается.

В результате экзаменатор попадает в очень тяжелую ситуацию, по сути, в тупиковую. Он говорит много, и кажется, что он очень много знает. И ему так кажется, и тому, другому, тоже. Более того, экзаменатор не может признаваться в том, что он не знает чего-то, если он действует из эго. Он наговаривает массу слов, вкладывая в них энергию, и создает определенную мыслеформу, которая вокруг него усиливается и усиливается. И она не уходит, потому что ситуация не решена и им не осознана. Ведь на самом деле он выхода не знает. Фактически он создает вокруг себя стенку и потом сам же в эту стену ударяется. Такая же стена образуется вокруг экзаменуемого, и он тоже бьется об нее. Процесс эмоциональный, поэтому все это быстро накапливается и усиливается. Дальше их тошнит друг от друга и от той

проблемы, которую они рассматривают. По-моему, именно перед этим мы сейчас и стоим.

Экзаменатор тоже должен сдавать свои старые программы. Вряд ли он будет утверждать, что он знает все. Но кому он будет их сдавать, другому экзаменатору? У некоторых из группы возникла идея сдавать их Богу. Понимаете, это опять порождение того же представления. Когда мы создаем свой авторитет, то потом создаем и нечто выше этого. У меня есть ученик, и он мне что-то сдает. Тогда у меня возникает представление, что и я, если хочу делать это для себя, должен иметь такого же учителя и ему сдавать. Но, во-первых, мне не очень-то охота сдавать какому-то другому учителю, потому что я считаю, что нет такого учителя, тогда лучше я буду первоучителю сдавать. Что это за Бог, которому вы сдаете свои старые программы? Вы говорите: «Я сдаю Тебе, Господи, это, это и это». Происходит что-то в результате этого или нет? Кроме эйфории, связанной с тем, что вы это сделали. Где критерий? Кому-нибудь из вас Бог говорил, что Он доволен вашей сдачей? Возможно, Он и говорил. Я не знаю. Где критерий того, что эта процедура дает результат, который ожидается?

— *Состояние.*

— А какое это состояние?

— *Поначалу... чинное.*

— А потом?

— *Потом то же самое.*

— Какая была эйфория после так называемой сдачи, такая будет и депрессия. Потому что ситуация-то не решилась. Ведь именно желание решить подобные ситуации приводит нас к тому, что называется духовный поиск. Значит, критерием является именно их решение. А это взаимоотношения с людьми. Взаимоотношения нас же с нами же внутри нашей группы и с теми, кто вне группы.

«Я сдал Богу все». А потом меня удивляет, раздражает: «Почему ситуация не меняется? Я ведь все сделал, а почему нет изменений? Значит, виноват — этот, этот... Они не понимают, не хотят понимать, что я же сделал свою работу, так будьте любезны, измените ситуацию соответственно тому представлению, которое, по моему мнению, должно быть». А она не меняется. Смотрите, получается, что мы

никак не можем исключить тех людей, которые вовлечены в наш собственный урок. Вот и получается, что на самом деле критерием являются они и те отношения, которые с ними у нас складываются.

— *Критерием чего?*

— Критерием успешности того процесса, который мы сейчас осуществляем.

— *Какого процесса?*

— Не впадай в беспамятство! Но если возник такой вопрос, то, может быть, он у всех?

— *Мне не понятно, что является критерием результата? Кто его устанавливает? Как на него ориентироваться?*

— *Ты сам устанавливаешь, насколько тебе нравится, насколько гармонично ты себя чувствуешь в жизни.*

— *Так это я. А как я по нему буду судить?*

— Как изменяются отношения? Отношения — это то, что все время изменяется, как мелодия. Если возьмете одну ноту, даже самую прекрасную, и будете ее держать все время, то это не будет мелодией. В конце концов все разбегутся и вы сами одуреете от такой музыки. Если один аккорд или какую-то часть симфонии постоянно исполнять, то это становится пародией. Отношения меняются. И, скажем, то, что люди разошлись или сошлись, это просто внешние признаки изменения ситуации. Но как меняются отношения, и меняются ли они вообще — вот вопрос, о котором я сейчас говорю.

— *Вы же сами говорили, что если меняюсь я, то меняются и отношения. Я так это чувствую. Если я все время в динамике, то у меня все время меняются отношения.*

— Хорошо. Возьмем программу сдачи программы «женского захвата». Почему никто не достиг успеха в этом, хотя столько сил было потрачено?

— *Я достигла успеха. Я пошла в противоположную сторону, связанную с отсутствием захвата, она еще лучше.*

— Хорошо. И это тебя успокоило?

— *Да, я искренне могу сказать, что я в заднице теперь, несмотря на отсутствие программы «женского захвата». Я нашла программу отсутствия ревности и лености в себе. Это больше, чем программа «женского захвата», но без этого я бы не вышла.*

— Посмотрите, такое впечатление, что там, где вы это находите, огромное количество ячеек. Вы входите то в одну, то в другую, и каждая приводит к какой-то новой ячейке. Вы это делали и долго делали. И к чему вы пришли?

— *Разбирались внутри себя.*

— И к чему это привело? Понимаете, любая программа манипулирования приводит к страданию. У вас возникает концентрация на собственной боли, и хочется эту боль снизить. Но если вдруг происходит так, что ты начинаешь испытывать боль другого человека? Понимаете, здесь уже неважно, мужская или женская это проблема: я переключаюсь со своей боли на чужую боль. Я хочу снизить эту боль. Как я хотел снизить боль для самого себя, так теперь я хочу снизить эту боль для того, другого, человека. Тогда что я сделаю? Я могу освободить другого человека от себя. Потому что я чувствую, что я закладываю в него боль. Боль, которая во мне, передается мной ему. А так как я его сейчас чувствую, то понимаю, что его боль — это моя боль. В этот момент происходит проверка на качество любви. И я освобождаю его или ее от себя. Потому что именно в этот момент я вижу, что я создаю эту боль. Да, я чувствую, что этот близкий мне человек испытывает очень большую боль и что я являюсь стимулятором этой боли, и тогда я начинаю осознавать ту программу, с помощью которой я стимулирую эту боль. И я освобождаю его от себя, но в этот момент я осознаю, что на самом деле освобождаюсь от старой программы. В этот момент я ясно вижу это, именно в этот момент. И смотрите, это не экзаменационный процесс, как это было у вас. Это совершенно другое. Это осознание, пришедшее из безусловной любви. Сначала вы испытываете свою боль. Но потом испытываете эту боль как чужую боль — боль другого человека, с которым вы связаны. И тогда вы хотите избавить его от нее. Вы говорите: «Я отпускаю. Я не хочу манипулировать тобой. Я увидел, как я это делаю. Я не видел этого, но вот сейчас я это увидел». И вдруг вы осознаете, что он — это вы, что вы на самом деле освобождаете себя от своей старой программы страдания. Смотрите, это осознание, вытекающее из безусловной любви. Из той любви высокого качества, когда забота идет о другом человеке. Когда ты сам забываешь себя, а потом вдруг вспоми-

наешь себя как единство себя и другого. Такое осознание возникает из сердца, которое на огне собственной боли выходит на другую сторону, начиная испытывать чужую боль как свою собственную, забывая о своей собственной. Именно в этот момент старая программа раскрывает себя. Не в тех многочисленных деталях, на рассмотрение которых вы тратили столько времени, а раскрывает себя в корне, в том источнике, из которого она возникла. Тогда виден источник, из которого выходит огромное количество щупалец, которые вы называли отдельными программами «женского захвата». И в этом чувстве безусловной любви сгорают все иллюзии. Это бессмертие на самом деле. Потому что тогда все потери и приобретения, бесконечно возникающие в обусловленной любви, заканчиваются. И вопрос о рассмотрении и сдаче старых программ вообще не встает, потому что его просто больше нет.

— *Это, наверное, классический случай, когда, отдав все, я все получил.*

— У нас закончился определенный этап исследования. Мы создавали разные экспериментальные ситуации, в которых проверяли те или иные механизмы взаимодействия и выявляли принципы, по которым они происходят. В рамках этого общего исследования каждый разрабатывал какие-то свои темы. Это мы делали примерно полтора года. И мне кажется, что этот этап закончился. Поэтому пришло время подведения итогов.

— *Тогда наверно, тема моего исследования была «Светлая женская природа». И все, что случалось здесь, это были сюжеты, наверно, недоигранные в свое время. Здесь была возможность их проиграть, увидеть и реализовать. Наверное, я пришла к природе женщины от противного. Я очень захотела не быть больше мужчиной. Я не знала, что такое женщина, поэтому приходилось идти от противного. Ведь до этого я все время познавала путь мужчины. И теперь, отказавшись полностью от того, что не свойственно женской природе, я познавала женщину в самой себе благодаря вам всем. Природа женщины отлична от мужской. Можно сказать, что это совсем другой человек. Я просто хорошо исследовала свою мужскую природу и отказалась от этого. Я сказала себе: «Я хочу до конца быть женщиной». Спасибо*

вам всем за любовь ко мне и терпение. А самое главное — спасибо за любовь.

— Я хочу подвести краткий итог тому, что произошло. Придя к вам, Александр Александрович, я стала понимать, что я создаю причинно-следственные связи. Сначала я разделила все механизмы на части, увидела, что́ у меня работает, что я делаю, что произвожу, что могу делать. Я увидела, что я не есть этот опыт, но я им владею и могу пользоваться. Что я нечто большее. Я прикоснулась к любви, к сердцу. Этот год вобрал очень много жизней, много событий. Я благодарна всем. И самое главное в том, что у меня вопрос доверия к вам отпал полностью. Раньше мне было страшно доверять. Я окунулась в этот страх. Я разделяла материальную и духовную жизнь, все было разделено... Сейчас все части собрались в целое, страха нет, есть опыт отпускания. Очень большой прыжок был сделан.

— А я, наверное, поняла, что весь мир — это я, что бороться с какой-то частью мира — это все равно что бороться с самой собой. Любая часть — это как подарок. Если ничего не отпихивать, а все принимать, то не возникает ни вопросов, ни сомнений. Я вам благодарна.

— Когда я сюда пришла, то оказалось, что я хочу лучше видеть и слышать. Тогда было очень много любопытства и неосознанных стремлений. Я еще не представляла, что лучше видеть и слышать очень больно. Но тем не менее, на сегодняшний день я эту боль не променяла бы на безопасное бесчувствие. Более того, мне дороже всего те моменты, когда я в полноте своей. Все это время я разбиралась со своими женскими и мужскими частями. Сейчас я ощущаю их в полной мере. Все это время моей путеводной звездой была влюбленность. Самые дорогие для меня моменты — это любование теми, кого любишь. Их сильным стремлением вверх. Когда я вижу, что человек взлетает, это такое счастье. И мне кажется, что в этом состоянии вообще все возможно. Еще мне удалось сделать невозможное. Поскольку для меня всегда было характерно ожидание и обычным было забегание в завтрашний день: сверка цели, предположение, достижение. Состояние жизни в сегодняшнем дне — это что-то совершенно фантастическое для меня. Это то, что мне во многом сейчас удается. Еще мне нравится те-

рять границы. Все это я делала вместе с вами. Это живет во мне. Спасибо вам всем.

— Очень важно оказаться в нужном месте в нужное время, прочувствовать сердцем текущую ситуацию и соответственно действовать согласно тому, что тебе говорит сердце. Здесь это удается. Спасибо вам всем.

— У меня ощущение внутренней силы, ощущение того, что я могу работать сама. Раньше я не знала, как буду без вашей помощи, мне нужно было постоянно за кого-то цепляться. И когда я оказывалась одна, то думала, что не справлюсь. А сейчас у меня готовность к тому, что я должна разбираться с собой сама, и нет страха. Спасибо всем, кто терпел меня, когда я хваталась за них, когда не могла понять, что уже пора самой. Спасибо.

— Этот год стал таким подарком судьбы для меня, о котором я только мечтала. Я постоянно ощущала поддержку всех вас. Мои мучения могли закончиться ссорой, скандалом, но здесь все это трансформировалось. Все, что вылезало за этот год, растворялось в вашей любви, участии. Всем спасибо.

— Состояние, которое я переживаю в настоящий момент, возникает у меня очень редко. Присутствует большая сила и столь же большая слабость одновременно, нежелание ничего и одновременно желание всего. В этих моментах есть все. Я думаю, что я к этому пришел. Я пришел к успокоению. Все есть здесь и сейчас. Спасибо.

— Люблю спектакли со счастливым концом, который у нас сейчас происходит. Но я считаю более важным в моменты некоего перехода то, что они очень сильно нас активизируют. Мне сегодня пришла картинка о том, что мы совершаем движение по спирали, но в определенные моменты возникает не спираль, а просто круг, по которому мы двигаемся. Если это движение по кругу сильно затягивается, то постепенно под весом этого круга по спирали мы можем скатываться вниз. И такой момент уже был. И сейчас этот переход — состояние неопределенности; следующего, того, что дальше будет; состояние неизвестности, состояние смерти всего, что было, — дает взрыв, толчок, а там уже каждый выбирает, куда направить свое движение — вверх или вниз. Это чувство меня очень сильно сейчас преследует,

и я ему рад. Благодарю за то, что мы все вместе шли этот период. Это очень важно. Это очень здорово. Спасибо Александру Александровичу. Видя то, что он делает, остается только любить и всячески помогать. Спасибо.

— Когда я пришел к Александру Александровичу, у меня было ощущение, что я — птенец. В то время, когда я был в группе, я учился летать. Этот полет был совместным, т.е. полет стаей. Когда ты научился лететь в стае, то понимаешь, что можешь лететь и в сторонке, и где-то в другом месте. Сейчас такое время, когда для меня возможны полеты на стороне. Пришло время лететь для того, что я посчитал своей задачей, может быть она такова и есть, но это не значит, что я бросаю само гнездо. Здесь должно быть сочетание того и другого. Я чувствую, что так и будет. Я понимаю, что даже через многие годы я буду испытывать большую теплоту, вспоминая эти годы, вспоминая нас. Спасибо вам.

— Я тоже хочу сказать всем спасибо за то, что вы есть, за эти четыре месяца я вообще многое в жизни поняла, я стала видеть свои страхи, видеть, что на самом деле реальность — это то, что для тебя реальность. Спасибо всем большое.

— Когда в процессе возникает тема, которую надо исследовать, собираются люди для участия в этом этапе. Когда данная тема исследована, группа распускается. Так что все закономерно. Каждая группа в нашем процессе делает все, что надо было ей сделать. И в этой ситуации каждый благодаря всем и все благодаря каждому, имели шанс получить те подарки осознания, которые и получили. Кто, что и как получил — это вопрос каждого. Каждый получил то, на что на самом деле имел запрос. Поэтому я поздравляю всех с окончанием непростого этапа нашего самоисследования. На мой взгляд, очень интересного, плодотворного, сильного. Каждая последующая группа в смысле глубины проникновения в самих себя идет дальше предыдущей. Каждый раз погружение в себя происходит все глубже и глубже. А дальше будет следующий этап. С теми, кто решит войти в него, мы поговорим отдельно. Кто-то решит двигаться дальше сам. Я всем желаю осознания и безусловной любви.

РАБОТА С ЛИЧНОСТНЫМИ ДУАЛЬНОСТЯМИ

Спящий человек говорит, но не понимает, что он говорит

— Что тебя раздражает?

— *Раздражает то, что ты говоришь, что якобы я не могла объяснить ни одно произнесенное мной слово. У меня есть сомнение по этому поводу.*

— Какое из слов ты можешь объяснить?

— *Вот про любовь.*

— Хорошо. Если ты что-то знаешь, то объясни.

— *Какое из слов, которые я произносила, имеет смысл расшифровать?*

— Любое из слов, касающихся того, что создает у тебя основные проблемы. Я сейчас не предлагаю говорить, что значит стол или стул. Я спрашиваю о том, что создает основные проблемы в твоей жизни.

— *Зависимости.*

— Что такое зависимости?

— *Взаимные обязательства, страхи.*

— Что такое страх?

— *Страх — это состояние, когда тело сжато. Ожидание, что произойдет что-то, чего я не хочу, чтобы произошло. Ситуация пойдет не так, как мне бы хотелось.*

— Значит, что-то происходит не так, как тебе бы этого хотелось. Приведи пример.

— *Я очень не люблю семейные конфликты. Шум, скандал, ругань.*

— Что такое конфликты?

— *Взаимные обвинения.*

— Как возникают взаимные обвинения? Что такое вообще конфликт?

— *Это столкновение представлений каждого из конфликтующих о том, как что-то должно происходить.*

— Столкновение каких представлений? Обрати внимание, я постоянно направляю тебя к сути того, о чем ты говоришь. Пока ты говоришь поверхностно.

— *Мои представления такие.*

— Почему возникает конфликт?

— Потому что они жесткие. Есть представления у меня, и есть представления у него, но другие.

— Они противоположные. Муж ложится, а ты говоришь ему: «Не ложись!» Он начинает читать газету, а ты говоришь: «Не читай!» Ты говоришь ему нечто, противоположное тому, что, как ему кажется, он хочет. Конфликт — это взаимодействие противоположностей. Это очень важно понимать. В ином случае мы никогда не разберемся и не поймем, почему в нашей жизни возникает то, что возникает. Почему у нас есть страдания? Почему у нас есть страх? Это самые основные вопросы. В нашем процессе мы дошли до сути понимания таких вопросов. Для того чтобы ты могла уловить это, недостаточно только моего проговора. Ты должна сама это прочувствовать. Я подталкиваю тебя к тому, чтобы ты сама начала это чувствовать. Итак, конфликт — это есть взаимодействие противоположностей.

— Есть еще какие-то упертые противоположности, не позволяющие двигаться к какому-то компромиссу или взаимопониманию.

— Можно представить это так. Кто-то хочет идти на юг, а ты говоришь ему, что надо идти на север. Если он пойдет на север, то это будет противоположным тому, что он собирался делать. Конфликт возникает как столкновение противоположных интересов и касается чего угодно, возникающего в жизни людей. При этом заметь, что ты можешь не отчитывать его за лежание, а, например, лечь вместе с ним.

— Нет, не могу. Я просто не вылежу целый день.

— Я тебе просто показываю, как может возникнуть конфликт и как его можно устранить. Если он читает что-то, ты тоже садишься и читаешь это же. Потом вы вместе будете это обсуждать. Именно непринятие противоположностей и создает основные проблемы в жизни. Людей сводят именно противоположности. Если бы не было противоположностей в понимании, что́ надо делать, чувствовать и думать, то и конфликта бы не возникало.

— Да. Ты говоришь, что людей сводят противоположности. Получается, когда мы принимаем решение объединиться, мы прикидываемся, что у нас нет противоположностей.

— Что значит — объединиться?

— *Например, жить вместе, семьей, рожать детей. Предполагаем, что наше общение будет в течение долгих лет.*

— То, что мы предполагаем, и то, что происходит, совершенно разные вещи. Подтверждением этого служит наличие у тебя проблем, которые, как ты говоришь, мешают тебе жить и создают страдание. Я помогаю тебе разобраться в том, как возникают твои жизненные проблемы. Именно с этой целью люди и приходят на семинар.

— *Страдания, конечно, сильно сказано, есть какой-то дискомфорт.*

— Что значит сильно сказано?

— *Страдание — это что-то глобальное.*

— Это состояние, когда ты вырезаешь себе кишки?

— *Когда бьешься головой о стенку.*

— Это просто разная степень выражения страдания. Можно просто тихо плакать или громко орать, но все это проявления страдания.

— *Для меня все-таки страдания — это что-то сильное.*

— Хорошо. Ты сейчас страдаешь?

— *Сейчас — нет.*

— Почему же ты пришла на семинар?

— *А что мне страдать? Я же пришла не страдать.*

— Как это ты пришла не страдать? А умеешь ли ты что-то, кроме этого?

— *Я умею получать удовольствие от жизни. Я умею радоваться.*

— А удовольствие во что перетекает?

— *В отсутствие удовольствия.*

— То есть в неудовольствие, или, по-другому, в страдание. Обратила ли ты внимание на то, что если тебе что-то нравится, то потом оно переходит в то, что тебе не нравится.

— *Но если этого много, то надоедает.*

— Много или немного, но вначале-то оно нравилось.

— *Нравился именно своей заботой и вниманием.*

— Потом забота и внимание стали тебя раздражать. Это и есть страдание, в котором находятся все люди. Им сначала что-то очень нравится, а потом это же раздражает, возмущает, вызывает гнев. В связи с наличием такой

дуальности и возникают конфликты. За что мы человека любим, за это же и ненавидим. Необходимо прочувствовать ситуации, вызывающие у вас конфликты и осознать закономерности их возникновения. Жизнь человека, протекающая во сне, не воспринимается им целостно. Ему кажется, что у него есть удовольствие и есть неудовольствие, но он не видит, что удовольствие и неудовольствие есть две стороны одной медали.

— *Получается, что наилучший вариант, если ты строишь семью с человеком, совершенно безразличным тебе. Он не вызывает у тебя никаких эмоций.*

— Все, с чем ты взаимодействуешь, вызывает у тебя определенные эмоции. Даже отсутствие того, что ты называешь эмоцией, тоже эмоция. Скука — это тоже эмоция, депрессия и безразличие — это тоже эмоция. Безразличие — это отсутствие различения.

— *Равнодушие, мне все равно.*

— Если все равно, то значит, ты не делаешь различения того, из чего состоит это все.

— *Или я не хочу понимать.*

— Спящий человек не понимает, что он делает, как он это делает и зачем он это делает. Он забыл, кто же он есть на самом деле. Я пытаюсь внести в это ясность, и это суперсложная работа. Ты сейчас бредишь.

— *Что могу, то и делаю.*

— Я понимаю, это не оскорбление и не осуждение, а констатация факта. Ты бредишь так же, как бредит любой спящий человек.

— *Я сейчас вспоминаю, что же такое бред. Это высокая температура, какие-то несвязанные обрывки фраз.*

— Да, ты произносишь несвязанные фразы. Ты говоришь и не понимаешь, что говоришь. Ты не видишь взаимосвязей того, о чем говоришь. Ты не видишь механизма своего страдания. Ты просто выдаешь что-то.

— *Выдаю то, что мне приходит как мысль в ответ на то, что говоришь ты.*

— Радиоприемник, который переключают с одной радиостанции на другую, делает то же самое. Там слышится то пение, то новости, то какие-то голоса, то спортивная передача, то прогноз погоды. Какая взаимосвязь всего этого?

Ты можешь установить взаимосвязь тех фрагментов, которые выдаешь?

— *По каким-то каналам может передаваться реклама.*

— Это еще один фрагмент, но как он связан с предыдущими?

— *Тему для рекламы задаешь ты. Ты крутишь приемник.*

— Да. Я кручу переключатель приемника и описываю то, что получаю. Я получаю фрагменты совершенно не взаимосвязанных частей, передающихся на разных радиостанциях. Это то, что ты сейчас из себя представляешь. Это же представляет собой любой спящий. У тебя есть намерение разобраться с этим? Способна ли ты сейчас увидеть себя как постоянно переключающийся приемник, выдающий фрагменты звуков, совершенно не понимающий, что же он выдает?

— *Я уже сказала, что проговариваю свои мысли в ответ на твои вопросы. Это в прямом смысле реакция на твой посыл. Ты закидываешь что-то, а я выдаю свои мысленные реакции на это.*

— Поэтому я и сравнил тебя с радиоприемником, а себя с тем, кто переключает каналы этого приемника.

— *Как можно иначе вести диалог, если ты задаешь вопросы?*

— Ты спящая не можешь иначе вести диалог. Спящий бредит на разных каналах собственного реагирования. Если ты продолжаешь отождествлять себя со спящей, то все, что я тебе говорю, является для тебя оскорблением.

— *Я не воспринимаю это как оскорбление. Когда ты говоришь, что я несу бред, у меня есть некие сомнения, но тебе виднее. Я доверяю тебе.*

— Хорошо. Вы можете сказать, почему я называю то, что она говорит, бредом? Пожалуйста. Кто готов поделиться?

— *Несвязный бред в том, что мысли человека перескакивают. Начинает говорить про одно, спустя некоторое время перескакивает на другое. Не замечает переключений. Это из серии, что вот муж сидит, смотрит телевизор, а по телевизору показывают новости. Телевизор у меня такой-то марки.*

— «У меня чайник закипел. Я забыла купить курицу. Нам не выдали зарплату. Петя меня обидел, сказав, что я дура. У меня ботинки красные, хотя совсем и не красные, а коричневые».

— *Когда человек так говорит, он не видит свою ассоциативную цепочку.*

— Совершенно верно. Я называю это бредом, потому что это не взаимосвязано, в этом нет логики. Я сейчас не говорю о логике, принятой в мире спящих, я говорю о логике пробужденного, но спящий не может уловить такую логику. Спящий бредит, выдавая свои бессвязнные ассоциации. Бредят те, кто не видит взаимосвязи явлений, случающихся с ними. Появилась мысль — это явление, которое случилось с тобой. Появилось чувство — это явление, случившееся с тобой. Какое-то действие или ощущение в теле — это некое проявление, случившееся с тобой. Какова закономерность их появления?

— *Все, что ты сказал: «Мысли, чувства, ощущения, действия», они чаще всего связаны. Чувство страха вызывают определенные ощущения, эмоции.*

— Они связаны с опытом, который ты сейчас получаешь. Что это за опыт? На этот вопрос спящий не может ответить. Он может просто выдавать порции опыта, зафиксированные в нем, как в записывающем устройстве. Диктофон записывает все, что улавливает, а затем просто воспроизводит это. Но он не понимает того, что выдает.

— *Я понимаю. Если взять какую-то мысль, связать ее с сопутствующим чувством и с действием…*

— …то получим спящего человека. Это и есть аппарат, имеющий свои собственные ассоциативные связи мыслей, чувств и поступков. У каждого человека они свои, они зафиксированы в нем. Спящий человек подобен диктофону, имеющему свою собственную особенность записи происходящего. Если мы возьмем несколько таких диктофонов, записывающих одну и ту же ситуацию, то они запишут и воспроизведут ее по-разному. У каждого из таких диктофонов отличающаяся настройка записи и воспроизведения. Но любой диктофон просто записывает то, что происходит, не понимая того, как он это делает. Запись происходящего и понимание происходящего — совершенно разные вещи.

Спящий просто записывает, а потом выдает по ассоциации записанное. Бессмысленно требовать от диктофона объяснения того, что и как он записал. Он просто будет воспроизводить то, что записал, сколько бы ты его ни включал. Если ты его начнешь спрашивать: «Что это ты выдаешь?» — он просто продолжит выдавать то, что в нем записано. Я ставлю самый сложный вопрос для спящего человека. Я подталкиваю его к тому, чтобы он начал видеть опыт, который он создает и записывает, а не просто его воспроизводить. Способность видеть опыт, созданный, прожитый и записанный тобой, является особенностью человека пробужденного. Спящий человек не может понимать то, что он записал, а только выдает записанное. Вот разница между пробужденным и спящим человеком.

Негатив так же важен для нас, как и позитив

— Все спящие хотят только позитивного, но имеют негативное. Что же делать с негативным? От того, что ты хочешь позитивное, негативное только усиливается.

— *Получается, что надо хотеть негативного.*

— Я ничего не утверждаю. Я говорю о том, что есть, и с этим разбираюсь. Хочу, чтобы ты увидела логику негатива и позитива в своей жизни и то, как они взаимосвязаны. Если ты это не поймешь, то ничего не сможешь изменить в своей жизни. Тогда ты будешь поступать как все спящие, принимающие и отстаивающие только позитив. Всем нравятся разные вещи, но только позитивные. При этом они говорят, что у них есть негатив, и спрашивают, как от него избавиться. Это есть основное сумасшествие спящего, считающего, что можно избавиться от негатива, усилив позитив. Все так действуют на уровне организаций, семьи, государства — на всех уровнях. Хотят больше позитива, но по факту имеют больше негатива.

— *Да. Скорее всего, проблема в том, что у меня есть сформировавшееся представление о том, каким должен быть муж. Если он соответствует моему представлению о муже, это принимается, когда же он перестает соответствовать моему представлению — такой он не принимается.*

— Когда он такой, каким ты хочешь его видеть, он тебе позитивен, когда же он не такой, каким ты хочешь его видеть, он тебе негативен. И то, и другое есть в тебе. Я утверждаю, что ты хочешь как позитива, так и негатива. Считаешь ли ты, что это так? Поэтому когда твой муж лежит целый день на диване, то именно этого ты и хочешь. Хотя пока ты так не считаешь. Тебе нужны как ненависть, так и любовь. Каково взаимодействие противоположностей? Позитива и негатива, злого и доброго, хорошего и плохого, любви и ненависти? Они как-то связаны?

— *Они переходят друг в друга.*

— Точно. Они переходят друг в друга. Можно ли избавиться от чего-то, не потеряв противоположного?

— *Задача, видимо, в том, чтобы не заходить в крайности.*

— Что такое крайность? Спящий ищет «золотую серединку», но на самом деле боится обострения внутренних конфликтов. Немножечко посмеялся, немножечко поплакал. При этом кто-то безутешно рыдает, но и смеется безудержно. У них разные крайности, но взаимодействие позитива и негатива у всех одинаково.

— *Тогда не надо называть что-то позитивом, а что-то негативом.*

— Мы не можем не называть то, что здесь так уже названо и в силу этого существует. С этим надо разобраться. Что тебя не устраивает?

— *Не устраивает свое состояние раздраженности.*

— Только что ты сказала, что позитив и негатив перетекают друг в друга. Тогда что является обратным состоянию раздражения?

— *Удовольствие.*

— Тогда, если ты хочешь иметь удовольствие, то должна иметь и раздражение. Это и есть выражение перетекания одного в другое. Если ты не понимаешь взаимодействия противоположностей, то ничего с ними сделать не сможешь. Если ты это понимаешь, то начинай видеть то, что с тобой происходит, в соответствии с тем, как ты это понимаешь. Ты сейчас сказала о том, что противоположности перетекают друг в друга. Но исходишь ли ты из такого понимания при рассмотрении своих проблем или не

исходишь? У меня такое впечатление, что ты из этого не исходишь.

— *В связи с ситуацией, возникшей у меня дома, я подумала, что имеет смысл прочувствовать и как можно острее, вызвав свое раздражение, затем выйти в какое-то другое состояние, но для этого надо его видеть.*

— Ты принимаешь в себе раздражение?

— *Я не люблю себя раздраженной.*

— Хорошо. Ты не любишь себя раздраженной, значит, не принимаешь эту свою сторону. Кто испытывает раздражение?

— *Раздражение испытывает тетка, которая вечно недовольна.*

— Кто эта тетка?

— *Ну, это я.*

— Значит, это ты? Значит, испытываешь раздражение ты, а не кто-то другой.

— *Да. Это я, которая суетится в доме с детьми, с тряпками и прочей утварью. Вот эта тетка испытывает раздражение.*

— Кто испытывает удовольствие?

— *Это другая дама. Она такая спокойная.*

— Какая дама? Там была тетка. Откуда же взялась дама? Негатив испытывает тетка с авоськами, вытирающая сопливых детей, а удовольствие испытывает великосветская дама.

— *Она не обязательно великосветская, она просто спокойная и такая расслабленная.*

— Та и другая — это ты?

— *Я могу быть и той, и другой.*

— Хорошо. Так ты кто?

— *Я — это та, которая видит и раздраженную тетку, и спокойную даму.*

— Хорошо. Ты та, которая видит себя и ту, и другую. То, что она видит, к тебе как-то относится?

— *Да.*

— Значит, ты и раздраженная тетка, и спокойная дама, и та, которая видит их обеих?

— *Запуталась совсем.*

— Это все ты?

— *Да. Это части меня.*

— Значит, это все-таки ты?

— *Части меня, части моего эго.*

— Это части тебя. Значит, и тетка, испытывающая негатив, и дама, испытывающая позитив, это части тебя. Так?

— *Есть еще много всяких частей.*

— Хорошо. Давай сейчас разберемся пока с тремя, потому что все остальное столь же дуально, как это. Получается, что они противоположны. Да?

— *Тетка раздраженная, напряженная, с перекошенной физиономией, очень измученная и уставшая. Она это не успела сделать, что-то не смогла купить, есть нечего.*

— Тетка в негативе. А другая, которая дама?

— *Дама, она спокойная: «Ну, сейчас нет, и не надо. Потом сделаю или куплю».*

— Получается, что одна — позитивная, а вторая — негативная.

— *Я себя чувствую комфортнее в состоянии покоя и удовольствия.*

— «Я» — это кто? Вас уже трое.

— *Нас больше.*

— Давай разберемся с тройкой, а дальше будет уже легче. Ты говоришь, что чувствуешь себя лучше, когда спокойная. Это кто говорит?

— *Из нас троих? Я не осуждаю себя. То третье, наблюдающее за двумя. Та спокойная дама не вызывает у наблюдающего… Спокойную даму хочется погладить, а раздраженной тетке хочется сказать, чтобы причесалась.*

— Получается, что третья осуждает раздраженную тетку.

— *Да. Злую тетку осуждает, а спокойную даму одобряет.*

— Если третья осуждает одну, а другую одобряет, значит это не наблюдатель. Наблюдающий не осуждает. Тогда давай разбираться с двумя. Одной, которая спокойная дама, нравится спокойствие. Второй, которая раздраженная тетка, — что нравится ей?

— *Ей нравится покой, она к нему стремится.*

— Раздраженной тетке хочется спокойствия?

— *Конечно. Ей хочется все привести в порядок.*

— Что творит раздраженная тетка?

— *Она пытается переделать все дела по дому.*

— При этом у нее какое состояние? Что же творит раздраженная тетка? Какое состояние она творит?

— *Хаос. Осуждение.*

— Раздражение. Она же раздраженная тетка.

— *Да.*

— Значит, это ее устраивает. Если она творит раздражение, значит, ее это устраивает.

— *Так ей кажется, что она это делает, для того чтобы избавиться от этого.*

— Раздраженную тетку что устраивает? Она что творит? Пожалуйста, кто скажет?

— *Состояние раздражения.*

— Да. Состояние раздражения. Она его творит. Она и есть это раздражение. Если ты говоришь, что раздраженная хочет перевести все в спокойствие, то я скажу: «Нет. Почему же она тогда до сих пор не перевела свое состояние раздражения в спокойствие?»

— *Потому, чтобы перевести состояние в спокойствие, надо …*

— Надо раздражаться.

— *Надо сделать много чего. Изменить мир, который вокруг нее, в соответствии с ее представлениями о том, как он должен выглядеть.*

— И только тогда возникнет спокойствие? Ты никогда не приведешь мир в соответствие с тем, что тебе кажется, поэтому всегда будешь в состоянии раздражения. Значит, ей нужно раздражение. А твоя спокойная дама почему спокойна?

— *Потому, что она не пытается привести мир к своим представлениям.*

— Поэтому она и спокойная. Это два совершенно разных подхода, и они творят два совершенно разных состояния. Так вот, раздраженной тетке нужно раздражение, спокойной даме нужно спокойствие, и каждая из них именно это и творит. Как спокойная дама, так и раздраженная тетка — это ты. Это ты можешь уяснить?

— *Да. Я даже вижу себя в этих ролях.*

— Поэтому тебе надо как раздражение, так и спокойствие. Иначе как ты узнаешь, что такое спокойствие? Спо-

койствие — это отсутствие раздражения. Как ты узнаешь, что такое раздражение? Раздражение — это отсутствие спокойствия. У тебя есть две стороны для сравнения. Отсутствие этих сторон не даст тебе возможность почувствовать ни раздражение, ни спокойствие. И то, и другое — это ты, но сейчас ты создаешь эти состояния механически, не понимая того, как ты это творишь.

— *Ну да. Потому что я же не управляю этими состояниями.*

— Как ты можешь управлять тем, что ты не видишь?

— *Ну, почему же не вижу? Я же в состоянии раздражения сама себе не нравлюсь. Я же вижу это состояние и говорю себе, что меня опять понесло.*

— Но таким осуждением себя ты вызываешь состояние раздражения. О чем мы и говорим. Раздраженной тетке нужно раздражение. Это твой способ вызывания такого эмоционального состояния. Для того чтобы иметь раздражение, надо быть чем-то не удовлетворенным. Эта тетка имеет то, чем она не удовлетворена, поэтому она и раздражена.

— *Имеет.*

— И ей это надо. Ей именно это надо.

— *Зачем?*

— Ты это у меня спрашиваешь? Это же с тобой происходит.

— *Скорее у себя. Можно, я подумаю немножко, а то я так долго нахожусь в поле всеобщего внимания, что хочется перевести дух.*

— Почему я чаще акцентирую ваше внимание на негативе, а не на позитиве? Ведь мог бы наоборот. «Вы замечательная. Выглядите, правда, как базарная тетка, но на самом деле вы бог». И все друг другу говорят комплименты, целуются, обнимаются. Я же почему-то акцентирую ваше внимание на негативе, хотя всегда напоминаю, что позитив и негатив есть две стороны одной и той же медали, но работаю почему-то в основном с негативом. Почему?

— *Потому что негатив в подсознании, а именно подсознание и творит.*

— Я понимаю, что ты говоришь из любви, рушишь наши иллюзии и показываешь нам их как иллюзии. Я ду-

маю: «Почему же нет ощущения такого физического кайфа, хотя ты делаешь все из любви?»

— Может быть, я не из любви все делаю. Может, я лжеучитель. Я все делаю из ненависти. Вы думаете, что у вас нет ненависти, а я говорю, что есть. Так почему же я концентрируюсь на ненависти, на негативе?

— *Потому что негатив не принимается никем.*

— Да. Потому что вы не хотите видеть в себе негатив. Вы не хотите видеть негативную половину самого себя и тем самым поддерживаете себя в разделенности. Вы убеждены в том, что вы только позитивные, поэтому и не можете понять, почему в вашей жизни происходят проблемы. Почему вас что-то раздражает, что-то не устраивает. Вы не можете этого понять. Вы же считаете себя только хорошими и хотите только позитива. «Почему, когда муж лежит на диване, мне с ним скучно и меня это раздражает?» «Почему начальник орет на меня и меня это раздражает?» «Вот я посижу с гуру, получу кайф, но ухожу от него, и снова начинается раздражение. Пойду к Пинту, а он говорит, что у меня везде только сплошной негатив. Я же считаю, что нет у меня никакого негатива. Я же ходила к гуру и поняла, что его у меня уже нет». Я же вам говорю: «Идите к гуру и будьте в вечном позитиве, если у вас это получится».

— *Мы находимся то в одном состоянии, то в другом.*

— Почему-то мне раньше казалось, что у меня были моменты, когда любовь и ненависть меня просто распинали. А сейчас ощущение, что они столкнулись лбами.

— Это внутреннее разделение.

— *Столкновение — это тоже разделение.*

— Принимаете вы только позитив, а с негативом боретесь, так вы и поддерживаете внутреннее разделение самого себя. Вы исходите из предположения, что всегда можете находиться только в позитиве. Спящие именно так и мыслят, постоянно ища только удовольствия, счастья, любви, каких-то неземных вибраций, гуру, который вдруг появится и просветит, — но при этом находятся в негативе.

— У меня сейчас как раз один негатив и попер.

— Хорошо. Но ты же им не удовлетворяешься? Если ты им удовлетворяешься, тогда ты полностью удовлетворена. Но почему у тебя такое недовольное выражение лица?

— *Хочется уже чего-то другого.*

— Чего другого? Позитива?

— *Теперь уже позитива.*

— Вот! Всем и всегда хочется позитива. «Кругом один негатив, но я хочу позитива». Так это или не так? Все ищут рекомендаций, советов, заговоров, отворотов, приворотов, психоанализов и прочего, чтобы усилить свой позитив. Получается, что вы постоянно ищете позитив, но при этом находитесь в негативе.

— *Ищем.*

— Я же вас постоянно окунаю в негатив. Если вы начнете искать негатив, то будете находиться в позитиве. Вот что значит понимать, как работает дуальность. Вы пока этого не понимаете, но почему-то сюда приходите. Зачем же вы приходите? Идите к гуру, несущим позитив. К психотерапевтам, говорящим и обещающим позитив. Занимайтесь с утра до вечера позитивными аффирмациями. Почему же вы этого не делаете?

— *Я целую тетрадь исписала этими аффирмациями.*

— Мало одну тетрадь, испиши много тетрадей, целые тома позитива. Издайте собрание сочинений позитива. Люди будут читать и станут еще позитивнее, но только почему-то ваше состояние не меняется. Наоборот, вокруг вас появляется еще больше негатива. Чем больше вы говорите и делаете позитива, тем больше видите негатив. Что это за фигня такая? А ведь все очень просто. Человек является как позитивом, так и негативом одновременно, но при этом он принимает свою позитивную сторону и борется со своей негативной стороной, поэтому вечно недоволен. Это краткое описание жизни любого спящего.

— *Так это просто, но видение этого не зависит от личности, поэтому это не просто. Это просто невозможно.*

— Это так просто, что невозможно уразуметь. Если вы не принимаете свою негативную сторону, то и не можете управлять дуальностью «позитив-негатив». А когда у вас возникает серьезная проблема, то вы начинаете бредить, называя это объяснениями происходящего. Почему человек бредит? Да потому, что он не принимает половину самого себя, поэтому не знает самого себя целостно и, как следствие, не может управлять обстоятельствами своей

жизни. Опять очень просто. Если вы это уразумели, то нам дальше делать нечего. Вы уже просветленные.

— Когда входишь в персонаж, тогда и начинается борьба. Пока смотришь сверху — все ясно и понятно, но войдя в персонаж, попадаешь в полный раздрай.

— Так почему в персонаже, в личности возникает борьба? Потому что позитив не принимает негатив, а негатив не принимает позитив. Вот и все. Вы и не можете понять себя, если не приняли в себе дуальность, что вы есть и то, и другое. Тогда изучение своей дуальной личности — это изучение ее позитивных и негативных сторон. Вы же не хотите изучать негатив. Так это? Почему же я всегда говорю о негативе? Почему у многих людей создается впечатление, что я их опускаю, унижаю, оскорбляю или еще что-то в этом роде? А происходит это потому, что они никак не хотят принять эти части самих себя. А они — это вы.

— Получается, что если ты это принимаешь, то разрешаешь себе это проявлять. Если начинаешь это проявлять, то с позитивной точки зрения ты плохой. Здесь не принято так поступать. Уже идет осуждение.

— Как будто вы негатива не проявляете.

— Да, проявляем, конечно.

— Так почему же вы боитесь начать видеть то, что вы делаете? Посмотри, что ты сейчас говоришь? «Если я начну видеть негатив, то начну его проявлять». Как будто ты его не проявляешь.

— Я со своей хорошей позитивной стороны не вижу, что я это проявляю. Это как бы незаметно. Для позитивной стороны этого нет.

— Совершенно верно. «Я делаю вид, что этого нет». Когда мне говорят: «Ты начни это видеть», то позитивная сторона кричит: «Что за ужас, я сейчас начну проявлять негатив, но это недопустимо!» Но ведь ты это уже и делаешь. Все уже воют от этого. Посмотрите, сколь прост механизм и как сложно его осознать.

— У меня было две части, и сейчас они есть, но они своей борьбой не давали ни минуты покоя. Одна говорила: «Ты плохая». Другая говорила: «Как это плохая, я же хорошая». — «Ты говоришь, что хорошая, значит ты плохая, это гордыня». Вот так они и ели друг друга. Я начала их рассма-

тривать, как бы раздвинув их. Одна часть такая темная, она предательница, такая извивающаяся, скользкая, неустойчивая. На нее положиться нельзя. Просто полностью темная часть. Другая часть — Жанна д'Арк, готовая за всех сгореть в огне, всех любит, такая правильная. Они никак не могли прийти к чему-то общему, враждуя друг с другом. Я как бы помещаюсь в одну часть и вижу, что только в ней находиться невозможно. Например, помещалась в чистую, белую часть. Это просто какая-то статуя окаменелая, не способная двигаться или жить. Жизнь — в той, в темной части, хотя она и плохая. Даже в мультфильме «Ну погоди!» все дети любят волка. Я почему-то вдруг обнаружила, что люблю больше темную часть.

— Кто это любит больше темную часть? Это сейчас говорит твоя темная часть о том, что любит себя. «Я не люблю светлую часть, она каменная». Если ты перейдешь в светлую часть, то она скажет, что эта темная часть просто мерзость. Ты болтаешься между двумя частями собственной дуальности, при этом говоришь — «я». Но кто этот «я»? Кто сейчас говорит? Темная или светлая часть? А также пока непонятно, что такое «темная» и «светлая» части. Очень часто используются слова типа «я хорошая» или «я позитивная». Это можно отнести к светлой части, но также это указывает на наличие у вас двух противоположных частей, или клемм аккумулятора, которые вы не можете соединить. Мультфильм «Ну погоди!» — замечательная иллюстрация взаимодействия двух противоположных частей. Там серый волк бегает за белым зайцем. Именно так и протекает взаимоотношение этих двух частей. Когда вы в волке, то ищете зайца, чтобы его поймать и уничтожить. Когда вы в зайце, то ищете волка, чтобы от него сбежать. Разве не так происходит у вас? При этом вы считаете себя чем-то единым, и это величайшая иллюзия. Человек говорит о себе, как будто он — «одно», хотя он — «два». Причем эти «два» представлены в личности в виде множества дуальных пар. Эти пары взаимодействуют так, что уловить структуру и характер их взаимодействия очень сложно. У тебя был вопрос о том, что такое человек. Я тебе его и возвращаю. Я тебя спрашиваю — что такое ты?

Наблюдение за работой ума

В нашем процессе главным является понимание механизмов работы обусловленного ума и дуальной личности. В каждом человеке присутствуют две стороны личности противоположных направленностей. Личность — это набор дуальных частей. Если вы это способны усвоить, то начнете наблюдать за ними в самом себе.

Осознание — это видение работы обусловленного ума и дуальной личности с точки зрения нейтрального наблюдателя, который и является вашим истинным «Я». Ваш дуальный ум не может видеть самого себя в целостности, но имеется возможность выйти в наблюдателя и начать видеть из него то, как работает ваш ум. Наблюдая за ним, ты видишь актуализированные твоей личностью двойственности и получаешь возможность переживать их противоположные стороны как две стороны одной медали.

Например, я недавно рассматривал в себе двойственность «здоровье-нездоровье», это актуализированная в тот период моей личностью двойственность, которую я изучал через наблюдение. Я это делал благодаря тому, что знаю, как надо к этому подходить. Ведь можно переживать тысячу раз одно и то же и не осознать этого, что многие люди и делают. Они переживают одно и то же, полностью отождествленные с определенным сценарием, выхода из которого они не видят. Обусловленный ум — это замкнутое пространство, находясь в котором ты будешь совершать колебательные движения от одной его стороны до противоположной.

— *Так оно и есть.*

— И только понимая знание о дуальном восприятии человека, ты можешь начать осознавать двойственность как основной принцип работы обусловленного ума и личности. Причем все двойственности сразу осознать невозможно. Начинается постепенное их рассмотрение: ты видишь их взаимосвязи, переплетения, выделяешь основные закономерности их проявления в твоей жизни.

Например, результатом моего самоисследования явилось понимание того, что в этой реальности все игры идут только с двумя вариантами состояний игроков — это осуждение и вина.

Осуждение и вина есть проявление страха человека, порожденного дуальной природой его личности, которую он не осознает, будучи полностью отождествленным с ней. Ты проводишь исследование на самом себе и выявляешь законы и механизмы, по которым работает эта реальность. Понимая эти законы, ты можешь начать правильно рассматривать ситуации, которые иначе вообще не понятны.

Что происходит со мной? Как это понять? То одна мысль, то противоположная. Как со всем этим разобраться? Кругом полный хаос. Именно этот хаос в голове людей и наблюдается, они ничего не видят ясно. Это типичное состояние обычного человека, который выдает лозунги, не понимая, что за ними стоит. Он становится фанатиком какого-нибудь взгляда и начинает насиловать им других.

Без понимания дуальной природы человека разобраться в происходящем невозможно. Самоисследование должно проводиться в правильном направлении. Правильным с точки зрения осознания является рассмотрение в себе дуальностей и их гармонизация.

Принятие теневой стороны

— Какие обвинения для вас самые страшные? Если я скажу вам, что вы проститутка?

— *Сейчас я могу спокойно к этому отнестись. Просто понимаю, что должна в себе все принимать, наверняка и такая часть личности во мне живет. У меня бывают фантазии на тему «я — проститутка».*

— Но если вы не признаете в себе эту часть, то они вас будут преследовать.

— *Я стала замечать, что отрицаю в себе что-то, стараюсь наблюдать за этим, чтобы понять, почему меня это так задевает.*

— Увидеть дуальность своей личности и наличие в ней противоположных частей — самое важное для самоисследователя. Мы считаем, что нас обвиняют несправедливо. Но когда захотим встретиться с тем, что у нас внутри, то увидим, что там это есть.

Что ни назови — все есть. Почувствуйте себя дурой, например. Все очень сильно напрягаются, доказывают, кто

кого умнее, а вам не надо вступать в эту схватку, вы расслаблены и спокойны. Ведь вы приняли роль дуры. Всегда что-то будет преследовать вас до тех пор, пока вы с ним не согласитесь, приняв это в себе.

— Аффирмация, которую я использую: «Здесь и сейчас я принимаю себя такой, какая я есть» — мне очень часто помогает в том, чтобы увидеть себя в данный момент. Почему я чувствую себя дискомфортно? Ага, что-то я в себе не принимаю, и тут же: «Здесь и сейчас я принимаю себя такой, какая есть».

— Мы пришли в эту реальность для того, чтобы получить опыт, касающийся обеих сторон всех двойственностей. А глупость и ум — это две стороны одной двойственности. Вы никогда не выйдете из этой двойственности, если не примете ум и глупость как две стороны одной медали. Не просто на уровне аффирмации, а на уровне партнерства противоположных сторон этой двойственности.

Вам надо побыть дурой. Каждый на что-то западает: кто-то хочет быть очень умным, кто-то — стать проще или поглупеть. Надо побыть на той и на другой стороне. Как правило, мы сами себе через других людей указываем на то, какую сторону нам надо прожить сейчас. Если вы оскорбляетесь, когда вас называют дурой, то это указывает на то, что вам надо прожить именно эту сторону.

То, что вас сильно раздражает, на самом деле является совершенно потрясающей вещью — указкой. Вам что-то показывают, совершенно не понимая этого, но если вы понимаете, то увидите, что вам надо это прожить и принять в себе. Проживаете, и вам перестанут указывать на это, больше этот урок вам не нужен.

Существует распространенная ошибка, когда человек объявляет себя просветленным, заявляя, что его уже ничего не задевает. Тогда он начинает делать вид, что его ничего не трогает, подавляя непроработанные стороны личностных качеств.

Надо разрешить себе всегда быть задетым. Тогда ваше самоисследование пойдет ускоренно, иначе оно может стать хроникой. Разрешить себе чувствовать все. Если вы чувствуете вину по поводу чего-то, то все время делаете

усилия для осознания ее механизма. И в конечном счете, увидев ее механизм, вы избавитесь от нее.

Надо разрешать себе обижаться и чувствовать вину, страх, при этом осознавая механизм их возникновения.

— *Если начинаешь анализировать, то идет подавление каких-то сторон себя.*

— Нужен не анализ, а осознанное переживание. Анализ — это чисто интеллектуальная деятельность, а мы осознаем свой опыт, то есть переживания. Видение механизмов осуждения и вины возникает как результат полученного опыта. Если вы имеете намерение его увидеть, то увидите в результате серии озарений.

Когда вы смотрите при ярком солнечном свете на окружающую вас обстановку, то четко все видите. То же самое и здесь, поэтому основным является разрешение себе чувствовать и осознавать то, что вы чувствуете.

Ясное видение будет результатом опыта, а опыт — это переживание, а переживание — это состояние. Если вы разрешаете себе чувствовать все, то ваше осознание своей личности будет приходить значительно быстрее.

Анализ — это ментальные схемы, чаще всего порожденные обусловленным умом. И если, допустим, что-то прочитано, то возникает большое искушение об этом рассказывать так, как будто вы сами это прожили. Но это ментальная конструкция, за ней нет опыта вашего собственного проживания. Важен собственный опыт проживания, а не просто знание, почерпнутое откуда-то.

Когда вы проживаете что-то сами, то можете увидеть механизм возникновения своих состояний в матрице выживания, которые относятся либо к осуждению, либо к вине. Понимая такие механизмы, вы уже не будете заблуждаться по поводу того, что с вами происходит и почему. Если вы будете кого-то пытаться вывести из психологической ловушки, не имея собственного опыта ее проживания и выхода, то вас очень быстро запутают.

Почему так полезна работа с другими людьми? Потому что вы получаете возможности проверки вашей готовности к выходу из психологических ловушек, созданных дуальностями. Если вы не можете вывести кого-то из ловушки, значит сами не вышли из нее. Это очень хороший показатель.

Но если вы заявляете о себе как об авторитете, то будете пытаться избегать ситуаций, в которых не можете увидеть выхода из ловушки, но именно они вас будут постоянно преследовать. При этом, не видя неисследованную область в себе, вы будете обвинять другого человека, говоря, что это он неосознанный, глупый или еще что-нибудь в этом роде.

Здесь нельзя попасться на то, что уже все знаешь. Никто здесь не может знать все. Поэтому лучше всего исходить из незнания, тем более при столкновении с чем-то неизвестным. Поступая так, вы войдете в ловушку, изучите ее механизм и выйдете из нее вместе с другим человеком, если он этого хочет.

Как оседлать парадокс дуальности?

— Что вы отрицаете в себе?

— *Страх безденежья. Я и на работу хожу потому, что боюсь ее потерять и не смогу заработать другим способом. Я боюсь потерять, потому что я не буду получать деньги*.

— Я боюсь безденежья, я проклинаю безденежье. Значит, я не вижу, что богатство и безденежье — две стороны одной медали — одна и та же энергия. Я отрицаю эту энергию. Отрицая ее, я хочу ее получить. Видите, какой парадокс.

Я отрицаю деньги и хочу получить деньги. Я отрицаю безденежье, что является другой стороной богатства. Я отрицаю это и хочу это получить. Парадокс. Но в парадоксе мы живем, и надо увидеть его ясно. Благословите свое безденежье, увидьте, что безденежье — другая сторона избытка денег, только тогда вы сможете выбрать то, что вам нужно. Тогда это будет выбор, но пока это желание в парадоксе. Я хочу то, что я отрицаю. Посмотрите, именно так у вас и происходит.

Вы говорите: «хочу партнера», но вы блокируете его. С одной стороны, вы хотите его, с другой — сопротивляетесь его появлению. Вы хотите иметь деньги и одновременно сопротивляетесь этому. Вы хотите иметь детей и одновременно не хотите этого. В таком парадоксе проявляется дуальность личности.

Желание и сопротивление ему, т.е. желание с противоположным знаком, есть энергия одного качества. Но воспринимается она личностью как разная и взаимоисключающая. И пока вы не примете эту энергию во всех ее проявлениях, вы не сможите ей управлять.

Это все равно что благословлять морду и проклинать зад лошади, на которой вы хотите покататься. Вы не понимаете, что это одна и та же лошадь. Вы целуете ее в морду, а потом бьете по заднице. Она просто обезумеет. Так мы делаем то же самое, посмотрите на любую двойственность: мы целуем ее в лицо и бьем ее по заднице, и при этом хотим на ней кататься, хотим ей управлять. Так это не получится.

Но если вы принимаете как переднюю часть лошади, так и ее заднюю часть, то можете управлять ей. В ином случае она вас сбросит. Так вы благословите то, что проклинаете, иначе не сможете оседлать и управлять дуальностью.

— Тот же принцип работает, когда страстно хочешь чего-то, но ничего не получается, а когда бросаешь, то тут же все происходит само собой.

— Посмотрите на дуальность сомнения — уверенность, как на лошадь. Это та же самая лошадь с передней и задней частью. Если я не признаю сомнения как заднюю часть любимой лошади, которую называю «уверенность», то не могу ей управлять.

Я боюсь сомнений, луплю по этому сомнению и ненавижу его, а моя лошадь начинает, как сумасшедшая, крутиться на месте. Но если я говорю: «Да, сомнения; да, уверенность; да, я признаю и то и другое», — то я благодарен сомнению, потому что оно дает мне возможность знать, что такое уверенность.

Как вы узнаете, что такое уверенность? Например, вы всегда уверены. Откуда вы вообще знаете, что вы уверены? Вам нужно иметь сомнения для того, чтобы узнать, что такое уверенность. Это и есть две противоположные стороны лошади. Посмотрите на сомнение, полюбите его. Полюбите его так же, как вы любите уверенность, увидьте, что они есть две стороны одной лошади, которую вы хотите оседлать.

Выбор — это не отказ: я буду уверен путем отказа от сомнения — нет, я буду уверен путем выбора между со-

мнением и уверенностью. Когда я выбираю, я не нахожусь в сумасшествии, я не нахожусь на горизонтали, смотря только на одну сторону и желая ее.

Я смотрю сверху на то и другое, полностью их осознаю, благодарен тому и другому, как единому целому, а дальше выбираю. Сейчас я выбираю быть уверенным, но через какое-то время я выберу неуверенность, для того чтобы узнать опять, что же такое уверенность.

Мы не можем знать одну сторону без другой, поэтому нам нужна как та, так и другая. Так давайте относиться с благоговением и благодарностью к обеим сторонам, а не только к одной.

— *Я увидела страх неизвестности*.

— Так признайте неизвестное, благословите его, а потом благословите известное и затем делайте выбор. Хотите быть в известном, будьте в известном, хотите быть в неизвестном, так будьте в неизвестном. Вы же усиливаете известное, дабы усилить неизвестное, чтобы потом кричать, что вы боитесь неизвестного.

Если вы любите известное, так чего вам бояться неизвестного? Ведь это две стороны одной и той же медали. Имея дело с известным, вы уже имеете дело с неизвестным. Что вам тогда его бояться. Увидьте это так.

Сейчас я предлагаю вам посмотреть, что вы ненавидите в себе и к чему стремитесь. Затем примите то и другое и сделайте выбор.

— *Закрытость-открытость*.

— Что проклинаем?

— *Закрытость.*

— К чему стремимся?

— *К открытости*.

— Готовы видеть, что это две стороны одной энергии? Вы принимаете ее в двух противоположных сторонах? Дуальность — это иллюзия раздельного восприятия мира. Отдельно открытость, отдельно закрытость. Мы боремся с закрытостью, чтобы стать открытыми. В линейном времени мы получаем такой опыт через желания. Но когда мы получим этот опыт, то можем увидеть две стороны как одно. Тогда это больше не проблема: открытый я или закрытый.

Но если мы продолжаем настаивать на том, что не хотим быть закрытыми, а хотим быть открытыми, то это говорит о том, что вы еще продолжаете получать опыт выживания, находясь во сне сознания. Жить без проблем неинтересно, я понимаю. Многие не заинтересованы в отсутствии проблем. Но только проблемы бывают разными. Значит, пока вы еще не готовы видеть дуальную иллюзию так, как она есть.

— *Я вижу.*

— Если так, то это больше не проблема для вас. Так ли это для вас?

— *Так я понимаю.*

— Ты можешь сказать, что благодаришь свою закрытость? Действительно ли ты понимаешь, что только в сравнении со своим состоянием закрытости ты можешь узнать, что такое состояние открытости? Если да, то это больше не проблема, тогда тебе все равно, открыта ты или закрыта. Ты можешь выбрать быть открытой, можешь выбрать быть закрытой. Но будучи закрытой ты благодаришь открытость, будучи открытой ты благодаришь закрытость.

— *Бессмысленность жизни. Противоположное — смысл. И смысла нет.*

— В вашей жизни нет смысла, если вы его не видите. Если я боюсь и отрицаю бессмысленность, то я ее и притягиваю. Какой же будет смысл? Я не могу его найти. То, что я боюсь и отрицаю, я притягиваю.

— Если я говорю: «Я благословляю бессмысленность жизни как другую сторону ее осмысленности, то я вижу в бессмысленности осмысленность и я благословляю ее», — тогда ситуация начнет изменяться. Это можно делать бессознательно или осознанно.

— Так как основным в том, что я передаю вам, является осознанность, то я не предлагаю вам какие-то техники. Я мог бы вам сейчас начать предлагать различные смыслы жизни. Сколько людей, столько и смыслов жизни. Кто-то видит смысл в ребенке, кто-то в работе, кто-то еще в чем-то. Можно уцепиться за один смысл, отрицая противоположный, но это механическое выживание.

Смысл и бессмысленность

— *Да нет его, смысла. Я уже проходила это, нет его ни в чем*.

— Что вас не устраивает в бессмысленности? Это другая сторона смысла. Вы боитесь бессмысленности и притягиваете ее и от этого еще больше ее боитесь и еще больше притягиваете. Вы понимаете механизм? Вы хотите увидеть смысл или хотите просто раздражаться тем, что не видите его?

— *Да нет, то-то и оно, что смысла я не хочу*.

— Нет смысла и не хочу переживать смысл — это большая разница. Зачем вы вообще об этом говорите, если вы этого не хотите? Если вы хотите бессмысленность, то она у вас уже есть. Что вас не устраивает? Значит, вы хотите смысла. Но при этом вы говорите, что смысла тоже нет. Так в чем проблема?

— *Найти смысл, наверно.*

— Вы ищете смысл и, ища его, боитесь бессмыслицы; боясь бессмыслицы, вы притягиваете ее. Желая иметь смысл, вы будете находиться в ситуации бессмыслицы. Как вы можете хотеть что-то, если оно уже есть у вас? Смотрите, насколько устойчиво ваше заблуждение. Со стороны это видно, самому человеку — нет. Потому что если вы это увидите, то ваша проблема исчезнет и эта игра прекратится, что вам тогда делать?

— *Начинать новую игру.*

— Но вы же не знаете новой игры. Поэтому вы держитесь за старую, поскольку новой-то нет.

— *Желание поменять.*

— Желание поменять приводит к неизменности. Посмотрите, то, о чем я говорю, очень просто, с одной стороны; с другой стороны, крайне непонятно, применительно к самому себе.

— *Абстрактно очень.*

— Я говорю очень конкретно. Посмотрите, если я говорю о ком-то, то вам понятно это применительно к нему, но когда говорят о вас, вам это непонятно. Непонимание возникает тогда, когда идет прикосновение к собственной проблеме.

Непонимание — это результат нежелания видеть ее в дуальности противоположных сторон своей личности. Если я желаю что-то видеть, то я вижу, если я не желаю видеть, то что ты ни делай, я не увижу это. Вы свою проблему удерживаете, значит она вам нужна. Вы ей живите, вы ее проживаете. Вы проживаете состояние бессмысленности.

— *Я должна найти какой-то смысл?*

— Я не сказал этого. Я не знаю, что вы должны. Я не призываю вас к долгу, я просто показываю то, что есть. Мы видим, что вы находитесь в своей проблеме полностью. Раз вы в ней находитесь, значит вы ее выбрали для того, чтобы ее прожить, и вы ее проживаете.

Готовы ли вы сделать другой выбор? Вам не надо для этого много учиться, вам надо просто сделать другой выбор, но вы не сделаете другой выбор, пока не исчерпаете эту двойственность. Вы считаете, что все бессмысленно, таким образом вы закрылись от слушания, видения и понимания какого-либо смысла.

Я говорю о смыслах, но вы их не понимаете, вы просто их блокируете. Вы считаете, что то, о чем я говорю, тоже бессмысленно, и я бессмысленна, и все вокруг бессмысленно, — вы проживаете бессмысленность. Так поблагодарите бессмысленность, за то, что она дает вам возможность ее проживать.

— *Благодарю, но ничего не происходит.*

— Значит, вы хотите дальше продолжать этот же опыт.

— *Я искренне благодарю*.

— Искренняя благодарность возникает только тогда, когда опыт исчерпан. Когда вы его проживете, тогда возникнет благодарность и вы скажете: «Спасибо, прожила». Когда вы это сделаете, я не знаю. Тогда, когда вы сочтете это нужным.

Какие-то люди проживают смысл, великий смысл, они пишут книги об этом смысле, создают философские, религиозные, эзотерические системы, за ними двигаются тысячи людей, вот это да, а вы, дура дурой, бессмысленно сидите здесь и мучаетесь. А я вижу то и другое как одно и то же. Они проживают смысл, а вы — бессмыслицу. Но это одно и то же.

Вы зафиксировались на одной стороне двойственности, что является причиной отсутствия у вас партнера и всего остального. Зачем иметь партнера, здоровье, квартиру, если это бессмысленно? Зачем вообще вставать с постели, если это бессмысленно? Я не говорю, плохо это или хорошо. По какой-то причине вы это проживаете, и пока хотите продолжать проживать.

Вы делаете то, что вы хотите, так возрадуйтесь. Смотрите, как упорно вы выбираете бессмысленность, но при этом делаете вид, что хотите найти смысл. Вы не хотите ничего другого, вы имеете то, что хотите — так радуйтесь этому. Такое состояние стало для вас привычным, вы отождествились с бессмыслицей, вы и есть бессмыслица, правильно?

— *Да, что-то идет у меня, желание жить.*

— Почему-то вы взяли и определили себя как бессмыслицу, это ваш образ самой себя. Именно в силу этого образа вы и проживаете бессмыслицу.

— *Появилась радость*.

— Конечно, это ничем не хуже и не лучше, чем что-либо другое. Когда вы с радостью примете свое состояние бессмысленности, то возникнет что-то другое, а пока не принимаете, оно и держится.

— *Я уже принимала.*

— Это не принятие. Если вы действительно приняли противоположную сторону дуальности, породившей вашу проблему, то проблема исчезнет. Но если вы ее не принимаете, то поддерживаете состояние борьбы.

Слово «принимаю» можно говорить, но это ничего не меняет. Какой другой образ самой себя у вас уже есть на подходе? Сейчас у вас есть очень классный, большой, сильный образ самой себя — я бессмыслица. Он порождает восприятие реальности как бессмысленной. На какой новый образ самой себя вы готовы сменить старый?

— *Нет образа*.

— Поэтому есть то, что есть. Нет другого образа, значит будет работать старый, значит вас это устраивает.

— *Значит так.*

— *Я увидела злобность и чувство превосходства по отношению к другим людям.*

— Какая обратная сторона у злобности?

— *Доброта. У превосходства — равенство*.

— Приняв свою злобность, вы примете свою доброту. Приняв превосходство, вы примете равенство. Не принимая их, вы находитесь в иллюзии разделенности этих энергий. У вас сейчас нет возможности выбора, так как у вас есть фиксация на злобности и на превосходстве. Выбор существует между двумя сторонами полярности, которые вы отчетливо видите в себе и принимаете как равные.

Какой образ себя вы можете сейчас выбрать?

— *Доброго человека, который не считает, что он выше всех остальных.*

— Для доброго человека очень естественны какие-то мысли, чувства и поступки, которые совершенно не естественны для злого, хотя это одна и та же энергия. Для того, кто считает, что он превосходит других, подойти и обнять своего врага очень не просто.

Он может похлопать его по плечу, но в этом нет состояния равенства. Важно, из какого образа себя вы действуете.

Но как вы можете узнать, что такое равенство, если не знаете, что такое превосходство? Поэтому поблагодарите свой образ превосходства, потому что он приведет вас к образу равенства. Поэтому он очень нужный и необходимый вам. Если вы пережили и то и другое как две стороны одной энергии, то получаете возможность осознанного выбора одного из них.

По поводу бессмыслицы. Вот вы сидите здесь, и у вас периодически возникает желание уйти, но вы находитесь здесь, значит вы видите в этом какой-то смысл. Не видя никакого смысла в присутствии здесь, вы бы давно ушли, значит есть смысл.

— *Я хочу, чтобы что-то изменилось*.

— Хорошо, но это же смысл, это уже смысл. Значит, сказать, что у вас нет никакого смысла, нельзя, он есть. Так вы его увидьте, прочувствуйте. Вы хотите, чтобы что-то изменилось, и это первый шаг. Начните чувствовать, что на самом деле уже много чего меняется, и в этом ваш смысл.

— *Идут сомнения, которые влекут за собой бездействие*.

— Хорошо, так вы за этим наблюдайте. Посмотрите, в этом вы уже найдете смысл. Если вы наблюдаете за своим состоянием бессмысленности, то это уже смысл. Если все бессмысленно, то чего за этим наблюдать? Вы просто механически находитесь в бессмысленности. Но сейчас вам хочется, чтобы это изменилось, вы начинаете наблюдать за тем, что происходит, разве это не смысл?

— *Смысл.*

— Значит, у вас есть смысл?

— *Бессмысленный.*

— Смысл не может быть бессмысленный. На основе бессмыслицы мы познаем, что такое смысл. Если это бессмысленно, то что вы сидите здесь?

— *Какая разница, где я буду сидеть: здесь или в другом месте?*

— Хорошо, проживайте бессмыслицу. Я вам показал, что у вас есть смысл, но вы не хотите его видеть. Пожалуйста, это ваше решение.

— *Я эти два дня проживаю глубокую злобу. Я даже не могла предположить, что у меня такие крайности. От ощущения единства, счастья, когда человек действительно самодостаточен, я не могла предположить, что меня забросит в противоположную сторону.*

— Смотрите, как мы узнаем единство? На противопоставлении с той же энергией, которую мы называем разделенность. Именно в связи с одной стороной мы чувствуем другую. В свете этого совершенно не странно, что взлетая вверх, мы падаем вниз. Хотя на самом деле это одна и та же энергия. Но мы таким образом чувствуем весь ее диапазон.

— *А какой смысл?*

— Смысл — узнать эту энергию полностью. Скалолаз поднимается из низкого ущелья на самую вершину горы. Так он узнает, что есть высота. Здесь то же самое. Но вы опять отрицаете вторую сторону.

Только что вы были на вершине блаженства и вдруг упали в ущелье депрессии. Но это та же энергия только другого знака. Так благословите ее, потому что это одна энергия. Это ужас и это кайф. Посмотрите, что это ужас и кайф одновременно.

В этой реальности есть линейное время. Время — это последовательность этапов получения нашего опыта. То, что ты прожила за два дня, можно растянуть на два года. В час по чайной ложке, но тогда вряд ли ты что поймешь. Но когда дуальность проживается интенсивно, то ты можешь осознать обе ее стороны.

— *Самое страшное и ужасное — это то, что когда находишься в этом состоянии, то кажется, что потеряно вообще все, что ничего не было и есть только ужас без конца.*

— Это великолепный ужас. То, что было до этого, и то, что сейчас — противоположные стороны одной синусоиды, и если человек допускает большой диапазон восприятия дуальности, то в этом проявляется его страсть к целостности.

Многие люди не дают себе так проживать жизнь, у них +1 и −1 максимум, и это они называют «нормально». А +100 и −100 слабо? Слабо.

Если у вас +2 −2 — это уже предел, уже за сердце хватаемся, то +100 и −100 — это вообще что-то запредельное. Так вот, разрешите себе шире проживать диапазон дуальностей, он безграничный. Увидьте, что две его стороны есть одно и то же и примите то, что вы отрицали, с благодарностью. Вам хочется качаться на качелях дуальности — качайтесь, но осознанно.

Наш принцип: разделить, чтобы увидеть, а увидеть, чтобы принять. Разделение сторон дуальности в личности происходит драматично. Для осознания разделенных сторон надо иметь наблюдателя и видеть то, что происходит, как спектакль, в котором вы — актер. Если вы видите свою драму как спектакль, то значит находитесь в той точке, которая объединяет обе стороны двойственности, и тогда вы можете позволить себе большой диапазон их проживания.

Какие-то люди живут серой жизнью, какие-то размашисто. Те, которые живут серой жизнью, любят смотреть на тех, которые живут размашисто, по телевизору, потому что они не разрешают себе проявлять столь большой диапазон переживаний.

Какова широта размаха ваших крыльев? Есть маленькие птички, воробей, например, а есть орлы, у которых размах крыльев достигает трех метров, он парит — вот это по-

лет. Попробуй попарить на одном крыле. Нужны два больших крыла. Воробей не может парить, а орел парит. Так вот это парение на двух крыльях.

Что вам дает возможность так парить? Два крыла. Одно положительное, а другое отрицательное. Это и есть полнота жизни. Вы можете парить и при этом видеть себя парящим, то есть наблюдать за своим полетом, за своей игрой.

Творить можно как угодно, если нет страха, а страха нет, если есть наблюдатель, т.е. состояние осознания. Тогда ты видишь, что два крыла необходимы для парения. Именно два крыла. Попробуйте грести на лодке одним веслом. Вы будете плавать по кругу. Только используя два весла, вы можете выдерживать нужное направление.

Но в обычной жизни человек называет одно весло положительным и гребет им как сумасшедший, а другое — отрицательным и табанит им, проклиная его при этом. В таком случае куда он двигается? Он движется по кругу.

— Уверенность — неуверенность. Много находилась в неуверенности и стремилась к уверенности. В эти дни я ловила себя на том, что когда я что-то произношу с чувством уверенности, то получаю удовольствие от того, как я это говорю, от своего голоса, который я слышу, потому что в чувстве неуверенности я свой голос не слышу. Я принимаю в себе чувство неуверенности. И сегодня на работе я тоже испытала маленький кайф. Наша начальница любит ставить людей в неловкое положение, а сегодня, будучи в чувстве уверенности, я не испытала привычной неловкости, а ответила ей тихо и спокойно, но ответила так, что она стушевалась и ушла. Я увидела это на контрасте чувства уверенности и неуверенности и испытала маленький кайф.

— Совершенно верно. Тогда вам интересно быть разными. Вы принимаете неуверенность и принимаете уверенность. Но выбрать уверенность можно, только приняв неуверенность. Осознающему себя все хорошо, для него все замечательно.

— У нас возникла ситуация, в которой я увидела свое превосходство. Я знала, что оно у меня есть, но я его не видела так явно. Когда я увидела, что мое привычное место в коллективе занято, то есть не я руковожу, то у меня пошло возмущение, я увидела, что мой ум не в настроении от

того, что он не властвует. Я видела, что веселья не было, все были померкшие. Я увидела со стороны, как проявляла и проявляю себя.

— Дело даже не в уме, в нем может быть все что угодно, дело в вашем образе превосходства. Что противоположно этому образу?

— *Равенство.*

— Так проживите опыт равенства, а потом выбирайте.

Ненависть

Разрешите себе чувствовать то, что вы чувствуете. Даже если это ненависть, вы можете спокойно сказать об этом. Вы ее выражаете. Обычный человек чувствует ненависть, но не говорит о ней, при этом проявляя ее.

Любое желание, которое появилось, ищет проявления. Подавление желаний, которые возникают, приводит к их извращенному проявлению. Мы здесь начинаем открывать заслоны для проявления определенных чувств и желаний, которые у нас есть, но были сдерживаемы. При этом у вас может пойти волна агрессии, но пойдет она совершенно по-другому.

Если мы разрешаем себе выражать и признавать негатив в себе, при этом понимая, что мы все — одно и что у нас много скрытых желаний, которые мы просто не реализовали, а сейчас хотим это сделать, то это уже совершенно другое.

Если вы подойдете к кому-нибудь из нашей группы и скажете, что ненавидите его, то вы делаете это для того, чтобы осознать и избавиться от этого состояния. Вы говорите ему о своей ненависти, понимая, что он есть вы. Фактически вы подходите к самому себе и говорите об отношении одной части вас к другой, противоположной ей части вас же. Вы видите дуальность своей личности и проявляете обе ее стороны одновременно.

Вы можете подойти и сказать, что ненавидите кого-то, для того чтобы начать конфликт, а можете сказать это как самому себе с целью трансформации своего фрагментарного восприятия. Есть разница? Тогда это не продолжение воспроизведения негатива , а освобождение от него.

Правда лжи

Давайте разберемся с обманом. Сами слова являются обманом. Вы назвали что-то обманом и, когда это происходит, говорите, что вас обманули. Но слова — это просто символы. Первичным в передаче опыта жизни являются чувства. Чувства — это язык Души.

Вранье — это когда кто-то говорит не то, что вы полагаете за правду. Но другой человек в свою очередь полагает, что врете вы, потому что говорите не то, что он считает правдой.

Имеется факт какого-то явления и на него множество точек зрения. И если рассматривать это явление с одной точки зрения, то все остальные будут враньем. Поэтому очень важно увидеть, что эта множественность точек зрения является выражением Единого, но с разных, чаще всего противоположных, позиций.

Нас много, но мы одно, при этом каждый из нас индивидуален и выражает какое-то свое представление о том, что происходит. И оно не является неправильным. Оно столь же правильно, как и мнение любого другого. Если вы примете такой взгляд, то изменится ли ваше отношение к происходящему в вашей жизни?

Тогда вы не будете так настойчиво бороться со всяким, кто выражает противоположное вам мнение. Эта реальность является тренинговой площадкой для прохождения дуальных уроков. В принципе, она является обманом, сном. Если вы это понимаете, то как изменится ваше отношение к происходящим в вашей жизни событиям?

Этот сон можно прожить либо в кошмаре, либо в принятии и благодарности. Когда я говорю, что эта реальность является сном, то имею в виду, что эта реальность не наш дом. Мы в мире сем, но не от мира сего. Если вы считаете, что вы есть тело-ум и ничего, кроме этой реальности, нет, то ваша жизнь будет кошмаром. Если вы знаете, что вы тот, кто был, есть и будет всегда, что ваше нахождение здесь является неким экспериментом, опытом, избранным вами, что вы перейдете после так называемой смерти в состояние Безусловной Любви, Бессмертия и Свободы, то изменится ли ваше отношение к происходящим в вашей жизни

событиям? Изменится очень многое, если вы действительно это понимаете.

Вы сможете рассматривать одно и то же событие или человека с противоположных точек зрения. Что вам не нравится в вашей жизни? Например, то-то и то-то. Если оно вам не нравится, то вы будете с ним бороться. Но борьба только усилит ваше негативное состояние.

Можете ли вы принять наличие чего-то, что вам не нравится, как указатель того, что это есть в вас? Тогда имеет ли смысл бороться с этим или лучше увидеть и принять это в себе?

Это меняет ваше отношение к жизни. Из тех же самых фактов вы начинаете получать другой опыт, другие переживания. Когда вы чего-то боитесь, то это и получаете. Дальше вы можете либо еще больше бояться, либо увидеть это по-другому. Увидеть причины этого страха в себе как непринятие части себя.

— *Иногда становится страшно от того, что врешь сама себе.*

— Если вы пойдете дальше, то увидите, что все время врали себе, потому что любое ваше утверждение — это полуправда. Всегда существует противоположное вашему утверждение, которое является другой полуправдой. Человек высказывает всегда только полуправду, принимая ее за правду. Но в неосознанном состоянии это нормально, вы это делали постоянно, как и все остальные.

Теперь вы начинаете видеть это, но у вас усиливается страх. Хотя только этим вы и занимались. Сейчас это факты, которые мы просто отмечаем. Если вы продолжаете наблюдать за двумя противоположными полуправдами, то страх с каждым разом становится все меньше и меньше. Это и есть осознание, наблюдение за тем, что происходит в вашем внутреннем мире. В осознанном состоянии вы начинаете четко видеть, как работает дуальная программа вашей личности. Просто видеть без какого-либо осуждения. Потом происходит встреча с ситуацией, которой вы боялись. Если у вас есть намерение осознавать себя, то вы начинаете видеть механизм , на котором строятся такие ситуации. Надо пройти все ситуации, которых вы боялись, встретиться со своими дуальными частями, которые их создают, и принять их в себе.

Духовное и материальное

— У меня постоянно возникают претензии по поводу пренебрежительного отношения мужа к домашним делам, он занят только духовным.

— Этим он уравновешивает ваше повышенное беспокойство по поводу ведения хозяйства. Если кто-то выполняет функции одной стороны дуальности, то другой будет выполнять функции противоположной стороны. Иначе и быть не может.

В данном случае ваша дуальность — это «материальное-духовное», или «быт — духовность». Каждый из вас взял и несет свою сторону этой дуальности. Ваш муж брал ответственность за духовное, вы — за материальное. Вы оба одинаковы в этом смысле. Теперь вам надо увидеть духовное и материальное как две стороны одной медали и понять, что они не враги, а партнеры. Важно как то, так и другое.

Вы одинаково ответственны, но только в разных сферах. А так как вы смотрите на ситуацию с противоположных сторон, то каждый видит другого как безответственного. Вы — два равных партнера, обладающих необходимыми вам качествами, которые очень сильно выражены. Это надо увидеть.

Каждый из вас накопил ценнейший и богатейший опыт в духовной и материальной сферах. Вам просто надо им обменяться. Ситуация выправится, и драматизм, возникший из разделения материального и духовного, уйдет, если вы это сделаете.

Но такое разделение было нужно, чтобы вы смогли получить ваш опыт. Опыт накапливается в состоянии разделения и борьбы противоположных сторон активизированной дуальности. Теперь вы его накопили и можете перейти к партнерству. Для этого надо перестать воспринимать другую сторону как врага.

Почувствуйте противоположную сторону в себе. Поменяйтесь ролями и начните делать то, что делал ваш партнер. Так вы лучше его поймете.

Зависимость от чужого мнения

— У меня сильная зависимость от чужого мнения, потому что я думаю, что со стороны виднее.

— Это следствие недоверия к себе. Не видя, что ваши действия являются результатом ваших желаний, вы осуждаете себя за них и начинаете следовать тому, о чем говорит кто-то, снимая тем самым ответственность с себя за то, что хотите сами.

— Чтобы было кого обвинить.

— Опять работает механизм вины и осуждения. Если вы принимаете полную ответственность за то, что делаете, при этом, разрешая проявляться всему, что есть в вас, без осуждения и вины, то вам не надо зависеть от чужого мнения.

— Мне очень трудно отказать кому-то в чем-то. Если это происходит, появляется чувство вины.

— У каждого могут быть свои желания. Если вы разрешаете другому быть свободным, то разрешаете то же и себе. До тех пор, пока вы не дадите свободу другим, вы не дадите свободу себе.

— Я боюсь, что обо мне будут плохо думать, и поступаю наперекор себе.

— Почему вы так зависимы от чужого мнения?

— Хочется, чтобы ко мне хорошо относились, любили меня.

— А что получается?

— Получается наоборот.

— Значит, это не работает. Придерживаясь того, чего придерживались раньше, вы получаете обратный результат. Как исследователь, вы видите, что это не работает. Значит, надо искать другой способ.

— Не делать же так, чтобы для всех быть хуже и нелюбимей?

— Это представление о том, что любить вас будут за что-то. Разве это любовь? Любовь — это когда любишь другого человека независимо от того, что он делает. Он часть вас, и если вы любите себя, то не можете не любить его. Получается, что все те программы, которые мы обсуждаем, являются результатом нелюбви к себе.

— Но мне кажется, что я люблю себя. Или это тоже иллюзия?

— Вы называете одним и тем же словом совершенно разные вещи. Вы можете любить колбасу и можете любить человека. Слово употребляется одно, но речь идет о разных вещах.

Мы используем одно и то же слово, для того чтобы передать очень разные состояния. Если вы любите кого-то за что-то, то это не безусловная любовь. Вы любите колбасу за то, что она приносит вам чувство сытости, а не просто за то, что она существует. Обусловленная любовь — когда вы любите кого-то за что-то конкретное.

— Я перестану сомневаться в этом, когда увижу, что это работает.

— Во всем надо убеждаться только на собственном опыте.

— Передо мной стоял выбор: карьера, деньги, благополучная жизнь или жизнь с человеком, с которым ничего этого не будет. Я выбрала второе, потому что люблю его и хочу быть с ним.

— Перед вами всегда выбор, иногда он становится очень явным. Выбрав ту жизнь, вы пошли бы по протоптанной дорожке.

— Меня никто бы не понял, кроме него, потому что он был с вами и занимался всем этим.

— Для него это тоже огромные изменения. Вы сошлись, чтобы реализовывать новый вариант самих себя. Вы выбрали этот путь не для того, чтобы жить более комфортно, а для того чтобы двигаться к осознанию себя.

Обязательства и долг

— Я учусь в институте. За мою учебу платит мой муж, и у меня возникает страх, что я не оправдаю его доверие.

— Значит, вы считаете себя обязанной. Если существует обязательство, то есть страх его невыполнения. Здесь все построено на обязательствах. Это и есть обусловленная любовь: «Я тебя люблю, поэтому дам денег на учебу, но обещай, что будешь учиться хорошо».

Если ты меня любишь, то просто дай мне эти деньги на учебу, но я тебе ничем не обязана. Это трудно для обычного понимания.

— *Но это можно понять.*

— Все становится ясным и понятным, когда переживается на собственном опыте. Новое знание — это возможность посмотреть на происходящее по-другому. Но новое знание должно быть прожито, т.е. стать вашим опытом.

— *А если делаешь что-то ради себя и от сделанного будет приятно тебе самой?*

— Если что-то нравится, то вы делаете это, потому что вам нравится. Удовольствие приходит тогда, когда делаешь то, что нравится. Но если есть обязательства, то это становится чем-то ненавистным именно потому, что вы обязаны это делать.

Система обучения здесь построена на чувстве долга, вины и страха. У вас не спрашивают, нравится вам то, что предлагают, или нет. Поступил, будь любезен — учись. А если вам не нравится какой-то предмет?

— *Но его же надо сдавать?*

— Как только возникает слово «надо», появляется страх. Вся система выживания построена на страхе. Если вы принимаете эту систему, то попадаете в страх и вину.

— *Надо гнать этот страх?*

— Надо видеть механизмы его возникновения в самом себе. Если вы их увидите, то не будете осуждать себя и испытывать вину. Все зависит от того, из чего ты исходишь: из чувства долга, обязанности или интереса. Если есть интерес, то вы делаете исходя из него.

Интерес — это внутренняя тенденция прожить какой-то опыт. Вы проживаете его и хотите следующего, при этом всегда имеете дело только с самим собой. Если есть интерес, то вы движетесь в нем, получая определенный опыт.

— *Мне нравилось, когда меня хвалили за то, что я пошла учиться.*

— Это значит, что вы не сами оцениваете то, что делаете, а передаете это кому-то.

— *До сегодняшнего дня я так и делала.*

— Вы кому-то отдаете свою силу. Но потом может случиться так, что они же оценят вас негативно, и вам будет неприятно. Это две стороны одной медали. Вам нравится, когда вас хвалят, и не нравится, когда ругают. Но и в том, и в другом случае вы исходите не из себя.

Если вы будете исходить из себя, то эти вопросы не возникнут. Тогда либо вам интересно, потому что вы получаете новый опыт, либо он исчерпал себя, и вы ищете следующий интересный вам опыт.

Ревность

— *Терпеть не могу ревности.*

— Прекрасный способ избавиться от чувства ревности — это никого не хотеть. Как только вы кого-нибудь захотите, сразу все проявится. Поэтому лучше никого не хотеть, тогда у вас не будет ревности. Но она будет в потенциале.

Например, женщина не чувствует себя состоявшейся женщиной и поэтому избегает ситуаций, когда надо вступать в отношения с мужчинами. Она находит себе мужа, который ее ревнует к другим мужчинам, и у нее есть оправдание того, почему она не имеет с ними дела. Избегая таких ситуаций, она не может увидеть свой страх. Но самоисследователь готов его исследовать.

— *Не знаю, с чего начать.*

— Надо начать действовать. Если не начнете проявляться непривычным образом, то никогда себя такой не узнаете. Надо идти в неизвестную область себя, для того чтобы ее исследовать и избавиться от страха. Да еще получить подарки понимания механизмов программы вашей личности.

Мы не сможем выбраться из выживания, пока не осознаем этот важный опыт, который можно здесь получить. Мы должны закончить школу выживания, но если вы избегаете какого-то урока, значит, отдаляете время получения диплома.

— *Ревность и вина — одни из самых сильных моих переживаний.*

— Что лежит в основе этих переживаний? Чувство собственности. Это мое и никому больше не должно принад-

лежать. Но тогда и вам оно не принадлежит. Вот что самое интересное. Если вы ревнуете кого-то и считаете его принадлежащим только себе, то теряете его.

Давайте посмотрим на ревность необычным образом. Допустим, вы ревнуете свою жену, при этом представляя ее с кем-то. Получается, что это ваше желание, вы хотите этого. На самом деле никто никому не принадлежит, и когда вы создаете систему принадлежности кого-то себе, мысли об измене усиливаются, и вы видите ее с кем-то. На самом деле вы этого и хотите.

Если бы у вас не было этого желания, то не было бы и запрета на него. Я утверждаю, что одна из ваших частей создает измену вашей жены, делая это очень планомерно. Если вы ревнуете, то хотите этого, но не разрешаете себе увидеть это и утверждаете, что хотите совсем другого. Так проявляется дуальность вашей личности, т.е. одновременное присутствие в вас двух противоположных частей, одна из которых хочет, чтобы ваша жена была только с вами, а другая хочет, чтобы она была с кем-то другим. Обе эти противоположные части есть вы.

Ревность — это осуждение одной части вас другой частью вас же. Со стороны это выглядит так, словно вы наступаете на горло собственному желанию. Ревность — это следствие неясного видения и непринятия в себе дуальности, т.е. двух противоположных желаний, одновременно присутствующих в вас. Причем чем больше интенсивность вашей ревности, тем больше сила этих желаний.

— *Но можно же все это не представлять, не ревновать.*

— Если не будет ревности, то не будет и страдания. Но вы привыкли к страданию, потому что жизнь во сне — это жизнь в постоянном страдании. Страдание играет вами. Закончить свое страдание вы можете, только ясно увидев механизм, его порождающий, а это дуальность вашей личности.

Если вы его увидите, то перестанете страдать, но готовы ли вы к этому? В основе вашей ревности лежит ваше подсознательное желание, но вы его не видите. Вы видите только противоположное ему желание. Таким образом, ревнивец все время способствует измене того, к кому он ревнует.

— Я понял. Я попал в другую крайность. Чувствовал вину за то, что толкал ее к этому. Я понял этот механизм, но попал в оборотную его сторону.

— Вы вините себя за то, что запрещаете себе проявлять то, что в вас есть, т.е. подсознательное желание того, чтобы ваша жена была с кем-то еще. Ревность — это ограничение: вы не разрешаете проявиться второму желанию и сами создаете блокировку ему. Если вы разрешаете ему проявиться, то получаете, как это ни парадоксально, удовольствие. Запрещая, получаете страдание.

— Разрешив этому быть, может случиться так, что она не сделает этого?

— Это уже не так важно. Отпуская ревность, вы разрешаете проявиться своему подсознательному желанию. Это является классической ситуацией. Именно она блокирует понимание единства, т.е. видения связи всего со всем. И если у кого-то возникает желание, то оно возникает у нас как у единого целого. Мы все принадлежим единому, как две руки — одному организму. Давайте я начну сейчас скандалить по поводу того, что моя правая рука пожимает мою левую руку.

Если вы строите свои отношения на осознании, то никто и ни в чем вам не может помешать. Тогда вы необходимы друг другу, для того чтобы двигаться дальше. Поэтому все, что происходит с вами, есть часть старого сценария, который вы используете для осознания механизмов воспроизводства страдания.

Все, что происходит между вами, может быть использовано для того, чтобы выйти из старого образа самих себя. И если строить свои отношения на самоисследовании, то они становятся бесконечными и безграничными. В таких отношениях все правильно, что бы ни происходило, все используется в качестве дров для разжигания костра осознания.

Куда уходят ваши силы?

— Я боюсь чувства ответственности за все подряд, за все, что в какой-то степени напрягает. Есть какая-то внутренняя установка, что должно быть вот так, а ни сил, ни желания делать именно так — нет.

— А куда уходят все ваши силы? Ведь у вас есть энергия.

— *На отбрыкивание от этого.*

— Посмотрите, вы боитесь ответственности, и вся энергия уходит на боязнь. Вы все время боитесь. В конечном счете, вы боитесь ответственности за это, за то и за что-то еще. На что же вы тратите свою энергию? На страх сделать что-то, на отбрыкивание от этого или на делание этого? Количество энергии одинаково расходуется на то и на другое. Но в первом случае вы все время находитесь в страхе того, что все-таки придется это делать и при этом вас будут заставлять это делать. Во втором случае вы просто это делаете. Так работает механизм дуальности.

У каждого из нас есть энергия, но как мы ее используем? Имеющаяся энергия расходуется людьми на то, чтобы выживать в страхе, боли, страдании. Почему? Потому что работают привычные механизмы, которые направляют эту энергию на разыгрывание драматических спектаклей и проживание разных видов страдания.

Иллюзии

— Я всегда считала себя человеком, полным любви, понимания и способной дарить любовь. Сейчас это представление разрушилось, и я чувствую себя банкротом.

— И это прекрасно, потому что разрушить можно только иллюзию, но не настоящее, путь к которому идет через разрушение иллюзий. Чем больше вы будете видеть иллюзий в себе как иллюзий, тем ближе приблизитесь к тому, что не является иллюзорным, т.е. к себе настоящей. Поэтому каждая ушедшая от вас иллюзия — праздник.

То, о чем вы говорите сейчас, трагично для вас, для меня же это большой праздник. Я радуюсь за вас, потому что вы избавляетесь, может быть, от очень любимых, привычных, но всего лишь иллюзий. Ничего не может происходить неправильно.

Что мучает большинство людей? То, что они сделали что-то неправильно. Не может быть неправильного. Все и всегда правильно. Весь вопрос в том — понимаете ли вы это. Какой дорожкой ни иди, все равно придешь к себе, т.е. к безусловной любви.

У всех, кто здесь собрался, намерение увидеть свои иллюзии. Это намерение Высшего Я. Но ложная личность очень цепляется за них, не хочет о них рассказывать. Самый большой подарок, который может получить каждый, это разглядеть очередную иллюзию. Это болезненно, потому что таковой вы ее не считали. Вы думаете, что любили, оказывается — ненавидели, но увидеть это — огромный подарок. Упал очередной груз, и вы взлетаете вверх подобно воздушному шару, который сбрасывает ненужный балласт.

Личность может плакать по этому поводу, переживать, а я радуюсь, потому что невозможно потерять самого себя. Потерять можно только иллюзию представлений о себе. Мы держимся за малое, хотя нам дается очень многое, не хотим расстаться с копейкой, когда нам дают миллион. Но пока мы не отдадим эту копейку, не сможем получить миллион. Нас ждет значительно большее, и я радуюсь этому, потому что знаю: пройдя через страх и боль, мы получим нечто бесценное — самого себя. Я это знаю, потому что прохожу это сам.

Напряжение и расслабление

— Мое сердце закрывается от негатива. Я всегда прекрасно чувствовала только хорошее.

— Негатив и позитив — это две стороны одной медали. Как рука моет руку. Скажите, пожалуйста, какая из двух ваших рук моет другую руку? Из одного рождается другое. Как вы узнаете, что такое свет, если не знаете, что такое тьма? Само представление о свете исходит из представления о тьме, и наоборот. Они вместе, они связаны. Так что не надо гнуть только в одну сторону, иначе вы не поймете целое.

— Вся жизнь прошла на устремлении, на взлете, на цыпочках, на вытягивании шеи.

— В таком состоянии нельзя жить все время. Нельзя простоять всю жизнь на цыпочках, все равно придется встать на пятки.

— Это состояние идет на спад, но ты привык его чувствовать и хочешь его чувствовать все время, без него не

хватает топлива для каких-то достижений. Все, чего я достигла в жизни, произошло только благодаря тому, что хотелось стать достойной. Через восемь лет после замужества это стало затухать, оставляя желание выдумывать для себя что-то грандиозное. Но выдумывать не получается.

— Грандиознее того, чем мы занимаемся, представить себе невозможно. Возьмите пример со спортсменом. Если он все время будет увеличивать усилия, то надорвется. Он вышел, поднял штангу и опустил ее, нельзя стоять весь день с поднятой штангой.

Есть моменты напряжения и расслабления, т.е. определенные периоды. Они могут меняться в течение дня, недели, месяца, года. Для того чтобы взлететь, надо опуститься. Вы сейчас готовите почву для следующего взлета. Именно сейчас идет самая мощная работа. Она, как правило, совершается в периоды, когда кажется, что ничего не происходит.

Разрешить себе расслабиться — в этом и есть мудрость жизни. Смена напряжения и расслабления очень важна. Достижение цели и бесцельность. Вы можете поставить цель и достигать ее, а потом разрешить себе побыть без цели. Это противоположность, так вы накапливаете силу для следующего рывка.

Бесцельность — прекрасный период, в нем зарождается что-то новое. Иначе вы будете повторять одно и то же все время. А так у вас есть возможность получения чего-то более замечательного, чем то, что было. Вы стоите на пороге этого.

— *Но тогда затягивается ожидание: все время на пороге, а хочется переступить.*

— Не спешите, всему свое время и место. Научиться ждать — очень важно, и увидеть это можно только в тишине и спокойствии. Умение действовать тоже очень важно. Ожидание может стать таким долгим, что будет потеряно умение действовать. Есть расслабление не только тела, но и чувств, и мыслей.

Обусловленный ум не дает расслабиться телу. Наше тело очень мудрое. Понаблюдайте за кошками, у них прекрасно получается мгновенно расслабляться и активизироваться.

Кто у вас хозяин?

— *Где-то в глубине души я знаю все, но сталкиваюсь с тем, что не хватает доверия к себе.*

— Первично знание себя, все остальное — следствия. Вы не можете доверять мужчине, если не доверяете своему внутреннему мужчине, вы не доверяете женщине, если нет доверия своей внутренней женщине, вы не верите в Бога без доверия к Богу в себе.

Вера основана на неуверенности в своих собственных предположениях о чем-то, и вы будете падать из веры в неверие, что обычно происходит, например, с религиозными людьми. Доверие — это совершенно другое, оно основано на знании. Если я доверяю себе, то доверяю всей Вселенной, всему, что есть, потому что все, что есть, это я.

— *И все равно идет работа ума и страх: не сможешь, это только мгновение, он уедет, и все будет по-прежнему.*

— Наблюдайте за этим. Это уловки вашего обусловленного двойственностью ума, с помощью которых он хочет закрепить и зафиксировать вас в его реальности как единственной и в вере в то, что он единственный ее хозяин. Он просто слуга в одной из миллиарда комнат, которые есть в вашем доме.

Хозяин — это ваше Высшее Я, но обусловленный ум пытается убедить вас, что хозяин он. Вы хозяин своего бесконечного и безграничного дома, а он находится в одной из комнат, для того чтобы следить за тем, что в ней происходит. Только и всего.

Присутствуя только в этой комнате, он не может быть в какой-либо другой, и поэтому его царствование ограничивается ее стенами. Он хочет вас убедить, что ничего, кроме нее, нет. Тогда он становится царем. Но это царь мира иллюзий.

— *Но ведь бывают такие моменты, когда ум на самом деле является царем.*

— Он будет им до тех пор, пока вы не узнаете, кто же вы есть на самом деле.

Здоровье — болезнь

Если ты, например, отождествлен с двойственностью «здоровье — болезнь», то не можешь за ней наблюдать. Единственное, что ты можешь делать, — это пытаться изменить свое состояние в сторону того, что считаешь правильным, например здоровья. Ты будешь принимать лекарства, ходить по врачам и т.п., что, собственно, люди и делают с той или иной степенью интенсивности.

Возможна самоидентификация и со стороной «нездоровье», такой человек становится инвалидом. Посмотрите на людей-инвалидов, они стремятся извлечь выгоду из нездоровья. Инвалидом быть выгодно, само общество создало поддержку для формирования большой категории инвалидов.

Я показываю, что самоидентификация личности может идти по каждой из сторон двойственности. В данном примере — как по «здоровью», так и по «нездоровью». Большое количество людей борется за здоровый образ жизни, т.е. за распространение различных профилактических средств. У них идентификация идет по стороне «здоровье». Но они так же сильно отождествлены с болезнью и ее боятся.

Есть инвалиды, которые идентифицируют себя по «нездоровью», болезнь является нормальной для них. Они видят и пользуются всеми преимуществами, которые она дает. Те, кто идентифицирует себя со здоровьем, не видят преимуществ инвалида, а инвалид-то хорошо их видит. Но двойственность, которую активизируют и те и другие, одна и та же.

— Здоровые боятся потерять здоровье, а инвалиды не хотят расставаться со своей инвалидностью, иначе потеряют все льготы, помогающие им выживать: оплата квартиры, телефона, проезда в автобусе, бесплатные лекарства, а также великую жалость к себе.

— Давая внутреннее согласие на «нездоровье», человек получает его, а вместе с ним и все льготы.

— С одной стороны, он находится в состоянии ущербности, жалости к себе, а с другой стороны, он сильно этим играет, даже бравирует.

— Я недавно сам прочувствовал состояние инвалида. Инвалид не просит, он требует: «Я — инвалид, расступитесь, уступите мне место», он раздражается, если его не замечают и не делают того, что он требует. У инвалидов есть своя инвалидская гордость, ведь они борются за «правое дело». У них огромный уровень осуждения здоровых людей, которые считают их неполноценными.

— Инвалиды живут из состояния «Вы все нам должны».

— Здоровые больше всего боятся потерять ту степень свободы, которую имеют, например, свободу передвижения, материальную свободу, имеющуюся у них благодаря здоровью. В конце концов, захотелось в кинотеатр, встал и пошел, а на инвалидной коляске далеко не уедешь, потому что в нашей матушке-России порой ничего для инвалидов и не предусмотрено. В этом я вижу степень свободы, которую здоровые сильно боятся потерять.

— У инвалида есть что-то свое, что он боится потерять.

— *Он и не ищет быть равным со здоровым, а ищет состояния ущербности, жалости, ему выгодно быть ниже и за счет этого выживать.*

— У инвалидов очень высокая степень осуждения здоровых.

— *А исходя из этого, здоровые считают себя виноватыми перед инвалидами.*

— С позиции инвалидов, здоровые виноваты в том, что они инвалиды. Посмотрите, как интересно играет эта двойственность, здоровые боятся болезни, всякое напоминание о ней им неприятно.

Мы притрагиваемся к разным двойственностям и разотождествляемся с ними. Если ты разотождествился с двойственностью «болезнь-здоровье», то можешь наблюдать за игрой ее противоположных сторон в самом себе.

— *Я раньше была здоровой, занималась спортом, а потом получила инвалидность. Это очень страшно, когда ты оторван от мира, когда тебя жалеют, я не захотела быть инвалидом. Как же можно из состояния, когда, например, удален какой-то орган, перевести себя в состояние, когда тебя не волнует, здорова ты или не здорова, если оно физически напоминает болью.*

— Это самый сложный момент. Когда я отождествлен с двойственностью «здоровье-болезнь» и начинаю активизировать болезнь, то превращаюсь в инвалида, боюсь этого и делаю все попытки для того, чтобы стать, так сказать, здоровым. Став, так сказать, здоровым, я имею страх инвалидности. Вам нужно принять ту и другую сторону в себе как две стороны одной медали. Для этого вам нужно иметь опыт обеих сторон.

Я беру конкретный пример. Допустим, у меня плохое состояние здоровья. Я увидел, что, отождествившись с состоянием больного тела, я делаю все возможное, чтобы перевести его в состояние здоровья. Но у меня остается страх перед нездоровьем, и этот страх создает болезнь в хроническом виде, собственно у меня это и происходило.

У меня было состояние, когда я чувствовал, что я старый старик, что я еле-еле передвигаюсь от одного дерева к другому, хотя явных признаков болезни не было. Было ощущение, что изнутри я полностью выхолощен, все надоело, вся эта реальность совершенно дурная, люди ничего не хотят понимать. Вот какие мысли ко мне приходили.

Тело мое уже не слушалось, часто хотелось посидеть, отдохнуть, позвоночник давал о себе знать. Это состояние не являлось острым, а было хроническим, все время со мной жило напоминание о болезни.

Я никак не мог понять, что это такое, потому что не притрагивался в полной мере к двойственности «здоровье-болезнь», хотя в детстве я болел очень много, именно это и вызвало во мне очень сильный импульс быть здоровым.

Я начал интенсивно заниматься спортом и продолжаю это делать до сих пор. Занятие спортом для меня очень важно, через него я все время перевожу состояние болезни в состояние здоровья. Спортом я занимаюсь не потому, что мне нужны результаты, мне нужно состояние здоровья. Это желание у меня настолько сильное, что каждый день я хожу в тренажерный зал, плаваю, бегаю и т.д. Если я этого не сделаю, то у меня начинается неприятное состояние, т.е. нездоровье начинает меня щипать.

— *Так и у меня точно так же.*

— Мы сейчас и рассматриваем этот механизм, а он идентичен у всех. Я вижу, что ваши умы пока этого не понимают.

— *До меня не доходит.*

— Потому что вы пока отождествлены с этой двойственностью. Вы не можете сделать четкое различение ее противоположных сторон, опираясь на свой опыт. Чтобы сделать такое различение разотождествиться со своим опытом этой двойственности, т.е. увидеть его со стороны.

Я даю вам инструменты, необходимые для самоосознания, но будете ли вы их применять, вот основной вопрос. И это вопрос к вам. Сейчас я вам рассказываю о двойственности «здоровье-болезнь». Но как вы можете это понять? Только имея правильное представление о том, что происходит, т.е. зная законы и механизмы дуального восприятия. Далее эти знания вам надо пережить и понять через собственную личность.

У нас не только ментальный процесс, это процесс единства тела, ума и души, т.е. триединства. Информация о том, как здесь что-то происходит, идет из души. То, что с вами происходит, создается вашим умом, а переживание этого осуществляется вашим телом. Но ведь человек оторвался от души, фактически от Бога, и попал в дуальность личности и обусловленного ума.

Именно дуальная личность создает болезни. Но посмотрите, насколько совершенен аппарат тела, даже несмотря на такие тяжелые условия управления им, оно проживает в среднем 50–60 лет. В принципе, наше тело рассчитано на многие сотни лет.

— *Тело — это саморегулирующаяся система.*

— Да. Болезни создаются за счет того, что личность акцентируется только на одной части двойственности, а другую боится и борется с ней. Любая болезнь есть результат постоянной внутренней борьбы или сопротивления одной части дуальности другой ее части. Естественно, что это все отражается на теле, все заболевания органов связаны именно с этим.

Это взгляд нетрадиционной медицины, которая не рассматривает тело только физиологически. Существующая нетрадиционная медицина рассматривает тело в свя-

зи с умом, но у нее нет ясного понимания того, как работает ум. Мы здесь занимаемся изучением работы обусловленного ума. Но обусловленный ум не принимает видения двойственности в самом себе.

— *Получается, если ум примет это видение, то он просто «сойдет с ума».*

— Да, при соприкосновении с тем, о чем мы говорим, личность начинает бояться, что сойдет с ума. Ясное видение активизирует страх смерти — основную иллюзию данной реальности. А разотождествиться с иллюзией смерти можно только через полное осознание собственной дуальной личности.

Вера — недоверие

— *У меня есть двойственность «вера — недоверие». Очень сильно активизировано недоверие, т.е. нет человека, который может меня понять.*

— Когда ты говоришь: «Меня никто не поймет», то что подразумеваешь?

— *Я не понимаю себя.*

— То есть одна половина тебя не понимает другую половину тебя же.

— *У меня нет веры.*

— У тебя есть вера в одной половине и противоположная вера в другой. Но вера одной половины воспринимается противоположной как безверие. Посмотри на это через закон двойственности.

Личность построена таким образом, что одна ее половина будет верить в то, во что другая верить не будет, поэтому искать то, на что можно опереться, можно только в осознании. Оно вне веры и неверия, оно просто наблюдает за тем и другим и исходит из понимания единства и противоположности обеих ее сторон.

Если намерение выдвигается только одной частью личности, то это не намерение, а желание, при этом другая ее часть будет иметь противоположное желание такой же силы.

— *Они у меня абсолютно равны по силе.*

— Именно так и должно быть. Когда ты говоришь: «У меня нет денег», это из какой части ты говоришь?

— *У которой нет веры.*

— Все правильно — у нее нет денег, потому что она в это не верит. «Все это ерунда, и деньги за это платить не надо», — говорит она. А другая часть заявляет: «Это очень важно, и на это у меня есть деньги».

Выйти из дуальности можно, только признав в себе обе ее стороны, так как эти две части необходимы друг другу. Выйти за пределы дуальности — значит создать намерение, которое вне «хочу» и «не хочу», это решающий шаг, но для этого нужно увидеть две противоположные части себя как две стороны одной медали.

— *Сейчас они очень обострились.*

— Видение всегда идет через обострение противоречий, поэтому такой процесс очень болезненный.

— *Идет сильная борьба внутри меня.*

— Она будет идти до тех пор, пока ты не увидишь двойственность из состояния осознания. Только тогда ты поймешь, что это закономерно, что так и должно происходить.

— *Да, все правильно, только так я и могу увидеть.*

— Какая «ты» можешь это увидеть? Вот вопрос. Одна часть тебя собрала деньги и говорит: «Я все вижу, надо идти на семинар». При этом другая, которая их не хочет платить, говорит: «Я тоже все вижу, и не надо идти на семинар». Ты начинаешь перемещаться из одной стороны в другую — противоположную, а это здесь называется сумасшествием.

— *Какой же выход из этого?*

— Он родится у тебя, я просто описываю то, что есть, так, как оно есть. Основной вопрос: «Кто ты?»

— *Я — Творец.*

— Ты Творец, творящий один шаг к семинару, а другой от него, вот какой ты Творец. Ты не осознающий себя Творец, все тут такие Творцы. Посмотрите, это и есть положение человека, находящегося в обусловленном уме. Это очень четкая иллюстрация.

Находясь в обусловленном уме, вы можете сознавать только одну часть двойственности, и она будет бороться с другой вашей подсознательной частью. Это вечная борьба. Та часть, которая дает деньги на семинар, борется с частью, игнорирующей его. И они увлечены такой борьбой.

В течение какого-то времени вы отождествляете себя с одной из этих противоположных частей, затем с другой. Происходит быстрая смена отождествления с этими сторонами твоей личности, и поэтому ты никак не можешь понять — кто же ты.

Если ты остаешься только в обусловленном уме, то будешь в вечном раздрае. Потому что идентификация будет возникать то с одной, то с другой стороной дуальности, при этом борьба между ними не исчезает, а усиливается.

Но это все возможности для выхода к осознанию своей дуальности. Именно осознание и позволяет видеть борьбу двойственностей. Ум не дает ее видеть, он все время находится в замешательстве, потому что может видеть только половину себя. «Да» борется с «нет», а «нет» борется с «да».

Гордыня нищеты

— Как вы создаете состояние, когда не можете оплатить то, что, как вы говорите, является крайне важным для вас, в данном случае наш семинар? Почему вас удерживает состояние нищеты? А оно удерживает вас, значит, в нем вы находите нечто для себя весьма выгодное.

Пока вы не увидите выгодные стороны нищеты, вы не сможете увидеть стоящую за ней двойственность. Сейчас вы сталкиваетесь с отрицательной ее стороной, вы не можете оплатить то, что, как вы говорите, является для вас важным. Поэтому я вас спрашиваю: «Как вы создали ситуацию нищеты и каков ваш выигрыш в таком положении дел?»

Мы сейчас драматизировали эту двойственность, для того чтобы ее увидеть. Давайте смотреть на нее во всех проявлениях.

— *Я получаю жалость к себе.*

— *Я вижу, что нищета мне позволяет скрыть собственную лень.*

— *А моя нищета снимает с меня какую-либо ответственность, т.е. я легко могу быть безответственной.*

— Заметьте, в связи с нищетой есть своя гордость. Например, при социализме был распространен лозунг «Мы бедные, но гордые» по сравнению с буржуями, которые мать родную продадут за прибыль.

— А я увидела, что меня не понимает никто, потому что все так сложно. Ум начинает гордиться тем, что кругом-то все так сложно, а я-то это понимаю, значит, я умная, возникает внутренняя важность, в связи с этим возникает гордость. Я нищая, зато умная.

— Отказаться от этого очень непросто. Это гордыня нищей части. Посмотрите, в христианстве гордыня рассматривается как один из главных грехов. Предлагается бороться с ней, но только я не знаю ни одного человека, который смог бы побороть свою гордыню. Я вижу только то, что от борьбы с ней она лишь усиливается. При этом гордыня имеет множество ликов.

Так откуда же она возникает и почему так устойчива? Понять это можно только исходя из дуальной природы личности. Гордыня — это «праведное осуждение» сознательной частью личности своей противоположной подсознательной части. Гордыня возникает на почве осуждающего взаимодействия противоположных сторон дуальной личности.

Сознательная сторона личности всегда считает себя лучше подсознательной и поэтому осуждает ее. Степень или интенсивность такого осуждения и является тем, что здесь называют гордыней. Поэтому разновидности гордыни столь же разнообразны, как разнообразны и двойственности.

Возвращаясь к нашему разговору о нищей части вашей личности, можно сказать, что вы получаете удовлетворение от усиления ее гордыни. Но именно эта гордыня и не впускает деньги в вашу жизнь.

— Я бедная, зато чувствительная, у меня сердце работает.

— Я бедная, зато гордая.

— Я бедная, зато честная.

— Посмотрите, из социализма вынесено представление о том, что честным может быть только бедный, не совсем нищий, но бедный. Богатый не может быть честным. Многие из нас воспитывались на «Кодексе строителей коммунизма», и вот его последствия.

— Для меня иметь много денег стыдно.

— Я предлагаю обсудить все плюсы нищеты, потому что именно они поддерживают минусы.

— Я увидела свое представление, что нет денег — нет проблем.

— Но мы видим, что проблемы-то есть.

— Нет денег, но зато и нет страха их потерять, т.е. ты не привлекаешь к себе криминальных элементов. Я нищая, зато мне нечего бояться потери богатства.

— Кода я продала дом, у меня появились деньги. Вместе с ними появился страх, что могут ограбить, произойдет инфляция. Из страха потери я отдаю деньги знакомой с целью наживы, надеясь, что у меня пойдут проценты, а в результате я потеряла все. Осталась я без денег, зато появилось громадное осуждение знакомой за присвоение моих денег. Далее я вижу себя на ее-то фоне, я не нанимаю рэкетиров, чтобы отобрать у нее эти деньги. Я терпеливая, упорно жду, надеюсь на что-то лучшее. Я очень ярко чувствую себя очень «хорошей» на фоне ее «плохой». Я такая исключительная на этом фоне, кто бы так еще смог? А я-то смогла!

— Еще по поводу исключительности: богатый не может прожить месяц на две тысячи, а я могу, т.е. я экономная, бережливая, я — настоящая хозяйка, я очень изобретательна.

— Помните, при социализме были очень популярны журналы с советами типа «Как из шишки сделать карбюратор».

— А у меня одни плюсы от бедности. Благодаря бедности я стала творческой личностью, могу из дерьма конфетку сделать, одна крупа в доме, а могу всех накормить, типа «суп из топора». Живу в представлении «у меня нет денег», а я и дети мои одеты и обуты, в квартире есть все необходимое, в общем, живу не хуже других. Живу, не умираю и очень этим горжусь. Главное, я честная, я не ворую. Богатство — это воровство, криминал, а я в милиции работаю, живу по закону, но постоянно соприкасаюсь с криминалом, я порядочная. Я очень горда тем, что на пятьдесят рублей я проживу с детьми неделю, гордость просто распирает меня, ведь никто так не может жить, только я могу. Я очень общительная, такая, что мне старые вещи кто-то отдает, мне еще посочувствуют, как я двоих детей тяну, я еще в «жилетку» поплачусь. Этим всем я горжусь, не имея ничего, я держусь

на плаву. Я и в милиции-то работаю, потому что там 100% больничный. А раз 100% больничный, то этим надо пользоваться, т.е. можно болеть. В общем, и болезнь у меня есть, даже инвалидность. И еще плюс — это бесплатный проезд, ведь я всегда «зайцем» ездила, а теперь честно, на законных основаниях. Единственный мой промах-минус, не пользуюсь бесплатными лекарствами, просто стараюсь их не пить, я же всю жизнь боролась за здоровье. А еще, т.к. я сильно больная, так мне везде оздоровительные путевки дают. Как теперь я вижу, у меня сплошная польза от бедности. Кто-то мне хлеба даст, кто-то мешок картошки подкинет, а я сижу и этим наслаждаюсь. Главное, что я не хочу ничего менять, меня это устраивает. У меня еще взаймы берут, я добрая и щедрая. Я увидела, что ненавижу деньги. Получается, что мне надо идти работать еще куда-то.

— Вы можете работать на трех работах, а из бедности не выходить. Не будет денег, если есть такая установка на положительность от бедности, надо увидеть также ее отрицательность. В итоге надо увидеть и то, и другое.

— У меня теперь состояние обиды на себя, что у меня нет денег, чтобы заплатить за семинар. Идет принижение себя: другие могут заплатить, а я нищая и униженная. Сейчас я очень сильно чувствую отрицательную сторону бедности. Здесь сидят люди, которые могут решить — быть или не быть мне на семинаре, состояние как на суде. Они решат: быть мне богатой или нет.

— Нет, не они решат. Богатство — это внутреннее состояние, это не внешнее принятие решения кем-либо по отношению к тебе. У тебя есть состояние униженности, так как другие могут заплатить, а ты — нет. Это состояние униженности подвергается сильному стрессу, потому исходя из него, тебе нужно встать, плюнуть и уйти. Но есть чувство, что этот семинар очень важен для тебя, поэтому просто уйти тебе сложно, хотя чувство «я важная» ведет именно к такому варианту.

Вот тут-то и возникает сильное противоречие. «Я несчастная, но гордая». Вы думаете о себе таким образом и вызываете эти состояния. Так это?

— Да, причем не просто гордость, а из меня какая-то гордыня прет.

— Начни рассказывать об этом. Когда начинаешь об этом говорить, то можешь разотождествиться с тем, о чем рассказываешь. Для того чтобы начать видеть дуальность, породившую гордыню, надо обострить ситуацию, а потом начать говорить о ней. Причем говорить с теми людьми, которые пришли с тем же, т.е. не для осуждения, а для видения того, что есть, так, как оно есть.

Говоря об этом с новым пониманием, ты начинаешь разотождествляться с тем, о чем рассказываешь. У тебя отождествление очень сильное. Продолжай говорить о своем состоянии.

— *Я не могу говорить, я чувствую, а сказать не могу.*

— Одна ваша часть может сказать, а другая не хочет этого делать, потому что как только начнете говорить, вы ее обозначите, а именно этого она и не хочет, ей выгодно быть незамеченной. Начни рассказывать о себе от третьего лица как о персонаже по имени Света.

— *Она стоит, сжав губы и зубы, а изнутри хочется крикнуть. Она плачет от боли.*

— Посмотрите, у всех здесь в этой реальности страх и боль, а правильным считается не проявлять их. Возьмите японцев — по нему змея ползет и кусает, а он будет улыбаться. Они воины, они не показывают своих чувств. Они великие воины, при этом очень жестокие. Жестокость эта проявляется у них во всем.

Молчание о собственном страхе приводит к большим перекосам психики.

— *Я жестока, я всегда улыбаюсь, мне плохо, а я улыбаюсь. Я жестока с собой, жестока и с другими.*

— В среде выживания принято улыбаться, а не показывать свою боль. Если ты на поле боя, то умри тихо или с криком «За Родину! За Сталина!»

— *Я боюсь, что меня не поймут.*

— Если кто-то начнет об этом говорить, то это рассматривается как истерика. Она начнет распространяться, возникнет паника.

— *Точно, у меня состояние истерики. Хочется броситься на пол, биться лбом и кричать: «Я больше так не могу! Все!» Но я не могу это сделать, потому что принято улыбаться, я не могу показать другим, что я слабая. Я сильная.*

— Вы испытываете колоссальный страх и не показываете его, поэтому не можете овладеть этой силой.

— *Страх огромный.*

— А здесь и нет ничего, кроме страха, он есть у всех. Доблестью воина считается не показывать его. Именно поэтому мы и живем такой странной жизнью.

— *Я зажимала этот страх, далее он переходил в агрессию, шла реакция либо ударить, либо обороняться.*

Самоубийство

— *Я боюсь чувствовать другого человека, потому что мне становится больно, когда больно ему. Я это чувствую, даже если он находится далеко от меня. Я боюсь, что не смогу помочь.*

— А почему ты считаешь, что должна кому-то помогать? Как появилось твое представление о том, что ты должна помогать?

— *Однажды у меня возник импульс позвонить брату, но я не сделала этого. Он покончил с собой.*

— Почему ты связываешь отсутствие своего звонка ему с тем, что он сделал?

— *Мне кажется, что я могла его остановить.*

— Эти переживания, которые ты испытываешь, касаются его или тебя?

— *И его, и меня.*

— Но ты очень сильно центрирована на нем. Откуда ты знаешь, что твой звонок помешал бы ему сделать это? Каждый свою жизнь определяет сам. У каждого есть судьба, которую выбирает Душа перед вхождением в эту реальность, и, возможно, его Душа выбрала опыт переживания самоубийства. Таким образом, ты с этим ничего не можешь сделать. Может быть, это не единственная позиция видения твоей ситуации, но я просто предлагаю тебе один из возможных вариантов взгляда.

Давай рассмотрим твоего брата и тебя отдельно. Рассмотрим позицию, которая приводит к самоубийству. Это механизм. С чем связано желание выйти из этой реальности? Вероятнее всего с тем, что человек не принимает ее. Непринятие реальности порождает жалость к себе, он хо-

чет, чтобы его жалели. Большинство людей строят свои отношения на чувстве жалости, они ставят тире между жалостью и любовью. Это снижает их жалость к себе?

— *Нет. Увеличивает.*

— То есть увеличивает его непринятие того, в чем он находится. И приводит к тому, что он еще больше не понимает то, зачем здесь находится и кто он вообще такой. Таким образом, он не может действовать правильно в ситуациях, создаваемых им в жизни. Что еще больше увеличивает в нем жалость к себе и непринятие себя, т.е. своей жизни. Это нарастает как ком и доходит до момента, когда он решает покончить с собой. При этом он не узнал самого себя. Это акт бессознательности.

Мы сейчас рассматриваем механизм. Но при этом его Душа могла захотеть пройти такой опыт. Эта реальность является игровой площадкой для Души, которая бессмертна. Но Душа хочет получать опыт, и для этого она воплощается на Земле для прохождения намеченных ей уроков.

Кто-то может учиться и оставаться все время на второй год, кто-то сдает экстерном. В любом случае Душа получает опыт. То, что мы здесь рассматриваем как трагедию, для бессмертной Души является удачной или не очень удачной попыткой получения какого-то опыта. Любой из нас, родившись на Земле, получает свой урок, но часто не понимает этого.

Наши уроки проходят в соприкосновении с другими людьми, и фактически мы здесь познаем себя через других людей. Я всегда говорю, что встречаюсь только с самим собой, т.е. я рассматриваю любого человека как часть себя. Таким образом, я могу исследовать самого себя. Причем такое исследование проводится с безусловной любовью. Так как другой человек — это часть меня, то ненавидя ее, я буду фактически ненавидеть самого себя.

Ты говоришь о брате, потому что он отражает какую-то часть тебя. Скажем, те уроки, которые были у него, касаются и тебя. Сейчас я перевожу ракурс рассмотрения на тебя. При этом я первоначально снял драматизм ситуации, чтобы у тебя не происходило эмоционального зацикливания на нем.

Нам надо выйти на тот уровень осознания, который позволит рассматривать ситуацию такой, какая она есть, принимая и осознавая то, что происходило и происходит. То, что с ним произошло, трогает тебя, а что для тебя наиболее болезненно?

— *Чувство вины. У каждого человека, и у меня в том числе, были сложные ситуации, из которых не удалось выйти.*

— Что ты убиваешь в себе? Эта ситуация с братом показывает тебе, что ты делаешь с какими-то частями себя. Он убил все части себя. Ты пока не сделала этого. Мы можем видеть в другом человеке только то, что есть в нас. И видеть что-то в другом мы можем только так, как видим это в себе. Вот почему, изучая себя, мы можем видеть и понимать других людей, причем значительно лучше, чем делают это они. Это связано с тем, что ты сам себя понимаешь лучше.

— *Мою маму положили в больницу, когда мне было двенадцать лет. Когда меня спросили, как скоро ее выпишут оттуда, я ответила, что она уже не вернется. Я это знала и очень спокойно переносила это, без особых переживаний.*

— Каждый из нас обладает внутренним знанием всего происходящего, но мы так интересно устроены, что это внутреннее «я», которое знает все, отделено от внешнего «я», которое знает очень немногое и весьма искаженно. И это все мы. Поэтому там, на внутреннем плане, условно говоря, мы знаем многие вещи.

Ты видела и знала, что она не вернется. Смерть брата твое внешнее «я» принимает значительно сложнее. Фактически мы работаем с внешним «я», потому что его обусловленность и узость восприятия создают нам всем проблемы в этой жизни. Поэтому давай посмотрим, что думает твое внешнее «я» по поводу того, что с ним произошло.

— *Оно чувствует боль, тоску.*

— А если попросить его объяснить то, в связи с чем оно испытывает эти чувства?

— *В связи с непониманием...*

— Что люди не понимают тебя и что очень тяжело жить среди тех, кто не понимает тебя, и, в общем-то, даже не хочется жить?

— *Наверное. Но мне-то жить хочется.*

— Давай прикоснемся к той части тебя, которая не хочет жить. Она есть у каждого из нас.

— *Эту часть можно назвать ребенком.*

— Как она воспринимает этот мир?

— *Да мир как мир, во всем своем многообразии: и веселый, и грустный.*

— Почему здесь плохо? Тебя ждали здесь?

— *Но не в том виде, в котором я появилась.*

— Ждали мальчика, а пришла девочка? Фактически тебя такой, какой ты пришла, не ждали? Даже приходить в гости к людям, которые тебя не ждут, весьма неприятно, не то что жить.

— *Помимо того, что не ждали в тот момент, — кто-то смирился с этим, кто-то привык, были еще и словесные подтверждения.*

— Проживи то, что тебя не ждали, что ты здесь не нужна. Разреши себе прожить это. И увидь то, что с тобой смирятся, только если ты будешь такой, какой тебе говорят, надо быть.

— *Однажды мне сказали, чтобы я легла спать в девять часов вечера, а сами ушли. Когда они вернулись, я еще не спала и хотела показать им свои рисунки, в общем, сделать подарок. Они подумали, что со мной что-то случилось, потому что в комнате горел свет, но потом увидели, что со мной все в порядке, я просто рисую. Я кидаюсь к ним со словами радости и в ответ получаю выговор. Рисунок летит в мусорное ведро, меня шлепают и отправляют спать.*

— Ты что-то хотела подарить им, и это оказалось не нужно.

— *Я говорила впоследствии об этом с ними и в ответ услышала, что надо было раньше рассказать. Они мне рассказали о своих чувствах в тот момент. Выяснилось, что мы просто не поняли друг друга.*

— Перепроживи это состояние и эту ситуацию. Ситуация — это то, что происходило. Войди в глубь этого состояния, состояния человека, которого не ждали, с ним просто смирились.

— *Как-то бабушка, рассердившись, сказала мне, что лучше бы умерла я, а не мама. Я не обиделась на нее, потому что знала, что она меня любит, у меня был просто шок.*

— Может ли любящий человек говорить такие вещи? И любили ли нас те люди, которые, как мы считали, нас любят? И чем мы платим за то, что продолжаем считать, что нас любят?

— *Как же тогда любить?*

— Чтобы ответить на этот вопрос, надо знать, что такое безусловная любовь. Но для того чтобы узнать, что такое безусловная любовь, надо узнать, что такое полярная ей любовь. С этим мы и разбираемся. Потому что иначе ты будешь просто прикрываться словами, которые ничего не значат. Но только если ты сам увидишь, что не знаешь этого, тогда захочешь узнать. А если будешь обманывать себя тем, что ты уже знаешь это, тогда тебе и узнавать нечего.

Сердце хочет необусловленной любви, потому что оно живет в ней. Я понял, что есть родство по духу и по крови. Любить может только тот, кто знает, что такое безусловная любовь, а это огромная редкость среди людей, которых ты называешь своими родственниками.

— *Получается, что самые большие враги человека — его родные?*

— Да, они враги. Но те враги, которых можно полюбить. Не от слова «нужно», а от того, что ты есть безусловная любовь. Когда ты увидишь то, в чем сам находишься, то сможешь увидеть, в чем находятся и другие. И тогда возникнет огромное сострадание. Но сострадание — это не жалость.

— *У меня не было к ним чувства ненависти. У них были причины не принимать и не любить меня.*

— Причина есть только одна: это непонимание себя, и она есть у всех. Будет ли для тебя достаточной причиной того, что кто-то вонзает в тебя нож, то, что его никто не любит? Можно рассматривать это как причину. Да, у него было тяжелое детство. Но в результате плохого отношения к нему он продырявил тебя, и ты истекаешь кровью. И он будет продолжать это делать дальше, и все будут сочувствовать ему, потому что у него было тяжелое детство. В мире выживания так и происходит.

Для того чтобы быть счастливой в этом мире разделенности, надо переживать себя одновременно в двух мирах: в мире единства и в мире разделенности. Тогда ты можешь

испытывать двойственные чувства и трансформировать их в единство.

Выйти к единству можно только через видение и проживание двойственностей в самом себе. Если ты говоришь, что не чувствуешь ненависти, то это значит, что ты не чувствуешь и ее противоположности — любви.

— *Я не чувствую яростной ненависти.*

— Ты вообще не обладаешь яркими чувствами.

— *Если испытывать сильные чувства, то можно сойти с ума. Дорого обойдется.*

— Нам и надо сойти с ума. Есть два пути выхода из обусловленного ума: это сумасшествие и просветление. Ум всеми силами пытается не допустить сумасшествия, но сам по себе он и есть сумасшедший дом с огромным количеством сумасшедших. Если ты этого не увидишь, то не сможешь выйти из этого дома. Если увидишь, то перестанешь быть таким. Но этот момент наиболее сложный.

Если ты не можешь ненавидеть, то не можешь и любить.

— *А если ненавидеть себя?*

— Да ты и ненавидишь себя. Все, что делают люди, они делают, ненавидя себя.

— *Но в то же время я не ненавижу никого вокруг.*

— Есть два способа: либо обратить эту ненависть внутрь, либо вывести ее наружу. Кто-то ненавидит все вокруг, кто-то — себя, но на самом деле они одинаковы. Если он ненавидит других, он будет их уничтожать, и тем самым — себя. Если он ненавидит себя, то никак не может любить других. Если разрушаешь себя, то будешь разрушать и всех остальных, хотя будет казаться, что это не так. Поэтому прежде всего это надо увидеть в себе, возможно через кого-то другого. Что ты ненавидела в себе?

— *То, что я вообще есть.*

— Чем это плохо другим?

— *Для близких это было связано с негативными эмоциями. Я не оправдывала их ожиданий, доставляла хлопоты.*

— То есть лучше исчезнуть?

— *Такой мысли не было.*

— Ты ее просто не допускала до сознания, ее не может не быть. Когда ты рассказывала о брате, ты переживала именно это. Ты переживала это по отношению к бра-

ту, но на самом деле это касается тебя. Ты не допускала до сознания эту мысль, хотя она присутствовала. Эта не осознанная тобой мысль является источником твоего разрушения.

— *Но, с другой стороны, я чувствую свою необходимость кому-то.*

— Необходимость для чего? Для того чтобы и он почувствовал, что приносит другому боль? Таким образом, мы друг другу все время подтверждаем, что наше присутствие здесь нежелательно и что единственным результатом его может быть страдание. Тогда я становлюсь то мазохистом, то садистом. Это надо увидеть.

— *Но боль ведь больнее, чем не боль?*

— Когда ты испытываешь боль, ты чувствуешь, что ты есть. Это основное. Все, что можно о себе сказать: «Я есть». Так как в этой дуальной реальности ощущение себя происходит через боль, то мы все время доставляем ее друг другу, тем самым утверждая себя в том, что мы есть.

— *Разве это приятно?*

— Нет. Именно по этой причине мы и ищем здесь выход из боли, порожденной дуальностью. И он есть.

— *Иногда он чисто интуитивно находится.*

— Обычно находятся какие-то частичные решения, затуманивающие общую картину. Если бы ты нашла выход, то всегда бы им пользовалась, но тогда почему у тебя и у многих такое состояние? Значит, ты не нашла выхода. Значит, это была иллюзия выхода.

Если есть выход, то я могу выйти, и тогда у меня уже не будет состояния постоянного страдания. Можно либо избавиться от болезни полностью, либо глушить ее симптомы. Когда ты пьешь таблетки, то боль не исчезает, ты просто перестаешь ее чувствовать на какое-то время. Ты просто повышаешь свой порог чувствительности.

Можно довести себя до такого состояния, что ты вообще ничего не будешь чувствовать. Так вот, те решения, о которых ты говорила, являлись решениями обратного порядка, они вели тебя не к тому, чтобы ты чувствовала, а к тому, чтобы ты все больше и больше переставала чувствовать. Мы боимся причинять боль и делаем это. Это самое парадоксальное: то, чего боимся, то и делаем.

— А если человек остается в одиночестве, он никому не может причинить боль?

— В одиночестве быть нельзя. Это иллюзия. Те люди, которых ты знаешь и считаешь, что они должны о тебе заботиться, разве они не будут волноваться о тебе? Одиночество — это иллюзия. На самом деле мы все связаны друг с другом очень сильно, и нет человека, который был бы не связан и со всем человечеством, и с какими-то определенными людьми наиболее плотно.

Связь существует не только на физическом плане, а еще и на тонких планах, а там расстояние не имеет никакого значения. Ты же сама рассказывала, что чувствуешь, когда что-то с кем-то происходит, независимо от того, где он находится. Ты не можешь никуда укрыться от этого и выключиться. Ты взаимосвязан со всеми. Сам факт твоего вхождения в эту реальность создает эти взаимосвязи.

— Мне казалось, что когда мама умрет, то жизнь остановится. И только несколько лет назад я начала понимать, что она — это не я.

— Очень сильное отождествление. Мы можем отпустить что-то, только прожив это полностью. Иначе отпустить невозможно. Если ты проживаешь полностью нечто, то освобождаешься от этого, что бы это ни было: ненависть, боль, ревность, страдание.

Унижение и возвеличивание

— Я понял, что у меня всегда было сильное желание манипулировать людьми.

— Почему ты хочешь манипулировать людьми? В чем причина?

— Причина, как мне кажется, в моем самовозвеличивании.

— А в чем причина самовозвеличивания? Давай будем искренними.

— Хочется почувствовать. Пока я не знаю.

— Так в чем причина желания возвеличивать себя? Ты сейчас видишь только положительную сторону. А в чем отрицательная сторона этого явления?

— В том, что я унижаю другого человека.

— Унижая другого человека, ты унижаешь кого?

— *Себя.*

— Себя. Так в чем же причина желания возвеличивать себя?

— *В желании унизить себя.*

— В наличии представления о низости себя. Что такое возвеличить? Это что-то увеличить. Увеличивать можно то, что мало́. То есть повышение самооценки связано с чем? С тем, что она низка.

Если я оцениваю себя как ничтожество, то хочу компенсировать это тем, что буду показывать себя как великого. Но так как другие могут с этим не соглашаться, то мне нужно манипулировать ими, т.е. иметь над ними власть, чтобы я мог заставить их считать себя великим.

Наша личность состоит из двух половинок: одна так называемая позитивная, другая — так называемая негативная. Мы с удовольствием признаем, что готовы возвеличивать себя, но не хотим увидеть, что при этом относимся к себе как к ничтожеству.

Кому нужно прилагать так много энергии для того, чтобы себя возвеличивать? Тому, кто себя чувствует ничтожным. Потому что если он не чувствует себя таковым, то зачем ему так суетиться по поводу собственного возвеличивания.

— *Я не чувствую, что у меня есть часть, которая считает себя ничтожеством.*

— А ты увидь ее и познакомь ее с частью, которая считает себя великой. Они уравновесят друг друга, и тема закроется. Нам надо познакомить друг с другом две части одной проблемы, которую мы создали. Потому что иначе получаются сообщающиеся сосуды, в которых совершенно разное давление. Поэтому проблема поддерживается и дисбаланс давления сохраняется.

Открой канал связи, эти сосуды станут сообщающимися, и уровень жидкости в них выровняется, и разности давления уже не будет. Ведь проблема создается разностью давлений в двух полярных частях дуальности, ее породившей.

— *Я сейчас это пытаюсь сделать.*

Проблема

Как правило, человек приходит в наш процесс с какой-то проблемой. Он считает, что ему помогут ее решить. Я показываю, что проблема существует только в его восприятии. Обусловленный ум и личность воспринимают жизнь только через определенные представления, которые двойственны. А двойственность и есть проблема, созданная борьбой ее противоположных сторон. Но проблему можно рассматривать как свой урок, решить который можно через понимание закона дуальности и самоисследование.

Обычно в качестве решения проблемы предлагают усиление действия одной стороны двойственности по отношению к противоположной, но таким образом она только усложняется, т.е. становится еще более острой. При этом обусловленный ум не понимает этого и продолжает «решать» проблему, на самом деле только усиливая ее.

Человек приходит в эту реальность за получением опыта выживания, но, находясь в состоянии сна сознания, этого не понимает. Накопление такого опыта происходит через актуализацию дуальностей в его структуре личности с дальнейшей их активизацией в процессе развития личности.

Сталкиваясь с дуальным опытом, человек называет его проблемой и пытается найти способы ее решения. На самом-то деле ему нужно получить опыт, при этом он думает, что ему надо решить проблемы. Ему кажется, что проблемы можно решить и когда он их решит, у него будет счастье. Но счастье что-то не приходит, несмотря на все усилия по решению проблем.

Находясь в разделяющем восприятии, человек не видит, что счастье — это не результат решения имеющихся у него проблем, а следствие понимания того, кто же он есть на самом деле.

В действительности решить проблему можно, только выйдя за уровень дуальных представлений, породивших ее. Но для этого надо осознать в самом себе, как рождаются эти проблемы, через видение механизма действия дуальностей.

В конечном счете, ты можешь выйти из мира сего в мир иной, но при этом оставаться и в мире этом, но тогда

ты перестаешь реагировать на него, как робот на команды. Ты начинаешь мыслить парадоксально, т.е. видеть во всем, что происходит, игру дуальностей, при этом чувствуя гармонию и радость независимо от того, что происходит.

Зависимость — независимость

Давайте возьмем двойственность «зависимость — независимость». Она интересна тем, что наибольшая сложность у человека возникает во взаимодействии с другими людьми.

Мы не можем не взаимодействовать с другими людьми, потому что именно через создание отношений с другими людьми мы познаем, кто мы есть. Если мы не обозначаем себя через создание тех или иных отношений, то вообще не знаем, кто мы есть. Именно в отношениях с людьми складывается то, что называется зависимость, порождающая оборотную сторону — независимость.

Возьмем деньги. Например, женщина, получающая от мужчины деньги, попадает в зависимость от него. Появление этой двойственности связано со страхом. Страх за будущее, в котором он может ей их не давать. Этот страх начинает стимулировать другую сторону, и она говорит, что не хочет зависимости, а хочет независимости.

Каким образом она может получить независимость? Например, она пойдет на работу и начнет получать деньги сама, но тогда она попадает в зависимость от этой работы. Поработав какое-то время, она начинает раздражаться, например, по поводу того, что находится в зависимости от маленькой зарплаты и глупого начальника.

Она ищет другое место, где ей будут платить больше, но это опять зависимость. Получается, что в борьбе за независимость мы всегда натыкаемся на зависимость.

— *Не от одного, так от другого.*

— Совершенно верно. Мы взяли пример с деньгами, но можем взять пример чего угодно. Например, говоря: «Я люблю тебя», — я начинаю видеть свою зависимость от тебя, тогда лучше не любить, и тогда я буду независима.

В матрице выживания в основе взаимодействия полярных сторон дуальности лежит страх. Одна сторона боит-

ся своей противоположности и поэтому воюет с ней. Этот страх является хроническим, а обусловленный ум объясняет его, исходя из одностороннего восприятия, что приводит к осуждению предлагаемой им внешней причины страха.

Объяснение причин страха через внешние факторы принуждает личность бороться с ними, но такая борьба только усиливает страх. Как мы видим, ситуация является тупиковой, т.е. при отождествлении с дуальностью выхода из страха, порождаемого борьбой ее противоположных сторон, нет.

Теперь вы видите всю иллюзорность предположения, что вы можете просто прийти от зависимости к независимости.

— *Чем богаче человек, тем больше у него страх.*

— Чем более здоровый, тем больше страха, чем выше статус, тем выше страх, чем больше чего-либо, тем больше страха и тем больше идет раскачка этой дуальности. Именно в ней ум и путается, он обозначает проблему, бегает в поисках ее решения, а она не исчезает. Но самое интересное, что она и не может исчезнуть. От чего вы считаете себя зависимой?

— *Я зависима от чужого мнения, меня это не устраивает, и я хочу от этого быть независимой.*

— Как вы будете избавляться от этой зависимости?

— *Я привлекаю каких-либо других людей на свою сторону и противопоставляю эти две стороны. Например, если мне говорят, что я плохой специалист, то я приведу пять человек, которые будут говорить обратное.*

— И вы считаете, что таким образом можете избавиться от зависимости от чужого мнения? Сначала вы зависели от мнения одного человека, а потом привели еще пять, от мнения которых вы также зависите, для того чтобы показать свою независимость от мнения одного.

Смотрите, борясь за независимость от мнения кого-то, вы входите в зависимость от мнения другого. Ваш пример очень наглядно показывает, что зависимость и независимость являются двумя сторонами одной медали. Борясь за независимость, вы становитесь еще более зависимой.

Вы как были зависимой, так ею и остаетесь, страх сохраняется, потому что эти пятеро завтра могут сказать, что вы плохой специалист. Можно и сто человек привести, но ты не избавляешься от зависимости, ведь именно ее ты

и используешь в своей борьбе за независимость. Ты зависима от чужого мнения, при этом просто манипулируешь мнением одного по отношению к мнениям пяти. Так же поступают и политики.

В борьбе за независимость я использую зависимость. Мне кажется, что я от нее ухожу, но на самом деле еще больше усиливаю ее. Так мы и действуем в жизни.

В связи с чем у вас существует зависимость? Давайте говорить конкретно. Я повторяю, что жизнь человека — это зависимость от всего, с чем он соприкасается. Перечислите, от чего бывают зависимости.

— *От начальника, погоды, внимания, денег, чувств, настроения, жилищных условий, питания, детей, статуса, времени года, города, страны и т.д.*

— Посмотрите, зависимостью может быть все, что связано с взаимодействием с любой ситуацией, вещью, человеком и чем угодно. Все превращается в зависимость. Борясь с зависимостью, вы не решаете эту проблему, а только усугубляете ее. Понимаете ли вы это?

Рассмотрите на примерах своей жизни, от чего вы зависите и что вы делаете, чтобы ее устранить под флагом борьбы за независимость. Взаимодействие людей, рассматриваемое обусловленным умом, это всегда «зависимость-независимость».

Любовь — это тоже «зависимость — независимость». То, что толкает одного человека к другому, называется любовью, но является «зависимостью-независимостью» в восприятии ума, и в конечном счете, это приводит к тому, что между ними возникает конфликт.

Обман и честность

— *Я еще хочу поднять вопрос о деньгах. Мне они нужны.*

— Я спрошу: «Зачем?»

— *Ну, например, чтобы заплатить за семинар.*

— Зачем тебе семинар?

— *Чтобы познавать себя.*

— Зачем тебе познавать себя? Зачем тебе это? Каково истинное твое намерение? Должно быть четкое намерение. А далее само намерение создаст то, что нужно.

Деньги — это средство для получения чего-то. Все хотят денег, а зачем они — порой ответить не могут. Бытует мнение, что деньги — это хорошо, а их отсутствие — плохо. Всем надо больше денег. Вопрос о деньгах не есть важный вопрос, деньги — это средство, а главный вопрос: «Зачем они тебе нужны?»

Я говорю: «Концентрируйте свое намерение». Намерение идет из души, желание идет из двойственности личности. Желание приведет к антижеланию и активизации двойственности. Примитивное мышление апеллирует деньгами, но не деньги нужны, а то, что я получу с их помощью. А далее возникают вопросы: «А нужно ли мне это и что это такое?» Но для этого нужно начать рассуждать, а рассуждать-то не хочется, ум-то вялый.

— Для меня деньги связаны с обманом, поэтому я не впускаю их в свою жизнь.

— Обратной стороной обмана является честность. Деньги могут быть честными. Деньги могут быть обманом. Ты не хочешь иметь деньги, потому что таким образом обосновываешь свою честность, а отсутствие денег — для тебя показатель честности. Если у тебя мало денег, то ты уже честная. В этом ты и попалась.

Я тебе говорю, что деньги могут быть честными, но у тебя это никак не укладывается, потому что тогда тебе нужно отойти от того представления, что деньги всегда обман, а их отсутствие есть показатель честности. Наличие денег не говорит о том, что человек обманщик.

В твоей личности сложилось очень устойчивое представление, связанное с тем, что ты должна быть честной. Это твоя основная карта, ты ей всегда кроешь. Для того чтобы быть честной, можно найти разные способы, ты придумала такой способ, что деньги — это обман, отсутствие их — это честность. Таким образом, я — честная из-за отсутствия у меня денег. Если у вас появляются деньги, то вы — нечестная, тогда рушится личностная идентификация.

— Причем, посмотри, дочь усиливает тебе проживание — у нее денег нет, и она легко обманывает. Она тебе явно сигналит, что отсутствие денег — это не показатель честности.

— Эта дуальность затянулась у тебя на шее как удавка.

— *Света, для тебя не понятно, что деньги можно получать честным путем.*

— *А если посмотреть сторону обмана, то трудно не заметить, что ты ездишь бесплатно в транспорте, причем, если посмотреть поглубже, то за счет, например, меня, всех нас, кто этой льготы не имеет, ты обкрадываешь владельца автобуса.*

— Более того, ты нашла работу «кристальной честности» — это милиция. Это твой парадокс. Дзержинский — кристально честный. При этом большего разбоя, чем то, что делали в НКВД, трудно представить.

Милиция призвана бороться за честность, но все видят, что там происходит. Каждый из начальников имеет свои хитрости по отношению к преступникам, от них он получает мзду, и чем больший он начальник, тем большую мзду он от них получает.

Раньше мафия создавала «крышу», а теперь крышу создает милиция, она все подобрала под себя и получает большие деньги. А именно в ней ты и находишься. А теперь задай себе вопрос, честная ты или воровка. Вопрос не в деньгах, потому что ими ты обосновываешь свою честность. Увидь себя воровкой. И чем более ты считаешь себя честной, тем более ты воровка.

— *Мне надо было это услышать, потому что внутренне я это чувствовала. Спасибо!*

— Личность создает буфер, через который она воздействует на главные личностные черты. В данном случае главной личностной чертой у тебя является: «Я честная», а буфером — хитрость с деньгами. Света берет критерий деньги и с помощью его обосновывает, что она честная; таким образом прикоснуться к буферу, не прикасаясь к личностной черте, невозможно.

Понимание — это видение одной из главных личностных черт, в данном случае это честность. Поскольку мы живем в двойственном мире, то главные личностные черты всегда находятся в паре противоположностей, т.е. их две, в данном случае это честность, а полярная ей будет ложь, обман.

— *Получается, что в жизни я себя обманывала, считая себя кристально честной, а моя дочь вывела теперь все наружу. Я искренне верила, что я честная.*

— Это и есть искренность половины.

— *А у меня такое мнение, что с помощью денег я обеспечиваю себе жизнь, т.е. деньги для меня — это жизнь, чем больше денег, тем больше я обеспечена жизнью.*

— Это не жизнь, а выживание. Ты укрепляешь личностные качества, потому что человек, отождествляя себя с личностью, называет собой то, с чем он себя отождествляет. Или называет жизнью то, с чем он себя отождествляет.

Для тебя твоя личность и есть жизнь. Твоя жизнь такова, каковым ты себя считаешь. Надо смотреть в корень этого вопроса. Каким ты себя считаешь, такова и твоя жизнь. Просто слово «жизнь» ничего не значит. Иначе получается абстракция, т.е. отделение себя от жизни, что и происходит у большинства людей.

Парадокс

Человек, «западающий» на одну часть двойственности, например честность, имеет другую часть — лживость, которая тоже хочет быть реализованной. Все конфликты властных структур связаны именно с этой скрываемой частью, которая стремится к собственному раскрытию.

— *Я сейчас понимаю, что именно эта часть приводит меня на семинар.*

— Возьмите Гитлера, он кричал, что Германия победит всех и вся, а другая его часть говорила: «Найди-ка того, кто тебя победит», — и именно она запустила механизм поражения Германии. Мы не можем обойти двойственность, другая часть ее все равно будет создавать напряжение и ситуации, в которых проявится.

— *Меня достала борьба.*

— Если борьба достала, то начинайте видеть другую свою часть как самого себя. Борьба будет продолжаться до тех пор, пока ты ее не увидишь и не примешь в себе.

— *Я ее не вижу. Как мне ее увидеть?*

— То, чего ты боишься, и есть проявления той — другой — стороны.

— Я боюсь темноты, страх связан с неизвестностью, с тьмой. Я живу в квартире, но у меня есть свой дом, который для меня совершенно бесполезен, потому что я боюсь в нем оставаться одна.

— Что мы делаем в просмотрах, в медитациях, закрывая глаза? Мы находимся в темноте, во тьме, т.е. в подсознании. Мы выводим то, что есть там, на экран сознания. Ты боишься невидимого, т.е. подсознательного, так смотри на него и разбирайся с ним.

— У тебя страх боится страха.

— Это страх, бесконечно воспроизводящий самого себя. Иди на него, только так можно с ним разобраться.

— Да, спасибо вам всем, мне в одиночку бы никогда с этим не разобраться. Я стискивала зубы от страха и продолжала смотреть.

— Пока ты не увидишь страх как дуальную иллюзию, он будет управлять тобой.

— А чего бояться будущего? Пусть оно будет как будет.

— Теоретически — да, практически — нет. Умом-то она может знать, но нет опыта переживания. Все задачи в этой реальности связаны с полученим опыта, т.е. практическим проживанием.

— Да, умом-то я понимаю, а боюсь пережить.

Привычный способ реагирования

— Я не скрываю того, что я вам не доверяю. Я не могу вам доверить что-то свое, личностное. Вчера я катался на карусели, и у меня появилась мысль: я вам не доверяю, а здесь я доверил свою жизнь каким-то железкам, механизмам, не зная, насколько они прочны, в любой момент что-то могло отвалиться, отломаться, и я мог просто умереть. Где-то я доверяю свою жизнь не задумываясь, в том же автобусе, полагаясь на водителя: я не знаю — может быть, у него болит сердце, и он умрет через секунду. Я об этом не задумываюсь. Тогда доверять легко.

— Доверие не может быть неосознанным. Ты говоришь: «Я не доверяю». У тебя есть мысль о том, что ты не доверяешь. Значит, ты доверяешь мысли о том, что ты не доверяешь. Так это или не так?

— *Так.*

— Если ты не доверяешь этой мысли, то зачем ее высказываешь? Значит, ты доверяешь этой мысли, но не осознаешь этого. Ты не умеешь пользоваться своим собственным доверием. Доверие — это важнейшая вещь.

Доверие возникает к тому, с чем ты отождествляешься. Если ты отождествился со своей личностью, то доверяешь своей личности, но только этого не понимаешь. Доверие — это сила, используемая человеком неосознанно, поэтому на самом деле он и не умеет доверять. Ты не умеешь доверять. Попроси я тебя довериться мне, ты не сможешь этого сделать.

— *Если ты не доверяешь кому-то, то не доверяешь прежде всего себе.*

— *Ты все время в личности. У личности самое дорогое — это она сама. Но привела тебя сюда даже не личность. Здесь нет ничего, что развивало бы твою личность.*

— Что такое личность? Я спрашиваю у тебя: «Что такое твоя личность? За что ты держишься?» Наверное, это что-то очень важное.

— *Скорее всего, это убеждения и проявления, т.е. где-то я проявляю себя так, в другом месте — по-другому. Это личностные черты характера.*

— Обычные способы реагирования: умственного, эмоционального и двигательного реагирования. Вот что такое личность. Давай заменим слово личность на выражение «привычный способ реагирования». Ты согласен с тем, что твоя личность есть привычный способ реагирования?

— *Согласен.*

— Почувствуй это, потому что это очень важно. Дальше все будет по-другому, если ты с этим согласен. За что ты тогда держишься?

— *Хорошо. Это способ реагирования, который дает мне возможность выживать. Я так считаю.*

— Кому это мне?

— *Личности.*

— Ага. Вот она сама говорит: «Это я, и без меня ничего не будет». Правильно?

А личность, как мы только что выяснили, является привычным способом реагирования. Привычный способ

реагирования говорит: «Если ты не будешь делать, как я говорю, то ничего хорошего не будет». Да, ничего не будет для нее. Она трансформируется. Привычный способ реагирования разрушится.

Если я привык брать ложку правой рукой, то эта привычка мне скажет: «Никогда не бери ложку левой рукой. Это конец света, если ты возьмешь ложку левой рукой». Да, эта привычка умрет. Она ведь про себя говорит. Если я возьму ложку левой рукой, то привычка брать ложку правой рукой умрет. Это для нее смерть. И это происходит все время. Когда я совершаю какое-то новое действие, то тем самым я умертвляю старое.

Твоя личность очень беспокоится, что она не выживет. Что такое выжить? Это значит повторять саму себя, т.е. привычные способы реагирования, которые и называются личностью. Мы видим, что привычки реагирования, называющие себя личностью, ставят сами себя в ранг Бога и начинают сами на себя молиться. Например, привычка брать ложку правой рукой сама себя награждает Божественным и говорит: «Если этого не произойдет, Бог умрет».

Ты можешь сказать, что я сейчас утрирую, но я не утрирую, я говорю по факту. Привычка брать ложку правой рукой является одной из набора личностных привычек. Религиозные убеждения, ради которых люди убивают друг друга, сводятся фактически к этому же: с какой стороны разбивать яйцо. Одни говорят, что сверху, другие — что снизу, и потом начинают друг друга уничтожать. И на этом строятся религиозные системы, огромные организации, и толпы людей движутся в направлении уничтожения друг друга.

А за всем этим стоит всего лишь этот факт. Ты молишься своей личности, а ты и есть эта личность, поэтому она молится самой себе. То есть укрепившиеся, привычные способы поведения молятся самим себе, тем самым удерживая твое сознание в отождествлении с ними.

Твое сознание способно реагировать по-разному, но сформировавшийся набор привычек, называемый личностью, все время старается удержать себя таким, какой он есть. Так кто ты и за что ты борешься?

Когда ты делаешь что-то механистично, то в этом нет жизни, поэтому всегда неудовлетворенность. Почему люди

не удовлетворены? Потому что они обмениваются не жизненной энергией, а суррогатом.

Когда ребенка обучают отделять что-то более важное от менее важного, то он начинает ждать главного. В конечном счете, он так этого и не дожидается. Это и есть грехопадение: его обучают ждать чего-то. На самом деле ждать нечего, все происходит в данный момент, но именно его обусловленный ум и не замечает.

Как мы творим свою жизнь?

— *Мне хочется нормально жить, а не выживать, как все.*

— Что такое нормально жить?

— *Без потрясений и болезней.*

— Кто создает эти потрясения?

— *Все, что меня окружает.*

— Все вокруг создает ненормальные ситуации, но вы очень хотите жить нормально. Это двойственный мир, и когда вы имеете много так называемого ненормального, то хочется иметь много нормального. Но вы не ответили на главный вопрос: кто создал то, что вы называете ненормальным?

— *Близкое окружение, работа.*

— Кто притянул эту работу и близкое окружение? У всех есть жизнь, которая состоит из связей и ситуаций, в которых мы находимся. Так кто создает эту жизнь такой, какая она у вас есть?

— *Сами создаем, и я все это прекрасно понимаю.*

— Тогда к кому все вопросы, если вы все понимаете?

— *Не получается создать что-то другое, но очень хочу, и это является моим самым большим чаянием, а желаний у меня очень много.*

— Когда все ваши желания превратятся в одно это чаяние, тогда что-то произойдет.

— *Но если все нормализуется, это оно и будет, я думаю. К сожалению, есть вещи, которые от меня не зависят.*

— Если вы считаете, что не все от вас зависит в вашей жизни, то ничего у вас не нормализуется. Зачем тогда вы делаете то, что от вас не зависит? Мы сами создаем свою

жизнь, и пока вы не примете этот взгляд, изменить ничего не сможете.

— Я знаю, что сам создаю свою жизнь. Если я знаю, что сам создаю все, то могу менять то, что меня не устраивает. Если есть то, что я не контролирую, то я не могу это менять, а значит, не могу менять свою жизнь. Это очень существенный момент.

— *На все просто не хватает сил.*

— Дело не в силах, а в восприятии. Это очень существенно. Если вы воспринимаете свою жизнь как ту, которая хотя бы на 1% контролируется кем-то, вы не можете ничего изменить. А так как большинство людей считают, что не они создают свою жизнь, то ничего не могут с ней сделать.

Я утверждаю, что каждый создает свою жизнь такой, какая она есть, полностью сам. И если вам что-то не нравится, то все вопросы к себе. Это очень важный, принципиально важный момент. Это касается абсолютно всего, в том числе и здоровья. В вашей жизни нет ничего, чего бы вы сами не создали. Если у вас сейчас нет здоровья, то вы сами это создали.

— *А если речь идет о наследственных болезнях, то при чем здесь я?*

— Вы не знаете, кто вы. Вы совершенно спокойно рассуждаете об очень разных вещах, не имея при этом ответа на самый главный вопрос: кто вы?

— *Но это диагноз, поставленный врачом.*

— Кому ставится диагноз? Больному. Медицина занимается не здоровьем, а болезнями, и если вы пришли к врачу, то он найдет у вас болезнь. Он обязан найти болезнь, потому что иначе он не врач и ему некого лечить. Он не вылечивает, он лечит.

Все зависит от того, как вы что-то назовете, в том числе и себя. Если у вас где-то что-то кольнуло, вы бежите к врачу, выслушиваете диагноз — и вот вы уже больной. Я не хожу к врачу, потому что не болею, я трансформируюсь.

— *Я тоже хочу трансформироваться*.

— Если вы хотите, так делайте это. Если вы болеете, то это ваш выбор быть больным. Я сужу по фактам. Фактом является то, что вы ходите к врачу, пьете таблетки и счи-

таете, что у вас есть заболевания. Кто создал этот факт в вашей жизни? Вы.

— Я считаю, что человек должен быть скромным. И у меня внутри идет борьба. Вы говорите о выборе. Человек не выбирает, просто складываются определенные обстоятельства.

— Мы говорим о болезни.

— *Я говорю о здоровье*.

— А что такое здоровье?

— *Это хорошее самочувствие. Это не болезнь, и меня болеть никто не заставит, иначе я ему не позавидую*.

— Только что вы говорили, что от вас ничего не зависит, а теперь утверждаете, что вас никто не заставит болеть.

— *Не все от меня зависит, и я не выбирала болезнь, я выбираю здоровье и здоровый образ жизни, но идет постоянная борьба.*

— Потому что здоровье и болезнь идут рядом. Борьба — это принятый способ жизни в данной реальности. В этой реальности есть здоровье и болезнь. Вы боретесь за здоровье. Это реальность борцов, отсюда войны и терроризм, потому что все со всем борются.

Одна противоположность двойственности борется с другой противоположностью. Пока вы не поймете дуальность своего восприятия, вам не будет понятно то, о чем я говорю.

Личность постоянно доказывает свое существование

— Основная проблема большинства людей следующая — они хотят убедиться в том, что существуют. Если есть проблемы, значит, я существую. Если на меня никто не обращает внимания, значит, меня нет.

— *Иногда бывает чувство, что меня нет в этой жизни, несмотря на то, что живешь.*

— Потому что ваш обусловленный ум порождает иллюзии, которые принимает за единственную реальность. А иллюзия должна все время иметь подкрепление, как в сказке о голом короле. Он голый, но все должны восхи-

щаться его прекрасной одеждой. Ему надо собрать огромную аудиторию, чтобы убедиться в том, чего нет.

Суть этой реальности — постоянное вранье. Кому нужно подтверждение? Тому, кто не уверен в том, что существует. Если вы уверены, то зачем вам подтверждения? Подтверждения нужны тому, кто не уверен, что то, о чем он говорит, является чем-то существующим. В таком положении находилось большинство людей. Поэтому они создавали массу проблем, привлекали внимание, т.е. делали все что угодно, лишь бы убедиться в своем существовании.

Если вы действительно любите, у вас есть только один вопрос: как отдать больше любви другому, т.е. самому себе. Не в том, чтобы вас заметили, пожалели или подтвердили вашу значимость. Вам на это наплевать, потому что подтверждения требует только иллюзорное, но не реальное. Вы знаете о себе то, что вы есть, и все. Этого достаточно. Тогда у вас нет того множества вопросов, которые мучают всех остальных.

Процесс идет не благодаря обусловленному уму, а вопреки ему. Главное — ваше присутствие в нашей работе. Пройдите семинар со всеми ощущениями, чувствами, мыслями, которые у вас возникают. Вам не о чем беспокоиться. Все сделает процесс. Перестаньте воевать, осуждать и жалеть себя. Это надо только вашему одностороннему эго, которое таким образом подтверждает свое существование.

Вам не надо беспокоиться о своих проблемах. У сердца нет проблем. В нем все происходит так, как происходит, и всегда вовремя. Все страхи в дуальном уме. Если вы вошли в аттракцион страха, то насладитесь им, но помните, что это аттракцион. Я же делаю все время одну работу: я показываю вам вас.

Дуальность денег

— Посмотрите на проблему с деньгами. Можно пользоваться чем угодно в любом количестве, но не быть отождествленным с этим. Что значит быть привязанным к деньгам? Если я хочу иметь деньги, то буду бояться их потерять. Если я к деньгам отношусь так же свободно, как к шишкам, то я не отождествлен с ними.

Отождествление возникает в связи с сильным желанием их иметь. Если люди занимаются бизнесом, то большая часть из них скорее всего хочет иметь деньги. Они им занимаются именно по этой причине. Отождествление с деньгами и желание их иметь создают ловушку двойственности.

— *Надо задать себе вопрос. Ты хочешь денег, а что они тебе дадут? Для чего они тебе нужны?*

Деньги — это не самоцель, это способ. Деньги сами по себе ничего не значат. Это фишка в игре. Что ты хочешь получить с помощью денег? Не надо исключать возможность получения этого и не через деньги, а каким-то другим способом. Безусловную любовь, например, за деньги не купишь. Самого главного купить за деньги нельзя.

— *Я в последнее время сталкивалась с тем, что многие отдают получению денег всю жизнь, а в итоге самого главного и не получают. И для того, чтобы получить душевное состояние, они готовы отдать все.*

Я мечусь. Я понимаю, что финансы нужны. Мне бы хотелось заниматься тем, чем я хочу, и начать отдавать то, что ты имеешь. Но с одной стороны, ты еще не готов, чего-то нет; с другой стороны, ты видишь, что здесь это не имеет большой отдачи. Надо как-то совмещать.

— Ты можешь отдавать только то, что у тебя есть, ты не можешь отдать то, чего у тебя нет. Если ты вводишь ограничения в то, что у тебя есть, тогда у тебя возникает вопрос не о том, как тебе отдавать, а о том, как придержать, потому что и это можно потерять.

Если ты чувствуешь, что обладаешь всем, то у тебя возникает желание отдавать. Есть анекдот по поводу ада и рая. В аду люди сидят за столом и у всех очень большие ложки. Они пытаются этой ложкой что-то взять и положить себе в рот, но еда у них все время вываливается из ложек. А в раю они кормят друг друга из таких же больших ложек, и все сыты.

Измена или изменение

— *Мне хотелось бы остановиться на понимании измены.*

— Измена — от слова «изменяться». Люди изменяют, не изменяясь. Само понятие измены основано на жесткой и односторонней точке зрения. Он должен быть таким, а раз он стал другим, то это измена. Есть разные взгляды, и когда они начинают меняться, то это называют изменой. Но изменение всегда связано с изменой. Изменение вашего убеждения, состояния или поведения можно рассматривать как измену тому, что было раньше. Вопрос в том, разрешаете ли вы себе это видеть.

— *Существует представление, что человек должен больше создавать, чем разрушать*.

— Невозможно создать что-то новое, если ты не разрушишь старое. Это двойственность. Чтобы создать новую вселенную, нужно разрушить старую. Очень большую роль играет то, как ты что-то воспринимаешь.

Столкновение с тьмой может привести к очень сильному свету внутри, и нельзя сказать, что что-то правильно, а что-то — нет, все входит в единый план. Весь вопрос в том, как вы это воспринимаете, что это порождает в вас.

Не только писатель создает книгу, но и каждый читатель создает ее, читая. Невозможно отразить истину для того, кто ее не понимает.

Сопротивление личности пониманию единства

— *Как взаимодействовать с душевнобольными?*

— Зачем вы спрашиваете об этом?

— *Но это же существует в мире?*

— В мире много чего существует. Зачем вы задаете этот вопрос?

— *У меня есть такой опыт, как взаимодействовать с такими людьми.*

— Если у вас есть такой опыт, то вы можете мне сами о нем рассказать. Если у вас возникла необходимость взаимодействия с ними, то вы будете взаимодействовать. С какой целью вы хотите взаимодействовать с ними?

— *Если вы знаете, что будет после смерти, может быть вы знаете, для чего ...*

— Я вам рассказываю видение, облегчающее...

— Свое личное, мы можем его принять, а можем не принять.

— Но я вас к этому не обязываю.

— Я хочу ваше видение, только это.

— Чем вызван ваш вопрос? Вы взяли и отбросили все, что я до этого говорил, и переключились на совершенно другое. В чем последовательность? Вы не прочувствовали то, что я говорю. Вы берете фрагментами, кусками. Посмотрите, я не веду здесь «кусочную» работу. Я не рассматриваю что-то как отдельное, я все рассматриваю во взаимосвязи.

— Мой вопрос мешает вам ткать узор?

— Мне ничего здесь не мешает, я просто показываю, что мешает вам. Посмотрите, есть момент, связанный с оплатой данного семинара. Вы предпочли оплачивать его по дням. В принципе, здесь такого не практикуют. Но я разрешил это вам, чтобы вы и все остальные увидели, что такое оплата кусками. В подобном случае вы начинаете воспринимать то, что здесь происходит, тоже кусками. Именно это вы сейчас и показываете.

— Меня интересует, если у человека больна душа, она выключена из триединства?

— Вы совершенно не услышали, что я сказал. Вы не слушали то, о чем я говорю. Вам это неинтересно. У вас есть несколько вопросов, сути которых вы еще не понимаете, но постоянно их задаете. При этом вы не видите общей картины. Вы не понимаете, что к чему, вы воспринимаете только несвязанные куски. Я завел разговор о деньгах, потому что и в этом вы поступаете именно так. А через оплату семинара задаются условия вашего нахождения здесь: как вы оплачиваете, так и получаете. Я просто это вам сейчас возвращаю.

Моя задача не просто отвечать на какие-либо вопросы. Моя задача подвести вас к видению из другой точки восприятия. Вы же этому сопротивляетесь. Именно с этим связан ваш вопрос. Именно поэтому у меня такая реакция.

Вы подобны голодному человеку, который просит у меня рыбу. Я же предлагаю вам научиться ее ловить самому. Но вы избегаете этого. Вы все время пытаетесь у меня взять рыбу. Это большая разница.

Есть те, которые хотят давать рыбу, они приходят с корзиной рыбы и бросают ее голодным. А те кричат: дай еще, дай еще. У них такая игра. Здесь же игра совершенно другого рода. Я это говорю для того, чтобы вы почувствовали условия данной игры и решили: надо вам в ней участвовать или нет. Вы оставили за собой право уйти в любой день, выбрав такую систему оплаты нашего семинара.

— *Я это не скрываю. Так и есть.*

— Поэтому я сейчас усиливаю этот момент и предлагаю вам решить: хотите ли вы остаться или хотите уйти. Если вы решите остаться, то я вам предлагаю выплатить всю сумму. Понимаете, сюда нельзя прийти, чтобы просто попробовать на вкус сознание Единства. Вы не можете его понять, просто посидев и поспорив на нашем семинаре. А вы именно это и делаете и будете это делать, если не пересмотрите свое отношение к тому, что здесь происходит.

Я не даю куски. Я не бросаю отдельные карты. Я раскрываю всю колоду. Но у вас тенденция выхватывать по карте. Но тогда вы не видите всей колоды. Здесь же надо увидеть всю колоду, и это изменит ваше восприятие. Возможно, вы просто не хотите этого делать, но это ваше право. Только вы можете решать, в каком опыте вы хотите оставаться.

Те, кто остается здесь, выбрали новый ракурс восприятия. И я не говорю о какой-то частичной сдвижке восприятия. Я говорю о глобальной сдвижке восприятия: о переходе от разделенности, страха, чувства вины, — к единству, осознанию, безусловной любви. Это очень непростая сдвижка, потому что она не частичная. Ответ на ваш вопрос не приведет вас к такой сдвижке вашего сознания.

— *Тогда я его снимаю*.

— Мои ответы на подобные вопросы также не приведут к сдвижке вашего сознания. Здесь же мы собираемся именно для этого. Однако я совершенно не пытаюсь кому-либо навязать ее насильно. Но коли вы приходите сюда, то предполагается, что у вас есть такое намерение. Возможно, его и нет, оно может быть другим. Но мое намерение, которое я здесь высказываю и провожу, связано именно с трансформацией личности и изменением вашего восприятия.

Поэтому я не занимаюсь какими-либо проблемами как чем-то отдельным, я рассматриваю их для перестройки вашего восприятия.

Есть видение разделенности, и есть видение единства. Видение разделенности порождает много проблем, с которыми люди носятся, как белка в колесе. Я вам показываю, что проблема возникает в результате вашего дуального восприятия.

Что вам надо на самом деле? Просто показать крутизну вашей личности или понять то, о чем я говорю?

— *Вот такая я, что с этим поделаешь*?

— Я не собираюсь с этим что-либо делать, это не моя задача, а ваша, и она определяется тем, что вы выбираете. Но вы очень обходите видение себя такой, какая вы есть. Вы очень сконцентрированы на внешних вещах и задаете вопросы, касающиеся именно внешних фрагментов. Если вы будете продолжать таким же образом, значит вы хотите менять что-то вовне, а не во внутреннем мире.

В частности, вы говорили о том, что вам нужен партнер. Я стал спрашивать: какой партнер, зачем, с каким запросом, но вы не отвечаете на эти вопросы. Вы воспринимаете проблему как внешнюю, я же перевожу внешнюю проблему во внутреннее видение. И я вам говорю еще раз, что ничего вовне не изменится, если не будет изменения внутри. Но изменение внутри — это изменение вашего восприятия.

Изменение восприятия дает новые мысли, а новые мысли порождают новую реальность. Только так это происходит. И я не прошу этому верить, а предлагаю это проверить. Если вы начнете это проверять, то увидите, что это так. Вы можете сказать, что это не так, не то, — тогда продолжайте то, что у вас есть. Значит, вы еще не прочувствовали, что такое внешнее и что такое внутреннее.

Самооценка — это другое название гордыни

— Чтобы повысить свою заниженную самооценку, вам необходимо иметь тех, у кого она еще ниже. Ты выбираешь себе мужчину и видишь в нем низкую самооценку, но благодаря этому сама переходишь в сторону более высокой са-

мооценки. Самооценка — это абстрактное представление. Надо разбираться, в чем именно она низкая. Твоя самооценка может быть, например, высокой по поводу того, что ты можешь всех переплюнуть, плюнув дальше всех. Так по поводу чего у тебя низкая самооценка? Мы опять входим в структуру дуальности. Самооценка аналогична гордыне. Гордыня является камнем преткновения в религиозных, эзотерических системах. Они борются с гордыней, но понять ее происхождение, механизм ее образования не могут. Механизм образования гордыни исходит из дуальности. Одна сторона дуальности возвышается над другой. Это подобно качелям, когда одна сторона дуальности поднимается вверх, но в то же время другая опускается вниз. Точно таков же механизм взаимодействия противоположных сторон любой дуальности, являющейся частью структуры личности. Вопрос о самооценке — это вопрос о том, какая сторона дуальности тобой в данный момент сознается как то, что есть ты. Гордыня — это следствие борьбы противоположных сторон дуальности, и надо видеть ее, чтобы понять механизм ее возникновения.

— *В этом есть энергия. Ты говорил о разведении дуальности. Я просмотрела, что именно это давало мне много энергии. Переход из одного состояния в другое, на чем я довольно долго держалась.*

— Что значит «довольно долго держалась»? Что, сейчас ты не держишься? Персонаж ни на чем другом не может строить свое выживание. Ничего, кроме этого, в персонаже нет.

— *Есть еще что-то кроме персонажа?*

— Нет. Эго, личность, персонаж — это в моей терминологии названия одного и того же, описывающие психологическую структуру или социальную надстройку над животными в человеке. Человек в том виде, в котором он сейчас существует, является социальным животным. Социум порождает определенные обусловленности, закладывающиеся в структуру личности.

— *У меня вопрос. Реализации желаний и сценариев, существующих во мне, мешают тормоза. В какой-то момент, когда надо сделать шаг, срабатывает что-то. Идет осуждение, что ты выглядишь плохо, говорить не*

умеешь и делать ничего не умеешь. Сразу же все желание закрывается.

— Что это за дуальность? Ты пришла сюда недавно и пока не понимаешь, что такое дуальность в тебе. Обрати внимание, я постоянно говорю тебе о дуальностях, да и всем об этом напоминаю. Вы можете возмущаться, что я говорю одно и то же. Да. Я буду постоянно говорить об этом, потому что это так и есть. Сейчас ты просто перечисляешь ситуации, связанные с твоими внутренними конфликтами. Я же тебе показываю, как надо рассматривать эти ситуации, чтобы выйти из них.

— *Пока я вижу оба состояния и себя в этих состояниях.*

— Какие оба состояния?

— *Состояния уверенности в себе, высокомерия, гордыни.*

— Ты сейчас описываешь верхний уровень одной из сторон дуальности. Нам же нужно опуститься на причинный уровень дуальности. Я тебе говорю о механизме возникновения гордыни, ты же говоришь, что просто ее чувствуешь. Я тебе только что говорил, что гордыня появляется как следствие внутренней игры эго в повышение и понижение противоположных сторон его дуальностей. Следующий вопрос. Какая дуальность твоей личности порождает в тебе гордыню? Дуальностей, порождающих гордыню, много. Поэтому самоисследование — очень непростой процесс. Вся жизнь самоисследователя посвящена выявлению в своем персонаже механизмов, порождающих гордыню. Ты сейчас говоришь, что видишь в своем персонаже гордыню. Замечательно. Это может сказать любой из присутствующих здесь.

— *Но я вижу и противоположную сторону гордыни.*

— Ты видишь механизм поддержания такой гордыни? Какая дуальность у тебя активизирована? На почве чего у тебя гордыня?

— *На почве чего? Например, ментальность. У меня хорошо работают мозги. Я хорошо разбираюсь в каких-то логических конструкциях.*

— Значит, ты умная?

— *Умная, жуть.*

— А они глупые?

— *Они всякие.*

— Что значит — всякие? Если они всякие, то значит, что среди них есть и такие, которые умнее тебя. Ты говоришь, что они всякие, но ты всегда умнее. Посмотри, как ты используешь слова.

— *Уровень может быть разный. Они любые. Это для сравнения.*

— Если ты всегда умнее, значит, они уже не могут быть умнее тебя, выходит — не любые и не всякие. Получается, что они глупее тебя.

— *Если я встречаю человека, которого считаю умнее себя, то сразу начинаю наращивать часть, которая, с моей точки, зрения оказалась в завале. Либо говорю, что мне этого не надо, бросаю все и не хочу с ним ничего иметь.*

— Правильно. Ты бежишь от него, потому что боишься встретиться с тем, кто умнее тебя. Я умнее тебя?

— Да.

— И что ты чувствуешь?

— *Я чувствую удовольствие.*

— А что с гордыней?

— *У меня и не было представления о том, что ты окажешься глупее. Я уже шла с уверенностью, что чему-то могу у тебя научиться.*

— Что с твоей гордыней? Ты встретила того, кто умнее тебя.

— Ты знаешь, я рада тому, что есть умные люди, умнее меня. Есть еще куда карабкаться.

— Твоя гордыня говорит: «У нас есть идеал, и мы будем к нему карабкаться. В конечном счете мы станем умнее, чем он». Это то, о чем вчера Оля говорила в конце семинара: «Я хочу быть такой, как ты». Нет. Она хочет быть лучше, чем я.

— *Да. Ты меня правильно понял.*

— Посмотри. Ум, которым ты так гордишься, работает на сравнении. Ты этого не знаешь? Твой ум ничего, кроме этого, не делает, только сравнивает. Как ты вообще можешь делать какое-либо суждение? Ум производит суждения. Как ты делаешь суждения? Выскажи любое суждение.

— *Оцениваю как-то. Констатирую факты. Например: «Мы сейчас занимаемся в школе».*

— Значит, школа отличается от чего-то другого. Например, мы не занимаемся на лужайке, не сидим в воде или еще где-то. Мы в школе. Это и есть суждение, сделанное твоим умом. А если я скажу, что это не комната, а озеро? Что ты скажешь?

— *Может быть, озеро мыслей, озеро чувств.*

— Нет. Конкретно говори.

— *Я поищу возможность…*

— Почему бы тебе не сказать, что я фантазирую. Ведь это комната, а не озеро.

— *«Озеро» в языке может иметь разные оттенки. Если говорить о воде, то это одно, но может быть и «озеро надежды».*

— Тогда почему ты одетая? Давай будем купаться. Если мы в озере, то почему ты сидишь на стуле?

— *Можно купаться в озере чувств, например.*

— Хорошо. Раздевайся, будем купаться.

— *Зачем же раздеваться? Это же твои фантазии.*

— Я показываю, как работает ум. Ты тут же подхватила мою фантазию, начала ее развивать. Я предложил тебе раздеваться и купаться. Ты говоришь, что это озеро чувств, и раздеваться здесь не надо. Я не говорю, что это не имеет смысла, но если мы пойдем такой дорогой, то в лучшем случае станем поэтами, но никак не исследователями. Ты говоришь, что ты умная, я же не говорю, что я умный, я говорю, что знаю механизмы работы ума. Посмотри, это совершенно другой уровень видения, он не только интеллектуальный.

— *Я не могу похвастаться, что знаю работу ума.*

— Не можешь похвастаться, но хочешь.

— *Я бы хотела понять, как ум работает. Но опять же понять умом.*

— Тогда ты увидишь, что ум и глупость — две стороны одной медали. И тогда ты не сможешь гордиться своим умом. Твой персонаж будет не удовлетворен тем, что у него нет гордыни. Персонаж всегда имеет гордыню какого-то рода. Именно наличие гордыни и создает его исключительность. Все люди хотят быть исключительными. Каждый из них находит то, в чем он исключительный.

— *Я пытаюсь это сделать во многих областях.*

— Что такое исключительность?

— *Я лучше других; если не лучше, то не такая, как все.*

— Если это понимать буквально, то исключительность — это исключение.

— *Это отделение себя.*

— Борясь за собственную исключительность, люди исключают себя и возмущаются тем, что их никто не понимает. А ведь их не понимают, потому что они исключительные.

— *Ты сам себя исключил.*

— Борясь за свою исключительность, ты сам исключаешь себя, а потом возмущаешься, что тебя не понимают. Мы говорили о том, как возникает гордыня, и выяснили следующее. Ты сознательно считаешь себя умной, поэтому тебе надо окружить себя глупыми, на фоне которых ты будешь выглядеть очень умной и испытывать чувство гордости. Так это или не так?

— *Как это сказать? Я люблю общество людей. Одна из главных моих целей — общение. Одна из радостей жизни.*

— Другие люди — это твои зеркала. Нет ничего, кроме тебя. Есть лишь зеркала, отражающие тебя. Ты можешь проецировать на других людей как одну сторону своей личности, так и другую ее сторону.

— *Судя по тому, что ты сейчас сказал, активизированная гордыня постоянно окружает себя «Дракулами».*

— Для того чтобы тебе чувствовать гордыню в связи с имеющимся представлением о себе как об умной, тебе нужны более глупые. Хорошо. Ты считаешь, что я умнее тебя? Испытываешь ли ты гордыню от своего ума при общении со мной?

— *Я не знаю, гордыня ли это, но есть какое-то удовлетворение от того, что я пришла сюда.*

— Хорошо. Ты чувствуешь удовлетворение. Ты чувствуешь, что мы на равных. Я разговариваю умно, как ты считаешь, но и ты отвечаешь умно. Так ты находишь партнера по умному разговору и от этого получаешь удовольствие.

— *Знаешь, я сейчас не оцениваю, умно ли я отвечаю. Я рискую что-то ляпнуть, поэтому временами и молчу, чтобы не ляпнуть глупость.*

— Если ты что-нибудь ляпнешь, то что-то произойдет?

— Подставлюсь под твой удар.

— А сейчас ты не подставилась?

— *А сейчас я в разносе. Мне захотелось говорить. Я чувствую, если молчу, что меня развозит и размазывает. Вообще, никаких сил нет.*

— Наш диалог показывает, что ты не понимаешь работу своего ума.

— *Я стараюсь понять. Когда ты говоришь, то мне все понятно.*

— Я понимаю, что ты стараешься, но наш диалог показывает, что на данный момент ты не понимаешь. Я же не говорю, что ты вообще не поймешь.

— *Скажи, что я не понимаю?*

— Ты даже не понимаешь то, что ничего не понимаешь.

— *Если бы я понимала, что не понимаю, я бы поняла.*

— Соглашаешься ли ты с тем, что ты не понимаешь? Ты не можешь понять что-то, если ты не считаешь, что сейчас этого не понимаешь. Какой смысл тебе понимать то, что ты и так понимаешь?

— *Ты говоришь, что знаешь, как работает ум, а я не знаю. Я согласна, что не знаю, как работает ум, в той мере, как ты об этом говоришь, — да, я не знаю.*

— И что ты чувствуешь?

— *Интерес.*

— А что твоя гордыня? Что с ней? Или это не главная твоя гордыня? Если мы затрагиваем основную гордыню личности, то тут начинается нечто.

— *Но ведь она есть.*

— Значит, это не основная твоя гордыня.

ОСУЖДЕНИЕ И ВИНА

Проявляйте свой негатив, чтобы осознать его

— *Я поняла, что с благодарностью у меня туго. Сегодня мой сын рассказывал, как отец убивал кота. Я раньше знала и видела в нем подобные проявления, и у меня на него*

шло сильное зло и осуждение, что он изверг, просто фашист. А в этот раз во время рассказа сына у меня пошли слезы и ощущение его боли. Ты приводил пример с пьющим человеком, который доводит себя до невыносимой степени боли, заливая ее алкоголем. Я ощущала что-то такое, как элемент сострадания, что его боль была моей болью. Возникло чувство если не благодарности, то хоть сочувствия. Я прожила его боль.

— Его боль — это твоя боль.

— *Важно то, что у меня не было осуждения, было состояние сопереживания: «До какой же степени боли надо дойти и как же надо жить, чтобы дойти до такой степени агрессии?»*

— Выражение сильной агрессии — это мольба о помощи. Как же тяжело должно быть тому, кто убивает другую жизнь. Чтобы подойти к состраданию, необходимо начать чувствовать боль тех, кого мы осуждаем. Ведь на самом деле мы всегда осуждаем самих себя.

Прочувствовав и прожив боль других людей как свою собственную, можно подойти к состраданию. Не надо закрываться, необходимо проявлять свои чувства. Если у вас долго сдерживалось осуждение, надо видеть это и проявлять его, но при этом понимая, что осуждаете себя. Помните то, о чем мы здесь говорим. Это подготовка к открытию сердца.

Кажется, что эта работа ментальная, и многие из вас говорили, что у вас нет чувства. Чувства есть всегда, такие как осуждение, вина, страх. Выразите осуждение так, чтобы почувствовать его.

Вам кажется, что вы не осуждающий и у вас нет чувства вины, но тогда вы блуждаете только в ментальных иллюзиях, не соприкасаясь со своими чувствами. В дуальной реальности вы не можете открыть свое сердце Безусловной Любви сразу. Вы можете двигаться в этом направлении через осознание имеющихся у вас чувств осуждения, вины, жалости к себе и различных их разновидностей.

Не бойтесь выражать свои чувства, иначе вы их не осознаете. Делайте это, но осознанно, понимая, зачем вы это делаете. Механически функционирующий человек переживает неосознанно, порождая порочный круг тех же самых негативных состояний.

Вы можете понимать то, что я говорю, на уровне ума, при этом запрещая себе выражение агрессии, вины, жалости, что приведет к подавлению вашей эмоциональной сферы. Не проявляя то, что есть в вашей личности, вы не увидите этого в себе.

— *А как же тогда: «Не делай другому то, чего не желаешь себе»; «делай другому то, что хочешь для себя»?*

— Вы пытаетесь сбежать от проявления своего негатива, хотя надо идти на это, осознавая и понимая, зачем вы это делаете. То, что делается в нашем процессе, является указателем для раскрытия вашего сердца.

На самом деле это и есть процесс соединение ума и сердца. Ум дает видение, а сердце чувствование. Ум — это Осознание, а Сердце — это Безусловная Любовь. Осознание и Безусловная Любовь всегда идут вместе.

Когда мы ходим, то поочередно переставляем ноги. То одна нога впереди, то другая. Невозможно войти одной ногой в Осознание и, сразу осознав все, другой ногой войти в Безусловную Любовь.

Каждый находится в той степени галлюцинации и заблуждения, которая ему сейчас нужна. Это не есть плохо, это есть так, как оно есть. Необходимо начать выбираться из сна, делая шаг за шагом. Каждый шаг Осознания связан с шагом Чувствования. Вы не можете понять и осознать что-то, если не проживете этого. Вы пытаетесь умствовать и через интеллектуальность понять что-то или уловить какие-то фразы, для того чтобы использовать их как лозунги. В нашем процессе, чтобы понять что-то, необходимо знать и проживать.

Наше движение идет пошагово, и не старайтесь перескочить через ступени, вас все равно вернет назад. В процессе таких шагов происходит изменение вашей личности. За эти годы моя личность сильно изменилась благодаря именно шагам Осознания и Безусловной Любви.

Жизнь личности — это повторение одного и того же, — так будем осознавать это «одно и то же». Движение по шагам подобно спирали, идущей вверх и вниз одновременно, или дороге со встречным движением. Мы проживаем что-то, затем опять приходим к этому же, но видим его уже более объемно, чем раньше. Так, осознавая и принимая свое прошлое, мы поднимаемся на более высокую ступень спирали Жизни.

Дальше мы опять столкнемся с этой ситуацией, и если мы ее знаем и пережили, то пройдем ее с другим уровнем понимания. Понимание относительно, а не окончательно. У каждого своя длина шага и свой ритм движения.

Я не говорю окончательных истин, которые невозможно выразить словами, но даю вам указатели, и, если вы их улавливаете, то у вас есть видение направления следующего шага. Потом будет следующий указатель, за ним следующий и так далее. Сколько будет таких указателей, никто вам не скажет. Идет постоянное движение.

Обусловленный ум хочет, чтобы ему дали цель и рекомендации, как легче и быстрее ее достичь. В нашем процессе все иначе. Необходимо прожить один шаг, дальше будем говорить о следующем. Если вы сделаете свой шаг, то затем будет следующий.

— В последнее время я стала проявлять осуждение, и очень явно. Я увидела, что вина и осуждение — это одно и то же. У меня было представление, что испытывать чувство вины — это хорошо, а осуждать — плохо. Я блокировала осуждение, но тогда появлялась вина. Я считала, что правильно поступаю. Хорошо делаю, не осуждаю. Когда я это проявляю, то вижу, что это одно и то же. Вина — это то же осуждение, но только себя.

— В иллюзии отделенности себя от других чувство вины — это следствие осуждения себя. Когда мы осуждаем других, мы направляем осуждение на других, но оно возвращается к нам в виде чувства вины.

— Всегда одно и то же. Совершенно одно и то же.

— Не одно и то же. Здесь необходимо делать различия. Оно разное, но механизм один. Чем более ты осуждаешь кого-то, не понимая, что осуждаешь себя, тем больше испытываешь чувство вины. Одно порождает другое. У некоторых закрепляется представление, что им надо переживать чувство вины, у других закрепляется представление, что им необходимо осуждать других.

— Я сейчас подумала, что надо позволить себе чувствовать осуждение и вину и проявлять жесткость или жестокость. Когда люди со мной жестоки, особенно когда кричат, я всегда мягко себя веду.

— Да. Тебе сейчас нужно именно это. У тебя есть представление, что нужно испытывать привычное состояние вины. Эта часть твоей личности создает ситуации, привлекая других людей и проецируя на них свою жесткую часть, при этом получая эффект агрессивного осуждения с их стороны. Ты не видишь себя в людях, агрессивно осуждающих тебя.

Ты сама кричишь на себя. Тебе не знакомо состояние агрессивной стороны самой себя. Тебе самой надо начать это делать, потому что пока ты осуждаешь себя через других людей. Сделай это сама, и ты начнешь раскачивать чувственную сферу. Прочувствуй как одну, так и другую стороны двойственности, прочувствуй то, что переживает осуждающий человек, и человек, испытывающий чувство вины.

Именно боль и страдание покажут вам, что же вы делаете с самим собой. Только прожив сильное страдание, вы сможете выйти на сострадание. Для этого необходимо знание того, зачем вы это делаете и что хотите получить.

В нашей дуальной реальности страдающих людей очень много, но это не значит, что они понимают причины своих страданий. Они ищут всевозможные способы ухода от страдания. Они не ищут видения того, как и почему возникают их страдания.

Многие люди закрываются от страдания, переставая проявлять себя эмоционально. Запомнившаяся и закрепившаяся боль, возникавшая при страдании, рефлекторно приводит к снижению эмоционального проявления и вообще чувствительности. Такие люди сильно ограничивают диапазон чувствительности своего сердца или эмоционального центра.

Такой человек становится бесчувственным, при этом у него есть набор объяснений, почему так происходит. Например: «Я интеллигентный»; «я добрый и не делаю зла людям»; «я культурный». Он же просто не чувствует остроты событий или чувствует, но в очень малом диапазоне. Такой человек не может выйти на сострадание, не пройдя через осознанное страдание.

Страдания уже заложены в структуру каждой личности, и в частности, закреплены в ее болевом опыте. Вам необходи-

мо соприкоснуться с этим опытом, активизировать его. Делать это надо через активизацию сторон двойственностей, которые считались плохими или непривычными для вас. Если вы привыкли, что вас осуждают, то теперь необходимо начать осуждать самим, осознавая, зачем вы это делаете.

Механизм вины и осуждения

— *Мои проблемы тянутся из детства. Жизнь родителей не сложилась. Я считала отца плохим человеком, с которым не стоит общаться, завидовала полноценным семьям, комплексовала и отвечала на вопросы об отце с таким чувством, как будто он умер. Сейчас я живу с чувством вины перед ним за то, что не ценила его. С самого детства нам с сестрой говорили, что мы очень красивы, и я вела себя высокомерно. Мне казалось, что я всего добьюсь своей внешностью. Когда это не удавалось, я чувствовала боль, входила в стопор, потому что внутри была пустота. Еще была вина перед мамой за ее неоправданные ожидания моих больших успехов в спорте. Для меня самыми страшными были четыре вещи: тюрьма, проституция, наркомания и нищета. Сейчас я вижу, что начинаю делать вещи, которые всегда осуждала. Пробовала наркотики, до иглы, правда, не дошла. Начала употреблять спиртное в больших количествах. Осуждая проституцию, сама поступила подобным образом. Встретила человека, полюбила его, но уехала в Америку и изменила ему там с другим. Это было очень сильным толчком к пониманию того, что любить можно ни за что, просто так. И тогда мне захотелось разобраться в своем внутреннем мире, в том, что приводит нас к тем или иным поступкам, что нами руководит. Я живу с большим чувством вины за то, что делала вещи, которые сама же и осуждала. Во мне затаился страх перед теми пунктами в списке, до которых еще не дошла.*

— Чего боитесь, то и получаете. Что происходит, когда вы получаете то, чего боитесь?

— *Сначала ничего не осознается. Но когда это накапливается, то понимаешь, что дальше идти некуда.*

— Вы поступили так же, как и люди, которых вы осуждали. Вы пережили возможность этого. Это страшно?

— *Потом страшно.*

— Потом, когда вы начинаете думать, что нельзя было этого делать. Но само по себе это страшно?

— *Нет. Но, делая это, я не задавала себе вопрос: «Готова ли я потерять то, что имею?»*

— А почему вы должны это потерять?

— *Потому что боюсь потерять из страха перед одиночеством.*

— Есть представление о том, что муж и жена должны смотреть только друг на друга. Это ограничение, рамки. И в этих рамках находится очень большое количество людей. Они мучаются с этим, нарушают эти ограничения, а потом испытывают вину. Если вы останетесь в таких рамках, будет то же самое. Вы будете бояться и от этого делать то, чего боитесь, потом винить себя, потом опять делать и т.д. А если увидеть это ограничение?

— *Я вижу, но страх не уходит.*

— Вы готовы дать свободу своему партнеру?

— *Нет. Внешне это выглядит так. Я говорю ему: «Делай что хочешь», — но внутри нет на это разрешения. Если это произойдет, то я уйду от него или поступлю точно так же.*

— Зачем вы сошлись вместе? Для того чтобы поддерживать такие ограничения или чтобы выйти из них?

— *Чтобы быть свободными и счастливыми.*

— Если это так, то что мешает этому?

— *Эти ограничения.*

— Совершенно верно. Чем больше ребенку будут запрещать делать что-то, тем больше он будет стремиться поступать именно так. Именно в силу того, что ему это запрещают, у него возникает страх. Страх будет толкать его на то, чтобы делать именно то, что запрещают, и он будет делать это. А если он не будет бояться нарушить ограничения, то будет ли испытывать страх по отношению к ним и захочет ли делать это из чувства осуждения или вины?

— *Он даже не задумается об этом.*

— Давайте посмотрим на свое детство. Внимание ребенка фиксируется на каких-то вещах, которые осуждаются родителями. В связи с этим в его уме возникают жесткие

программы осуждения и вины. Ребенку их вложили, у него возникает на них фиксация, и он начинает воспроизводить их в своей жизни.

Это программы борьбы, но бороться можно только с тем, что есть, — значит, это надо создать. И мы постоянно воссоздаем в своей жизни то, чего боимся, повторяя проблемы своих родителей.

Мы сейчас рассмотрели механизм страха, проявляемый в осуждении и вине, закладываемый родителями в каждого ребенка. Этот механизм проявляется в различных сценариях, но суть его одна и та же. Ограничения, о которых мы с вами говорили ранее, и являются элементом сценария реализации механизма страха. Если вы хотите снять с себя ограничения, то сделать это можно, только сняв их с других, понимая, что другие — это вы.

Мы вступаем в отношения с другими людьми, для того чтобы проявить себя такими, какими себя воспринимаем. У вас есть видение самой себя, и вы хотите реализовать его практически. Допустим, вы не любите себя, что, собственно, и прививается с детства через осуждение.

Например, вы не любите себя за то, что вы проститутка, наркоманка, не состоялись в жизни. Все это формы нелюбви к себе. Вступая в отношения с другими людьми, как вы будете проявлять себя в них?

— *Так же.*

— Да, потому что вы хотите удостовериться в том, что вы — это вы. А вы — проститутка, наркоманка, и значит, по отношению к другим будете действовать так, чтобы показать им, что вы есть это.

Все отношения с другими людьми — это отношения с самим собой. Отсюда желание разобраться в себе, потому что начинаешь понимать, что разобраться с другими невозможно. Ничего не изменится. Изменить что-то можно только через себя. Вы заглядываете внутрь себя и видите ограничения, видите, что не любите себя и поэтому не можете любить других. Появляется чувство вины.

Состояние вины говорит вам, что это нехорошо, так делать нельзя. Вина — это реакция на какое-то действие, которое осуждалось. Теперь через вину вы сами в себе осуждаете это. Такова работа заложенного в вас механизма

страха, который действует в человеке до самой его смерти, если он не будет осознан.

Надо увидеть, как мы делаем себя несчастными. Попадая сюда, мы получаем некие программы разделения и нелюбви. Для того чтобы увидеть эти программы, надо начать осознавать их внутри самого себя.

Все зависит от того, кем вы себя считаете. Ребенок, попадая в эту реальность и наследуя от родителей программы разделенности, получает представление о самом себе как о том, что отделено от других. Это сводится к некоему мифу, определяющему его мировосприятие. Потому что именно мировосприятие определяет то, что вы будете переживать. А само восприятие определяется некими мифами или представлениями, которые заложены в ваш ум.

Некоторые из таких представлений закладываются в ваш ум с сильным эмоциональным осуждением. Именно о них вы начинаете постоянно думать. Например, представление о том, что ужасно быть проституткой, наркоманом, нищим, неудачником и т.д. Эти представления начинают определять ваше восприятие. Вы начинаете думать, проститутка вы или нет, удачливый или неудачник и т.д. Мысли об этом присутствуют все время. Думая об этом, вы постоянно воспроизводите в уме свою проблему, поддерживая и укрепляя ее.

— *Так оно и есть.*

— Но это не значит, что эти проблемы и есть ваше сознание. На самом деле ваше сознание может принять и другие программы, не связанные со страхом, но для этого его вибрации должны быть выше вибраций страха. Это вибрации Безусловной Любви.

— *Но так можно впасть в пофигизм. У меня бывает такое. Тогда мне кажется, что это нормально, что этим можно заниматься. Но одновременно вступает другая сторона и говорит, что это ненормально.*

— Значит, в состоянии пофигизма вы можете это делать? Но когда вы это сделаете, приходит другая сторона с обвинениями, т.е. эти две стороны меняют друг друга. Они вертятся вокруг одного и того же, как качели: качнуло в одну сторону — хорошо, в другую — плохо.

— *Мне очень хочется избавиться от чувства вины, но боюсь, что не получится, не приживется то, о чем мы говорим.*

— Старая программа защищает себя. Каким образом? Опять же двойственным: одна сторона говорит, что у вас получится, другая — что не получится.

— *У меня это получится, потому что я этого хочу.*

— Кто я?

— *Мой внутренний мир.*

— А что это такое?

— *Моя душа.*

— Да, Душа хочет, но программа страха, заложенная в ваш обусловленный ум, противится этому. Поэтому мы и говорим о том, с чем вам непосредственно надо работать.

Работать надо с осознанием дуальностей, заложенных в ваш ум и порождающих обвинение и вину. К Душе это не относится. Это относится к обусловленному уму и личности, которые загружены дуальными программами.

Как можно осознанно осуждать другого человека?

— *Как это можно осознанно осуждать другого человека?*

— Найди здесь в группе человека и осуди его осознанно.

— *Ларису.*

— За что ты ее осуждаешь? Начни высказывать ей осуждения, повышая их интенсивность. Можешь дойти до крика, показав диапазон чувствования, которым ты располагаешь.

— *Лариса, ты бесчувственная, ты холодная, просто дерево. Я думаю, что ты можешь это увидеть и почувствовать.*

— Ты не объясняй ей, а осуждай ее. Ты сейчас перешла в облегчение осуждения, объясняя, почему она не чувствует. Осуждай, используй мат, он несет в себе определенную энергию, пугающую многих людей.

Хотя мат — это просто набор определенных слов. Почему он вызывает шок? Потому что, как правило, эти слова связаны с каким-то негативным, болезненным воспомина-

нием. Вложите в свое осуждение состояние. Матерные слова несут такую энергию.

— *Почему ты не можешь ничего сделать, даже осудить не можешь?! Делай это! Делай! Делай! Ударь! Почему ты ничего не можешь?! Делай!*

— *Ты что, с ума сошла?! Дура! Прекрати!*

— *Сама ты дура!*

— *Успокойся.*

— *Я тебя вообще убью! Делай, тебе говорят! Ударь!*

— *Какой-то ужас.*

— Она сейчас продемонстрировала то, что происходит в тебе, Лариса. Вот эта буря гнева у тебя внутри. Ты ее сдерживаешь. Как ты сдерживала ее агрессивное нападение на тебя, так ты сдерживаешь свою внутреннюю агрессию. Проговори свое состояние.

— *Мне страшно.*

— *Не успокаивайся, это еще не все.*

— Страшно той части тебя, которая считает, что у вас все нормально, все спокойно. Вторая часть неистово бушует внутри тебя.

— *Если ты будешь сопротивляться, я тебя еще изобью.*

— Проговаривай все ощущения, которые возникли у тебя сейчас.

— *Мне страшно, я в шоке. Мне очень неприятно.*

— Говори, что вызвало это неприятное ощущение? Кто она? Кто на тебя напал?

— *Неприятно, что я думала о теле, что будет кровь, синяки, изуродует тело.*

— Неприятное чувство связано с угрозой телу. Агрессивное выражение эмоций связано у тебя с угрозой повреждения тела. С твоим телом может что-то случиться?

— *Да. Это страшно. Все остальное не страшно.*

— Получается, что ты боишься выражать такого рода эмоции из-за страха получить подобное в ответ, потому что тогда твое тело подвергается опасности. Что может случиться с твоим телом? Что она может сделать с твоим телом?

— *Может сломать что-то, руки сломать, да все что угодно. Выбить глаз или зубы. Я тогда буду инвалидом. Первое — у меня не будет привлекательной внешности. Второе — сразу исключается ряд возможностей.*

Кайф осуждения

Кайф личности заключается в осуждении. Именно осуждение является деликатесной пищей для эго. Вы можете придумать все что угодно, чтобы осуждать. Дело даже не в той причине, по поводу которой вы осуждаете, а в самом состоянии, которое вы переживаете в момент осуждения.

Осуждение — это выброс накопленной вины. Всем известно, что здесь есть традиционные обвинения, например: «Ты мне изменяешь!» Кайф эго получает именно в состояния осуждения. Почувствуйте, что осуждать вам в кайф.

— Для того чтобы получить этот кайф, я и создаю эти ситуации,— такой адреналин, чувство правоты и важности.

— Получается, что программа осуждения берется от родителей.

— О чем я и говорю. Мы попадаем в мир разделенности, где основным эмоциональным состоянием являются чувство осуждения и чувство вины. Поводы для переживания осуждения и вины перенимаются из сценариев родителей. Поскольку вы осуждаете других за то, за что сами испытываете чувство вины, то эго всегда получает свой кайф.

— Я вижу. Почему я все запутала? Это для того, чтобы не осуждать. Для меня кайф — не осуждать. Я ищу умом, логикой все только для того, чтобы не осуждать.

— Значит ты — исключительная. Тут все в дерьме, а ты — в белом. Ты не такая, как все, — ты исключительная.

— Я о том, что мой ум постоянно ищет какие-то объяснения, любые подходы, любой угол зрения, только чтобы не осуждать. Есть представление, что осуждение — это плохо. У меня был опыт, не далее как вчера, что осуждают люди из боли. Вот у меня создался тупик.

— У тебя же есть своя боль.

— Ты осуждаешь не других людей, а саму себя. Я тебе предлагаю осуждать себя в лице присутствующих здесь людей-экранов.

— Ты же вчера хотела меня побить, так хотя бы осуди. Что-то тебя во мне раздражает.

— Осуждай, делай это.

— *Я все могу перетерпеть.*

— *Зачем тебе терпеть?*

— Вот и смотрите. «Я могу перетерпеть все». Это и есть следствие твоего заворота мозгов. Именно эта установка и не дает тебе возможности видеть себя целостно.

— *Аня хорошо зацепила Наташу в момент, когда пыталась расстегнуть верхнюю пуговицу блузки. Она стала резко сопротивляться этому, а когда ее били, она никак не реагировала.*

— *Она заволновалась, что обнажится ее тело.*

— Обратите внимание, как работает обусловленный ум. Он работает в режиме либо «да», либо «нет». Твой ум застрял в одной стороне, поэтому ты и не можешь мыслить парадоксально.

Разреши себе быть слабой. Ты слабая в проявлении чувств, но сильная в проявлении бесчувствия. Ты показываешь всем, что происходит с умом, когда блокирован эмоциональный центр. Он несет несуразный бессвязный бред. Что ты сейчас чувствуешь?

— *Все, в чем была уверена до этого момента, опять оказалось карточным домиком.*

— Да. В уме так и происходит. Уверенность переходит в неуверенность. Только осознание своих чувств может вывести тебя из тупика.

Насильник и жертва

— Наблюдайте и проговаривайте, как и когда вы чувствуете вину. Это и есть самый эффективный способ духовного развития. Начните отслеживать состояние вины и ваши действия при этом. Начните отслеживать состояние осуждения и ваши действия при этом. Затем вам надо осознать, что то, за что вы осуждаете других, это то, из-за чего вы испытываете чувство вины.

Можно начать с осуждения, а можно начать с вины. За что вы чувствуете вину, за это же и осуждаете. Осуждаете вы того, на кого проецируете собственную вину. Вы осуждаете сами себя за свое чувство вины. Механизм дуальности «осуждение — вина» работает во всех сферах жизни, во всех возрастах, во всех социальных ролях.

Если вы что-то осознаете, то уже никогда не забудете. Осознать сложно, но именно способность к осознанию и есть главное в работе по исследованию себя, которую мы здесь проводим.

Обратите внимание на то, как действует ваш ум. Он всегда выдает какие-то свои истории и не хочет уловить то, о чем говорю я. Если ваш ум начнет заниматься рассмотрением своей жизни с позиции дуальностей «осуждение — вина», «жертва — насильник», то это и будет ваше духовное развитие.

— Чтобы не чувствовать вину, надо осудить того, на кого ты проецируешь то, за что он тебя осуждает.

— Совершенно верно. Именно так работает этот механизм. Вину испытывать крайне тяжело. Это ужасное состояние, это кошмар и ад. Тогда мгновенно срабатывает механизм осуждения, начинающий искать козла отпущения.

Личность всегда ищет козла отпущения. Козлом отпущения станет тот, на кого вы спроецируете свою вину и осудите его за это. Тогда вы перейдете в осуждение, но вина вас не оставит, поэтому вам надо будете ее постоянно глушить. Как вы глушите свое состояние вины?

— Оправданием себя.

— Изворачиваешься по-всякому. Ходишь вокруг да около.

— Замыкаюсь в себе, просто замораживаю это чувство или плачу.

— Злюсь на себя и осуждаю себя.

— Вдруг пронесет или забудется.

— Лучший способ обороны — перейти в наступление.

— Никто не способен выдерживать состояние вины постоянно. Единственный выход — это перейти в состояние нападения. Для этого нужен козел отпущения.

Поскольку люди испытывают состояние вины всегда, поэтому им нужен рядом постоянный козел отпущения, для того чтобы всегда можно было слить на него тягостное чувство вины. Есть профессиональные козлы отпущения, например бомж или какие-то беззащитные люди, их называют «никакие». Бомжа гонит милиция, бьют, пинают. Он закрывается или просит о помощи, чаще просто молчит. Как видите, такие люди нужны.

— Чтобы были Жириновские.

— Чтобы вы могли осуждать или жалеть. Бизнес милостыни основан на чувстве вины. Стоит убогая старушка и просит милостыню. Что вы чувствуете, когда подаете ей? Вы проецируете на нее свою несчастную часть.

— *Не дай бог, я в таком состоянии окажусь.*

— Я сейчас предлагаю вам увидеть во всей истории вашей жизни, являющейся чередованием осуждения и вины, именно этот механизм. Я повторяю. Виновная часть требует усиления наказания, ей надо усилиться. Для этого она будет создавать усиление насилия, давя на вас своей жертвенностью. Осуждающая часть будет усиливаться за счет обвинения, подавляя вас. Они вместе работают, как качели, раскачивающиеся до максимальной точки, затем идет возвратное движение, доходящее до противоположной точки раскачивания, максимально возможной для данного индивида, то есть точки перехода движения в обратную сторону.

Как у маятника часов есть своя амплитуда колебаний, так и у каждой личности она тоже есть. Движение ментальных, эмоциональных и физических процессов происходит как в одну, так и в противоположную сторону до определенной точки. Усиливая чувство вины, вы доходите до предельной точки терпения и переходите в осуждение. Осуждение, усилившись до определенной точки, переходит в вину, и так происходит постоянно. Сам момент выплеска осуждения приводит к смене осуждения на чувство вины. Дойдя до предельной точки чувства вины, вы переходите в состояние осуждения.

Рассмотрите такие колебания в вашей жизни. Есть различие в амплитудах колебаний у разных личностей. Кто-то может очень долго терпеть, накапливая чувство вины, но затем происходит мощный и длительный выброс агрессивного осуждения.

У другого это происходит с небольшой амплитудой. Утром вы испытываете чувство вины, а вечером уже осуждаете, не сильно виноваты и не сильно осуждаете. Это зависит от энергичности вашей личности.

Энергия личности — это напряжение между двумя сторонами полярности. Если у вас большая энергия, то вы будете очень сильно осуждать и так же сильно испытывать

чувство вины. Если энергия менее сильная, то вы будете не сильно осуждать и не сильно чувствовать вину.

— У меня начальница на работе, она просто орет, когда находится в состоянии осуждения. Но я уже знаю, что надо переждать две минуты, и она переходит в состояние вины. Она говорит с виноватым видом: «Извини, пожалуйста, я не сдержалась и накричала». Я уже ее знаю и не реагирую на ее истерики. Мне нужно просто переждать этот момент. У нее всегда очень сильно проявляется чувство вины за ее же осуждение.

— Ты сейчас о ком говорила?

— О себе.

— Так не забывай об этом.

— Да. Я поняла. Самое интересное, что я вспоминаю осуждение, но не помню своей вины.

— Правильно. Мы видим, что чувство вины переживать очень тяжело. Это тяжелейшее состояние.

— Получается, что оно стерто из памяти.

— Да. Оно не фиксируется.

— У меня наоборот. Чувство вины фиксируется, а осуждение не фиксируется.

— Расскажи, как это у тебя происходит.

— Сегодня я все утро чувствую вину, дошла уже до предела. С одной стороны, меня давит муж, я должна что-то делать для него. С другой стороны, меня давят на работе, мне надо отпрашиваться и на семинар тоже. Я дошла до такого состояния, что на работе устроила скандал.

— Получается, что у тебя два насильника — это муж и работа.

— Еще мама. Маме я говорю, что я…

— Даже три насильника. Смотри, как ты накапливаешь энергию.

— У меня было состояние шизофрении перед семинаром. Я чувствовала, что схожу с ума. Сегодня я уже всех разогнала на работе, сказав, что я не незаменимый человек, если вы меня не отпускаете, то вам же хуже. И вообще, почему сегодня не дали зарплату, мне она просто необходима. У меня кончились деньги на мобильнике, потому что я звоню с него вам по вопросам работы. Мужу сказала, что

все, хватит, у меня кончилось терпение. Все, что тебе надо, делай сам. Вот. У меня уже пошло по-другому.

— Маятник пошел в другую сторону.

— *Сейчас мне легче.*

— Но ты же накопила чувство вины. В состоянии вины было плохо и становилось все хуже и хуже. Но все это делалось для того, чтобы войти в осуждение и послать всех куда подальше. Вот тут становится легче.

— *Причем скандалы доходили до развода с мужем и до увольнения с работы. После этого у меня уже пошло осуждение и мне стало легче.*

— Долго ли ты выдержишь состояние осуждения? Опять появятся мама, муж и коллеги по работе. Они снова начнут тебя давить и дома, и на работе. Ты будешь сжиматься, сдавливаться все сильнее и сильнее, накапливая чувство вины. Потом снова взорвешься и пойдешь куролесить, посылая всех куда подальше. Это цикл работы эго. Это его зарядка и разрядка, подобная работе аккумулятора.

Обратите внимание, что такая цикличность функционирования эго нормальна и привычна для него, и расставаться с ней оно не желает, потому что если есть состояние вины, то дальше должен быть выброс энергии осуждения, и эго получит свой кайф. Когда мы находимся в состоянии вины, мы накапливаем энергию для ее выброса через осуждение, и в этом находим большой кайф.

— *Получается, что я коплю чувство вины для того, чтобы быть круче их, выше их.*

— Да. Набираются некие талоны. Когда их наберется определенное количество, тогда вы их хотите «отоварить». К примеру, ваш муж гуляет с другой женщиной. Вы терпите, терпите, долго терпите, потом приглашаете свою лучшую подругу, с которой он переспит, а вы войдете в самый подходящий момент. Вот тогда вы и выложите ему все, что накопили, весь набор талонов для обвинения. В этом большой кайф. Подругу вы сами нашли, и все остальное вы сами устроили для усиления набора талонов вины с целью их обмена на талоны осуждения.

— *У меня были ситуации с мужем, которые я сама создавала своей холодностью к нему. Он напивался, приходил домой уже озлобленный, заранее зная, что будет ис-*

пытывать за это чувство вины. У него была фраза, что лучшая защита — это нападение. Орет на всех, матом кроет, крушит все на своем пути. Мы с детьми где-нибудь засядем, чтобы не попадаться ему под руку. Сидим тихонечко.

— «Гуляй, гуляй, Вася, сейчас мы наберем наши талоны и скоро обменяем их».

— *Наутро я ему на трезвую голову ни одного бранного слова, все простым русским языком, но таким… Не терпящим возражений. Осуждала его до такой степени, что даже теряла сознание.*

— Но это же кайф.

— *Может быть и кайф, но до потери сознания.*

— Смотри, какой кайф — аж до потери сознания.

— *Даже не помню, как пришла или приехала на работу. Вот до чего доходило.*

— Какой кайф! Ты так долго набирала талоны, и вот настал момент, когда их можно обменять на один талон для «отстрела дичи».

— *Что даже у самой вышибло мозги.*

— «Все! Вот тут-то тебе, милый мой, полный амбец! Я тебе такой концерт устрою, что мало не покажется».

— *Я его вгоняла в состояние вины.*

— «Потому что я была в таком же состоянии, а сейчас я тебе выдам все — под самую завязку». Так делаются революции — «Кто был никем, тот станет всем. Бей буржуев!» И бывшие затурканные крестьяне и обнищалые, измотанные рабочие получили добро на вымещение осуждения и задавленной и залитой водкой агрессии. Получили социально подкрепленные талоны в виде оружия и раздают свою агрессию налево и направо, расстреливая и глумясь над «буржуями». Это уже политика государства.

— *Самое интересное, что талоны набираются из хороших побуждений, под лозунгами, что я тебе помогу, я все для тебя сделаю, все выдержу.*

— *Быть ему незаменимой.*

— Талоны набираются и обмениваются.

— *«Я могу и это вытерпеть, и это выдержу, и все, что нужно, сделаю». Так я набираю талоны, но никто об этом не знает, даже я сама. Но когда талонов уже достаточно, вот*

тут-то я отыграюсь. Это кайф эго, и оно от него отказываться не хочет.

— *Одна часть готова терпеть безденежье, убегание от бандитов, все что угодно, только для того, чтобы набрать талоны?*

— Это доказательство вашей святости. «Я для тебя делаю все самое лучшее, а ты меня не ценишь! Все это до поры до времени, пока я не наберу необходимое количество талонов для осуждения. Тогда и отыграюсь за все».

— *С моей стороны это звучало, как желание просто помочь человеку, который нуждался в моей помощи. У него не было отца, а он мечтал об образовании. Я считала, что лучше я потерплю и отдам ему то, что у меня есть.*

— «Я себя зажму, потерплю, животик подтяну. Как мне надоело все это дело, а я все терплю и терплю. Потом, когда он сделает что-то, что я сама подстрою, не понимая этого, вот тогда и оттянусь по полной программе». Так?

— *Получается, что я одновременно и строила все это. Строила и терпела.*

— Конечно. «Я терпела для того, чтобы набрать энергию и перейти в осуждение». У некоторых людей это занимает целую жизнь или достаточно длительный промежуток времени.

Например, супружеская жизнь завершается истеричным криком: «Я так и знала, что ты подлец!» Вот апофеоз пятнадцати лет жизни. «Ты разрушил всю мою жизнь! Пошел вон из моей жизни!» «Подлец» чувствует: «Да, я действительно подлец, разрушивший ее жизнь». Он уже ищет себе наказание.

До этого он выступал судьей, осуждая ее и рукоприкладствуя. Орал, гонял по квартире и крыл ее матом, чувствуя свою правоту. Но кто был никем, вдруг стал всем и занял все пространство. Другому уже нет места здесь. Так это происходит? В этом свой кайф.

— *Это грустно и смешно одновременно.*

— Я еще раз подчеркиваю, что именно от этого эго отказываться не хочет.

— *Что оно еще имеет, кроме этого?*

— Люди приходят и говорят, что у них страдания, им плохо, у них проблемы и так далее, но на самом деле они от

них отказываться не хотят, но этого не понимают. Понять это — означает расшифровать игру личности. Тогда вы перестанете получать кайф от осуждения и жалости к себе. На уровне энергии эго — это самый большой кайф. Это даже лучше, чем секс.

— *Потому что к этому дольше готовишься.*

— Это длительная подготовка, которая должна увенчаться успехом. Когда я вам говорю о новом восприятии, ваш ум просматривает количество набранных талонов и говорит: «Так, у меня уже скоро апофеоз. Куда же это он нас зовет? Это что же, я все талоны должен сжечь? Нет уж, извините. Мы их используем».

— *Мне сейчас интересно. Мое эго испытывает кайф, когда в течение двадцати четырех часов выискивает, из какой части было что-то сказано. Старается. В принципе, тоже кайф. Замечание сделали: «Можешь ли ты не думать и не задавать вопросов?» Это тоже кайф — видеть это все.*

— Потом вы будете поносить меня за то, что я вас не тому научил. От восхваления до распятия — один шаг.

— *Это не восхваление, а что-то совсем другое. Это не из области скандала, а просто кайф — разгадать и увидеть. Какие-то загадки или что-то такое.*

— Хорошо. Но за этим тоже лежит чувство вины и осуждение. У них очень тонкие очертания, и видеть их сложно. Я повторяю: «Все, что делает эго, — а у «спящего» ничего, кроме эго, нет, — все сводится к осуждению и вине». В каких бы это ни делалось контекстах, механизм один и тот же.

Виденье механизмов работы эго — это и есть Осознание себя. Если вы видите механизм эго, то уже не можете функционировать по-старому. Думать, что ты осознаешь, и при этом набирать очки на свой счет «осознающего и просветленного» — вот чего хочет ваша личность. Осознающий — это круче, чем умный. Он просто умный, а я осознающий, но механизм этой ловушки тот же самый. Эго не хочет расставаться с иллюзиями, потому что у него свой кайф в этом.

ЛИЧНОСТНЫЕ ЖЕЛАНИЯ И ВЫБОР ДУШИ

Желание хотеть

Чтобы хотеть чего-то, вы должны этого не иметь. Тогда вы должны создать ситуацию, при которой этого не имеете, и проживать свое хотение. Этим и занимаются люди.

Очень важно понять, как реализуются желания и мысли. Вы пытаетесь встать со стула или просто встали с него. Это разные вещи. Вы хотите быть счастливым или вы счастливы. Есть разница? Если вы хотите быть счастливым, значит, вы несчастны. Вы несчастны, но при этом будете хотеть стать счастливым.

Посмотрите, именно так формулируют свои желания большинство людей, находясь при этом в ситуациях, противоположных их желаниям. Вы не можете хотеть счастья, если уже счастливы. Получается, что мы на самом деле хотим хотеть.

Человек отождествляется с мечтой о чем-то и не хочет с ней расставаться, не хочет иметь то, о чем мечтает, он хочет это хотеть. Большинство хотят быть счастливыми, радостными, богатыми, а сами несчастные, сирые, бедные. Вы хотите хотеть или выбираете быть счастливым? Как видите, это совершенно разные состояния.

Выбор предполагает ясное видение двух сторон дуальности, из которых вы выбираете, а желание — это видение только одной стороны, т.е. фрагментарное видение. Вам нужно увидеть и понять различие между выбором и желанием.

Выбор

Для того чтобы выбрать между двумя противоположными качествами, вам надо признать наличие того и другого в себе. Если вы говорите, что видите одно, но не видите противоположного, значит, вы не знаете себя в целостности и поэтому не можете сделать выбор. Видеть дуальность в самом себе — самое важное.

Необходимое условие, для того чтобы сделать выбор, — это видеть то, из чего вы выбираете. Возможность

выбора возникает в связи с дуальным устройством человека и этой реальности в целом.

Например, вы говорите: «Я — нежность», — но вы и жесткость. У вас есть две противоположные стороны одной энергии, из которых вы можете сделать выбор. При этом, когда вы находитесь в жесткости, то помните о своей нежности, и наоборот.

Если вы не осознаёте наличие дуальности в самом себе, то не можете сделать выбор. Увидьте ту и другую стороны дуальности в себе и сделайте выбор: решите, кем вы хотите быть на данный момент. И какое бы состояние вы ни выбрали, оно не будет ни плохим, ни хорошим. Оно даст вам возможность прожить нужное на данный момент состояние. Это и есть истинная свобода.

Для того чтобы иметь возможность выбора, надо ясно видеть дуальность, в которой вы намереваетесь сделать выбор. Для того чтобы выбрать нужную вам температуру воды, надо знать, что такое холодная и горячая вода. Это же касается и любой другой двойственности.

Парадокс желаний

Человек стремится к тому, что, как он считает, он хочет, не понимая наличия в нем и столь же сильной противоположной тенденции. Он находится в парадоксе двух противоположно направленных желаний, одно из которых он сознает, а другое — нет. При этом реализует он оба желания: одно сознательно, а другое подсознательно. Он действует из одного желания, а получает результаты противоположного и, таким образом, все время существует в этом парадоксе.

Рассмотрим раздражение. Вы будете раздражаться до тех пор, пока не увидите то, на что реагируете таким образом. Это что-то конкретное. Допустим, вам не уступают в чем-то. Вы хотите повторить обычное: кто-то делает не то, что вы хотите, а вы на это раздражаетесь. Но на самом деле вы хотите раздражаться, значит, кто-то должен вам сопротивляться.

Получается, что вы живете в парадоксе: хотите, чтобы вам уступили, но на самом деле не хотите этого, стремясь

опять прожить то переживание, которое при этом испытываете, т.е. раздражение. Вы все время инициируете все вокруг, для того чтобы испытывать раздражение. Если бы вам уступили, вы стали бы искать следующего, кто не уступит. При этом видимость принимается за действительность. Действительность — вы хотите раздражаться, видимость — вы хотите делать что-то и чтобы вам при этом не мешали.

Это мир иллюзий, где видимость принимается за действительность. Когда вы начинаете смотреть подтекст, то видите действительность: вы хотите раздражаться. Это повторение одного и того же переживания, вы на нем зациклились и все время проживаете его.

На самом деле вы хотите раздражения и получаете его. Таким образом, раздражение — это не помеха, а то, что вы хотите получить. Сколько еще вы будете получать его — это вопрос каждого. И ответ на этот вопрос зависит от вашей готовности увидеть себя как дуальную личность.

Готовы ли вы видеть все так, как оно есть на самом деле? Пока вы не увидите, что одна из ваших частей хочет испытывать дискомфорт, вы не сможете управлять ей. Она реализует ваши неосознанные желания. В относительном мире все двойственно. Для того чтобы поддерживать негативное состояние, надо бояться. Это стоп-кадр, который все время повторяется.

Получив в детстве эмоциональные травмы, вы начинаете их повторять, воспроизводить, и вся ваша дальнейшая жизнь становится вечным повторением одних и тех же детских страхов.

Сколько у вас страхов, которые возникали, а потом подавлялись? Но они же никуда не пропали. Они сидят внутри и проявляются подсознательно. То есть вы не понимаете, почему во внешней реальности возникает то, чего вы боитесь. А так происходит потому, что вы не принимаете свою теневую сторону и поэтому не можете ей управлять. Вы не даете ей проявляться непосредственно, и тогда она ищет обходные пути и проявляется в извращенной форме.

Например, некоторых женщин, считающих, что, кроме мужа, у них не должно быть никого, возникают желания по

отношению к другим мужчинам. Эти желания начинают выходить в форме ревности к мужу. Если бы она осознавала эти желания, то они бы не блокировались и не проявлялись через ревность.

Люди, дающие друг другу полную свободу, уважительно относятся к своим желаниям, потому что понимают, что любое появившееся желание — это нечто важное. Несбывшиеся желания просят реализации, и человек может начать пить, стать наркоманом и реализовывать их в состоянии снятых наркотиком ограничений. А когда с него спрашивают за его действия, он оправдывается тем, что был пьян, ничего не помнит и не отвечает за то, что сделал. Но в нетрезвом состоянии не реализуется ничего из того, чего бы он не хотел трезвым.

— *Почему человек не помнит ничего в этом состоянии?*

— Человек напивается до беспамятства, реализуя свои скрытые желания, но потом не разрешает себе их помнить. В конечном счете это приводит к тому, что он вообще ничего не помнит, и это уже полная деградация.

То, на что есть запрет, забывается, т.е. вы находитесь в беспамятстве, усиливая его до психически ненормального состояния. И все из-за того, что не давали себе реализовывать желания противоположной стороны своей личности, потому что ваша сознательная сторона считала их нехорошими и осуждала.

Люди сходят с ума, потому что у них происходит концентрация только на одной стороне их дуальной личности, а желания противоположной стороны подавляются и осуждаются.

Очень важно знать, чтó вы собой представляете, какие у вас сейчас желания. Люди, как правило, не говорят вслух об осуждаемых другими желаниях, потому что боятся упасть в глазах окружающих.

— *Однажды я высказала претензию, что не чувствую его ласки, внимания, и он ответил, что у него такое же ощущение. Как только это было проговорено, все изменилось. Раньше я могла обидеться, молчать неделю.*

— Изначально было желание ласки. Если оно не высказывается, то начинает накапливаться и потом ищет выхода через извращенные формы, т.е. скандал. Настоящая

любовь — это когда два человека могут сказать друг другу все. Это же и здоровье.

Нездоровье возникает из-за блокировки выражения задавленных желаний. Стоит запретить себе какое-то желание, внутри тела происходит блокировка поступления энергии в определенный орган тела. Если вы высказываете и реализуете все свои желания, то энергия в теле не блокируется.

— *Есть вещи, которые я не позволила бы себе высказать.*

— Это опять из-за представления о том, что вы будете тогда выглядеть плохой. Если вы знаете, что вы есть любовь, то что бы у вас ни возникло, все будет хорошим. И вы можете об этом сказать, потому что изначально все есть любовь.

Страх — это тоже любовь, но проявленная в дуальности. Поэтому осознание дуальности в себе — это и есть возвращение к первоисточнику, т.е. к Необусловленной Любви. А так как большинство людей не видят дуальность своей личности, то посмотрите, сколько у них страха.

— *Мне очень жаль маму за то, что она не сумела реализоваться, что она несчастлива.*

— Но ведь поворотный момент в вашей жизни возник именно в связи с неприятными, трагическими событиями, связанными с вашей матерью. Именно они привели вас к новому видению. Так что вы будете жалеть себя за то, что вышли на путь к целостности?

Она тоже идет своим путем. Все, что происходит с человеком, правильно. О чем жалеть?

— *Я болезненно воспринимаю ее переживания по моему поводу, ее боль.*

— Она переживает не за вас, она вас не видит. Она переживает за себя. Не может человек переживать нечто за кого-то. Если он испытывает чувство жалости, то не к кому-то, а к себе.

— *А если кто-то сломал ногу и я переживаю за него? Получается, что мне жалко себя за боль, которую я испытаю в подобной ситуации?*

— Если кто-то сломал ногу, то получил то, что хотела одна из его частей. Каждый всегда получает только то, что

хочет. Весь вопрос в том, видите ли вы свои противоположные части, проявляющие такие же желания, или не видите.

Подавляющее большинство людей не видят свою внутреннюю дуальность и поэтому осуждают и испытывают вину в отношении своих же желаний. Люди породили представления о том, что есть хорошо и что есть плохо.

По мнению многих, получить цветы в подарок — это хорошо, а сломать ногу — плохо. Но и в первом, и во втором случае получаешь то, что хочешь. Зачем же жалеть человека за то, что он получает желаемое? На таком уровне видения мира и себя ваша мама получает то, что хочет.

Если вы видите себя как отделенное от других и мира существо, то в таком состоянии вам хочется безопасности, побольше урвать для себя и поменьше отдать другим. Так многие и делают, но потом они получают последствия такого разделяющего восприятия, которые выражаются в том, что так же действуют и по отношению к ним. И так будет продолжаться до тех пор, пока не придет понимание того, что другой человек — это вы и если вы отдаете что-то ему, то отдаете это на самом деле себе. И тогда вам не надо заботиться о своей безопасности, вашей единственной заботой будет побольше отдать другим.

Вы ничего не требуете взамен, но вам захотят отдать, и вы возьмете это с благодарностью. Жить в восприятии нашего единства — это делиться друг с другом, не отделять себя от того, что тебя окружает. При этом вы все время передаете что-то важное для вас другим. И вам передают то же самое.

— Меня поразили слова о том, что в нас есть все, от ангела до убийцы.

— Мы познаем себя через дуальности. Наша жизнь в дуальной реальности — это способ узнать, кто мы есть на самом деле.

— Что же — я могу любить и ненавидеть одновременно?

— Наличие полярностей здесь создает возможность выбора, но такой выбор надо осознать. Допустим, вы считаете, что вы некрасивая, и переживаете все, что связано с этим опытом. Потом переживаете противоположную точку зрения. Когда вы осознаете и примете в себе эти проти-

воположные образы себя, у вас появится возможность выбора. Два состояния, из которых вы можете выбрать то, что вам надо сейчас.

Намерение и желание

— Допустим, я работаю с человеком, который меня обманывает. Говорить ему об этом бесполезно, он просто не поймет. Я осознаю, что меня обманывают, и оставляю за собой право уйти. Это выход из двойственности?

— Вы видите то, что есть, как оно есть. Дальше вы принимаете свое решение. Если будете ввязываться в то, что называете обманом, только усилите его. Вы просто видите то, что есть, и в соответствии с этим действуете. И чем яснее вы видите, тем точнее действуете.

— Можно ли решить таким же способом сложную задачу?

— Что это за задача?

— Раньше мне всегда не хватало денег. Я просто приняла решение: сколько будет, столько буду тратить — и стало хватать. Даже если остается рубль, я не волнуюсь, откуда-то придут, потому что они мне нужны.

— Нельзя просто сидеть и ждать, когда осуществится задуманное.

— Никто об этом и не говорит. Вы создаете намерение, и оно начинает реализовываться. Но является ли это вашим намерением или дуальным желанием, вот в чем вопрос? Спящий человек называет свое желание намерением, хотя это совершенно не так. Намерение не дуально, а желание дуально. Поэтому, провозглашая намерение, будьте готовы к реализации дуального желания и используйте такую ситуацию для осознания противоречий своей личности.

И еще. Намерение не реализуется по схеме, заданной вашим умом. Вы не будете знать, как оно будет проявляться. Ваш обусловленный ум не понимает, как это происходит, потому что ему нужна односторонняя логика и точный просчет всего. Намерение действует вне вашего ума. Оно действует через ваше сердце, у которого совсем другая логика. Вам надо научиться понимать эту логику.

— Я спросил вас, является ли этот способ универсальным для решения всех проблем. В чем заключается ваш ответ?

— Я говорю о том, что каждый человек является творцом своей жизни и что акт творения происходит через намерение, сформированное в безусловной любви. Желание формируется в страхе и поэтому является дуальным, т.е. создает свою противоположность.

Например, атомный реактор — потрясающая вещь, но он послужил поводом для создания атомной бомбы. Поэтому я разделяю два вида творчества: осознанное и неосознанное. Неосознанное творчество порождено дуальными желаниями личности.

Осознанное твочество возникает из трех условий: необусловленной любви, самоосознания и намерения. Сама по себе безусловная любовь ничего не требует, она имеет все. Это состояние нирваны, огромной благодарности всему сущему. У любви нет цели, ей ничего не нужно, она все содержит в себе. Поэтому для того, чтобы творить в материальном мире, нужно четко сформулированное намерение.

Человек, живущий в необусловленной любви, имеет намерение совершенно другого качества, нежели тот, кто не знает, что это такое. Это к вопросу о качестве цели, потому что в трехмерной реальности, в двойственном мире все цели двойственны.

Допустим, вы чего-то очень хотите. При этом реализация вашего желания приведет к тому, что вы наряду с этим получите и противоположное. Таковы условия прохождения уроков в трехмерной реальности. Поэтому я и говорю, что очень важно творение в безусловной любви.

Есть масса книг о том, как создать намерение и получить побольше материальных благ. Но вместе с ними вы получите и противоположное, потому что это было не ваше намерение, а ваше желание. А желания личности дуальны. Поэтому не удивляйтесь, если получите противоположное тому, что заказывали. Значит, это было реализацией вашего дуального желания.

По какой схеме работают наши желания?

— В реальности выживания мы проживаем опыт личностных желаний. Любое желание возникает в определенной двойственности. Возьмите любое ваше желание.

— *Есть желание родить ребенка*.

— Это желание активизирует двойственность: «отсутствие ребенка — наличие ребенка».

— *Уйти отсюда*.

— Чтобы уйти отсюда, надо быть здесь. Тоже двойственность.

— Для того, чтобы иметь желание, надо находиться в том, что противоположно ему. Желание является вектором. Как только оно возникает, сразу между двумя сторонами двойственности возникает вектор направленности нашего движения. Я нахожусь здесь, но хочу противоположного. Например, у меня нет ребенка, а я хочу ребенка.

— *Я хочу стать женщиной*.

— Я хочу стать женщиной, значит я не чувствую себя женщиной. Я не женщина, поэтому я и хочу ей стать. Двойственность: «я не женщина — я женщина». Вектор движения — «я хочу стать женщиной».

Получается, что любое желание возникает как результат напряжения тенденции противоположных сторон двойственности. Мы актуализируем двойственность. Дальше мы начинаем двигаться от одной крайности двойственности к другой ее крайности. И это мы называем желанием.

Допустим, мы получаем то, к чему мы двигаемся. Как только мы это получаем, мы перестаем этого хотеть. Если взять пример с ребенком, то вначале у вас нет ребенка, потом появляется ребенок. Но затем возникает следующее желание — воспитать ребенка, затем — выдать замуж, женить. Чтобы у него было все хорошо. Но это смена желаний.

Как только вы получаете реализацию желания, вы не можете больше этого желать. Это важный момент. Как только желание удовлетворено, оно исчезает. Удовлетворено оно тогда, когда вы получили то, что хотели.

Когда возникает желание, то две противоположные стороны двойственности разделяются, так сказать, на «хорошую» и «плохую». Вы сами это сделали. Вы начинаете отталкиваться от того, что называете «плохим», к тому, что называете «хорошим». Когда вы достигаете желания, то есть того, что вы называете хорошим, оно становится плохим, и тогда вектор переворачивается, и вы начинаете двигаться к противоположной стороне.

Такой момент изменения является шоком для человека. Поэтому часто выбираются некоторые бесконечные желания, которые служат вечной морковкой, привязанной перед мордой осла, за которой он идет, постоянно видя ее перед собой.

Такие желания обычно не конкретизируются. Например, желание быть богатым. Оно не конкретно. Вот хотя бы сто долларов, если у тебя до этого было сто рублей. Потом ты говоришь, что это бедность, теперь мне надо пятьсот долларов в месяц. Ты получаешь пятьсот долларов, но говоришь, что и это не богатство, мне нужно три тысячи долларов.

Такое желание все время продляется, и на этом построена вся экономика, то есть она никогда не оставляет человека в достигнутом им состоянии. Никто никогда не скажет, что на этом можно остановиться, все время предлагается что-то следующее. В этом случае человек будет двигаться по вектору желания до конца жизни. Но может быть, в какой-то момент он вдруг поймет, что это не дает ему главного. Он богат, но что изменилось? Ничего. Тогда ваш старый образ себя подвергается сомнению.

Если вам удается достичь цели желания, то вы теряете его. Желание подпитывается именно тем, что вы не достигли его. Когда вы его получили, то желание пропадает, тогда надо тут же продлить его, чтобы двигаться дальше, как мы рассматривали, например, в ситуации с ребенком. По сути, это желание на всю жизнь: воспитать, одеть, женить и похоронить.

Люди ищут именно тех желаний, которые длятся всю жизнь. Но если вы берете желания, которые не являются столь растяжимыми во времени, а фиксированы на каком-то результате, то обязательно получите ситуацию, когда желание исчезнет.

Кто может привести пример из своей жизни, когда у вас было желание и оно исполнилось?

— У меня было желание зарабатывать прилично, и я это получила. Исчезло ожидание.

— Правильно, желание пропало, я хотела заработать эту сумму и я ее заработала.

— Когда покупаешь, то хочется все больше, новее, мощнее.

— Но это желание нереализованное.

— Потом понимаешь, что нет смысла, и оно уходит. Какая разница — маленький у тебя дом или большой, в принципе, все одно и то же. Если приходит понимание, то тоже исчезает желание.

— Достаточно не просто рассказать о желании, которое исполнилось. По сути, мы все время находимся в желании, мы все время считаем, что то, что мы хотим, еще не достигнуто, и фактически мы его растягиваем на всю жизнь. Мы не даем себе возможности прожить момент реализации желания, потому что этот момент будет шоковым, ведь тогда ты станешь банкротом.

Например, женщина говорит, что хочет найти мужчину, партнера, но делает так, чтобы его не найти. Это странно, но если смотреть с точки зрения механизма желания, то понятно, почему она так делает. Потому что если она его найдет, то все закончится.

Желание — это реализация «хочу хотеть». Кажется, что акцент делается на достижении того, что я хочу, но на самом деле я делаю все для того, чтобы этого не получить. Получается, что я хочу хотеть.

На самом деле я не хочу того, о чем я говорю как о своем желании, я хочу его хотеть. Если я получу то, что, считаю, является предметом моего желания, то потеряю возможность хотеть.

— Получается, что отсутствие желания — это смерть. Если у тебя нет желания, то и нет движения, правильно?

— Посмотрите на свое состояние, когда у вас нет желания. Человек хочет хотеть. Посмотрите на людей с сильными желаниями, у них большая энергия, они увлекают за собой других в своем желании, они считаются лидерами. А лидер знает, чего он хочет, в отличие от других, которые

не очень знают, но двигаются за ним. Желание имеет здесь очень большую силу.

— Я пришла сюда, потому что мое состояние, в котором я пребывала, изменилось, я знала, что могу изложить то, что я хочу. У меня не было желания это делать, просто возникло возбуждение, и я пошла и сделала это.

— Посмотрите, что такое возбуждение. Это адреналин. Адреналин создает состояние возбуждения. Что такое возбуждение? Это энергия желания. Это стимулирование желания, которое физиологически проявляется в выделении адреналина.

Здесь все построено на желаниях. Желание активизирует какие-то двойственности, и ты начинаешь двигаться от одной стороны двойственности к другой, но самое интересное, что большинство людей так и не достигает другой стороны. Поэтому они говорят, что главное — желать. Они бегут в направлении своего желания, но не достигают его, потому что они хотят хотеть.

Когда я спрашиваю у вас о том, были ли какие-то желания, которые реализовались, все молчат. Значит, механизм желания скрывает себя за иллюзией. Это одна из самых мощных иллюзий: мне будет хорошо тогда, когда я достигну того, чего желаю. Выбирается что-то очень большое, мощное, по человеку и цель, и к ней можно стремиться до бесконечности. И некоторые люди именно так и проживают свою жизнь. Они стремятся к большой цели. Чем больше цель, тем больше человек, тем больше людей идет за ним, фактически разделяя с ним это желание.

Но если мы получим это желание, то что с нами будет? Желание исчезнет. Поэтому мы и не даем себе возможности прожить такую ситуацию. Если вы хотите чего-то очень сильно и конкретно, то испытаете шок, когда получите это. Потому что тогда двойственность перевернется, как песочные часы.

Если вы видели песочные часы, то наблюдали, как в них падают песчинки. И когда падает последняя песчинка, часы надо перевернуть, тогда процесс идет в обратную сторону. Но человек выбирает проживать жизнь так, чтобы не встретиться с реализацией своего желания. Это выбор

большинства людей — не встретиться с реализацией своего главного желания.

Есть фильм «Замужество Евы Браун». Суть его в том, что очень красивая немецкая женщина влюбляется в немецкого офицера. Это происходит в начале Второй мировой войны. Они обручаются, и он уезжает на фронт. Она его ждет очень долго, ждет много лет. Она красивая, нравится мужчинам, но она его ждет. От него нет никаких вестей. Прошло много лет, а она его все ждет.

В финальной сцене она сидит в своем доме и он входит, он появляется, и они смотрят друг на друга. Она все эти годы его ждала, она отрицала предложения других мужчин, у нее было огромное желание его дождаться. И вот они встретились и смотрят друг на друга. Потом она встает, идет на кухню, включает газ, затем показан дальний план этого дома — и дом взрывается.

На мой взгляд, это прекрасный пример того, что происходит с человеком, имеющим сильное желание, когда это желание реализуется. На самом деле ей нужно было желать этого, но когда она получает то, что хотела, то желания уже нет и жизнь становится бессмысленной.

Посмотрите истории сильной любви. Ромео и Джульетта желают быть друг с другом, но обстоятельства таковы, что они не дают им быть вместе и в конечном счете они умирают, но умирают не Ромео и Джульетта, умирает их желание. Ведь они — это символ желания.

Желание тем сильнее, чем больше сопротивление, чем сложнее его достичь. На самом деле люди хотят не исполнения желания, люди хотят желать. Но желая желаемого, они, фактически, все время находятся в иллюзии, то есть просто не видят то, в чем они находятся, как иллюзию. И они сохраняют это состояние за счет того, что не реализуют свое желание.

Так что же происходит с человеком, когда он реализует свое желание? Потому что, если он не достиг его, то будет бесконечно стремиться его реализовать. Он хочет хотеть и будет настаивать на том, что все будет замечательно, когда он достигнет желаемого. Но когда его спрашивают, когда же он достигнет, то он отвечает: «Тогда, когда достигну», — и делает все, чтобы не достигнуть его.

Я специально акцентирую внимание именно на механизме желания, потому что здесь этот механизм тотальный. В нем находятся все.

Что происходит с человеком, когда он теряет желание?

— *Ищет другое. В этом смысл жизни.*

— Если ты ничего не желаешь, то ты вообще непонятно кто. Ты не действуешь, тебе ничего не нужно. Это странно с точки зрения выживания.

— *А простые физиологические желания — голод, например?*

— Они тоже бесконечны. Человек выбирает некие желания, ему задаются некие потребности, и он их все время реализует, он хочет этого желать. Посмотрите, в физической реальности желания связаны с телом и личностью. Есть люди, которые начинают двигаться, так сказать, к духовному. Их желания другие.

Что у них за желания? Они же хотят чего-то?

— *Быть умнее, лучше, чище.*

— Совершенно верно. То есть желания, связанные с физическим, реализуются именно в физических вещах, и круг разговоров сводится к тому, у кого шуба подороже, кто твой кутюрье, где машину приобрел. Это материально и конкретно.

Вот я купил шубу за десять тысяч долларов, а на тебе что? Всего тысяча долларов. Потом другой приходит — у него шуба за двадцать тысяч долларов. Все крутится вокруг этого: больше денег — больше возможностей.

Это личностные желания. Они направлены к физическому богатству, у них есть физические критерии такого богатства, они их сравнивают и поддерживают себя в состоянии хотеть большего.

Возьмем человека с духовными устремлениями. Он не акцентируется в такой степени на деньгах, хотя сейчас все перемешалось и семинар «Как больше заработать» может относиться к духовности или психологии. Итак, возьмем сферу не физическую, тут превалируют желания такого рода: я более умный, я более просветленный, я более любящий, я более сострадательный. Таковы духовные цели.

Человек, имеющий так называемые духовные желания, так же сравнивает себя с другими. Что, например, важно для вас?

— *Иметь больше знания.*

— Но зачем оно тебе?

— Для выживания в социуме.

— Чтобы лучше выжить. Тогда нет разницы между целями духовными и материальными. И те и другие направлены на выживание. Богатый человек хочет выжить, но для него выжить — это заплатить три тысячи за номер в гостинице. Духовный хочет выжить за счет так называемых духовных ценностей.

— *Там желания истинные, там есть механизм проверки, твое это желание или нет, в данный момент является ли это для тебя актуальным или нет.*

— А что значит истинное желание?

— *Ты можешь хотеть желать «мерседес», а ты продавец апельсинов; или какой-нибудь пьяница-грузчик, который хочет стать балериной, — это же неестественное желание.*

— А что значит неестественное желание? Хорошо, какой-нибудь бомж хочет стать балериной. Почему это неестественное желание?

— *Но оно недостижимо.*

— А кто сказал, что оно не достижимо?

— *Мы возвращаемся к социуму. Есть определенные критерии балерины, она должна выглядеть, она должна танцевать и так далее, он просто реально не достигнет этого желания.*

— То есть ему говорят, что он реально этого не достигнет. Посмотрите, если мы имеем представление о себе как о том, кто меняет форму и может быть чем угодно, то нет ни одного желания неисполнимого. Но здесь, в данной реальности, другой взгляд на эти вещи. Если ты хромой, то не можешь быть хорошим танцором. Но почему ты хромой? Потому что у тебя есть желание быть хромым.

Что такое физическое тело? Твое тело — это отражение твоего восприятия себя. Если ты изменишь свое восприятие, то можешь изменить и свое тело. Вплоть до того, что ты можешь стать из мужчины женщиной, из женщины

мужчиной, из слепого зрячим и так далее, но это не учитывается. Вводятся ограничения.

Существующая система восприятия действует в определенных ограничениях, и она решает вопросы, исходя из этих ограничений. Но есть ли ограничения для человека как существа, которое может все?

Если система имеет ограничения и не рассматривает человека как существо, которое может все, то он будет действовать в рамках таких ограничений. Если он выходит за их рамки, то возникает совершенно другое.

Мы начали говорить о том, что в духовной сфере работают те же механизмы, что и в духовной. Я желаю желать. Я желаю желать быть просветленным, я желаю желать быть учеником первой степени. Вводится критерий успешности, и я желаю иметь следующий показатель успешности. Так что же это, как не тот же самый механизм желания?

А что происходит с человеком, который достиг того, чего хотел? Тому, кто достиг, некуда больше идти. Если я хочу быть просветленным, то я все время буду двигаться к этому. Как только я стану просветленным, мне больше некуда двигаться. Как видите, в материальной и так называемой духовной сферах действует один и тот же механизм желания. И приемы, которые применяются для стимулирования этого механизма, тоже идентичны и направлены на актуализацию желания хотеть.

Если мы это не увидим, то будем все время совершать движения по такой замкнутой схеме. А какова альтернатива личностным желаниям? Если кроме личностных желаний нет ничего, то мы вынуждены делать только это, в какую бы сферу мы ни входили, так как механизм везде действует одинаково.

— *А если я уже имею?*

Мы видим, что большинство людей не скажет, что они имеют, потому что если они так скажут, то их привычный способ существования заканчивается. С некоторыми людьми это происходит, и они впадают в депрессию.

Человек зарабатывал много денег и вдруг впал в депрессию, ему вообще ничего не хочется. Или какой-нибудь донжуан — с ним что-то происходит, и ему вообще женщины не нужны, он впал в депрессию.

Тебе ничего не хочется из того, что ты так усиленно и долго делал. Тебе перестало этого хотеться, и это не происходит осознанно для человека, это с ним случается.

— *Когда это случается, это действительно приводит в такой шок, что ты начинаешь усиленно искать, что бы такое захотеть еще сильнее.*

— То есть ты опять пытаешься завести старый механизм дуальных желаний. Но некоторые не могут его завести. Тогда их называют больными и предлагают обратиться к психиатру. И многие из них рассматривают себя как больных и пытаются лечиться. В лучшем случае их немножко восстановят и они захотят чего-нибудь, например съесть мороженое. И о них будут говорить, что они выздоравливают.

Есть медитация под названием «Стоп!». Люди что-то делают, двигаются — и вдруг говорится «стоп!», и они останавливаются в том положении, в котором их застала эта команда. А дальше они осознают свое состояние.

Человек, находясь в движении по вектору желания, никогда не осознает себя, он сознает только цель, к которой движется. Поэтому он не проживает настоящий момент своей жизни, он как бы пролетает от вешки до вешки. Он достигает какой-то вешки, сразу видит следующую и бежит к ней. Он не замечает, что они расположены по кругу.

Именно дуальные личностные желания не дают человеку остановиться и осознать свое состояние в настоящий момент времени. А то, что мы называем потерей желания, это и есть такая команда «стоп!», и она возникает для человека непроизвольно и неожиданно.

Тогда ум начинает ему говорить: ты больной, ты нездоров. Потому что здесь считается здоровым человек, который все время чего-то хочет, куда-то двигается. Но если он чего-то хочет и куда-то двигается, значит у него нет того, к чему он двигается и чего хочет. То есть он не реализован.

Реализованный, целостный человек — это тот, который имеет все. Но тогда это сфера, а не вектор. Желание — это вектор, а сфера — это совершенно другое. Так какая же альтернатива желанию? Мы видим, что желание не приводит нас к самим себе, а уводит от себя.

— *Перестать хотеть.*

— Альтернатива желанию — перестать хотеть. Хорошо. Перестаньте хотеть. Возьмите буддийские тексты, там говорится: «Избавься от желания». Я тоже могу вам сказать: «Хватит хотеть, зачем ты хочешь, не надо хотеть». Если вы волевым решением попытаетесь это сделать, то у вас ничего не получится. С какой стати вы будете бросать тот основной стимул жизни, который вами движет?

— *Представить, что это уже есть*.

— Хорошо. Вы можете прожить свое желание виртуально. Вы можете не реализовывать его в физической реальности, а представить, что уже достигли его. Вы можете это представить по отношению к любому желанию. Вы можете увидеть, что будет, если вы это получите.

Большинство людей даже не утруждает себя такой операцией, они просто двигаются к своему желанию. Если вы представите, что вы его уже получили, то что дальше?

— *Но человек же хочет это испытать.*

— Отделите сейчас само хотение от предмета хотения. Вы можете сказать, что существует большая разница в том, что я хочу хорошо покушать, или найти хорошего партнера, или купить 600-й «мерседес». Это разные вещи, — скажете вы. А я говорю — нет, это одно и то же, потому что в любом случае вы удовлетворяете свое желание. А на чем оно фиксировано — не так существенно.

Оно может иметь разные образы. Например, ваша цель получить «мерседес», партнера, еду или еще что-то, но движущей силой является желание, которое можно проживать в очень разных видах и до бесконечности. Одних машин сколько можно менять, партнеров сколько можно менять, не говоря уже о еде. Но суть всего этого одна — это желание.

Нужно полностью прожить состояние «хочу хотеть». Вы можете представить себя в состоянии без желаний, но очень удовлетворенным? У вас нет желаний, но вы очень удовлетворены.

Желание дает не удовлетворение, а возбуждение. Чем больше желание, тем больше возбуждение. И все вокруг возбуждают вас: радио, газеты, телевидение, люди. Все возбуждают в вас желание хотеть. Они сами в нем находятся и передают вам.

Но можете ли вы представить состояние удовлетворения без достижения желаний? Потому что в желании нет удовлетворения. Желание неудовлетворимо. Это бездонная бочка — чем больше туда кладешь, тем больше проваливается.

— *Когда я в сердце, то чувствую себя очень спокойно, хорошо, мне ничего не нужно, достаточно просто быть в этом, и все.*

— Да. Это описание состояния, когда ты исполнился. Если ты хочешь, то ты не исполнен, ты не реализован. Если ты реализован, то тебе не надо хотеть достичь какой-то цели из состояния возбуждения и неудовлетворенности. Но это очень странное и непонятное состояние с точки зрения большинства людей.

— *Когда я ехала сюда, мне было так здорово, не было желания думать о том, что будет, как будет, мне хотелось, чтобы эта дорога была бесконечной.*

— Но если хочется, чтобы эта дорога была бесконечной, то она заканчивается. Смотрите, некоторые люди переживали состояние отсутствия желания, состояние реализованности, но в эти моменты возникает ум и говорит: я хочу, чтобы это продолжалось.

Как только мы хотим удержать что-то, оно мгновенно пропадает, сменяясь привычным для нас состоянием желания. Ничего нельзя удержать. Мы всегда были, есть и будем Буддой, но как только я заявляю, что я что-то хочу, я теряю покой.

Нет покоя, потому что я не имею того, что хочу. Покой — это когда у меня нет неосознанных желаний, когда я имею все. Как только я хочу что-то, то я теряю все и получаю желание желать.

Теперь посмотрите, что будет, если мы находимся в состоянии полной исполненности, полной реализованности, у нас нет желания.

— *Скучно, наверное.*

— Сейчас вы попали в ловушку дуальности: «скучно — не скучно». Как только появилось определение «мне скучно», вы моментально начинаете двигаться к нескучности, и вот вы попались в ловушку желания.

Ум подбрасывает какую-то двойственность, которую разложит на две противоположности и создаст вектор же-

лания. И мы скажем, что скучно — это плохо, а не скучно — это хорошо. Тогда вектор нашего желания будет направлен на «не скучно» и мы со всех ног бросимся к «не скучно».

Или вдруг появляется мысль: что это я дура дурой сижу, надо бы мне поумнеть, пойти куда-нибудь учиться. Тут же разложилась двойственность «дура — умная». Дура — нехорошо, умная — хорошо, побежали учиться. И у каждого свое.

Посмотрите, в этом мире есть линейное время, в котором мы можем проживать опыт разного рода двойственностей. С какой стати люди занимаются всей этой чепухой, если смотреть с точки зрения уже имеющейся у них целостности? Бегают от одного конца вектора желания к другому.

Но если ты не активизируешь двойственности, то не можешь получить опыт Игры в разделенность. Поэтому смена дуальных желаний на недуальный интерес Души и есть суть нашего Процесса.

Выбор Души — альтернатива желаниям личности

Альтернативой дуальным желаниям личности является выбор Души. Желание — это энергия, движение от одной крайности личностной полярности к противоположной. Если вам удастся достигнуть другой крайности, то ситуация изменится, вектор вашего желания перевернется в другую сторону и вы побежите к тому, от чего до этого бежали. Желание есть результат личностного дисбаланса. Дисбаланс порождает напряжение, которое выражается как желание личности. Желание удерживает нас в дуальности, не давая возможности внести гармонию, т.е. разрядить напряжение личности. Чем отличается выбор Души от желаний личности?

Желания личности удерживают нас на горизонтали. Находясь в состоянии желания, мы видим только одну сторону дуальности, ту, к которой мы стоим лицом. Мы говорим: «Это то, что нам надо», — и бежим туда. Противоположную мы не видим.

Мы видим ту сторону, которая нас притягивает, а ту, которая нас отталкивает, мы не видим. Мы создаем мощ-

ный толчок отталкивания от одной стороны, который дает нам стимул бежать к противоположной.

Люди приходят сюда и говорят: мне нужен толчок, подтолкните меня. Что это значит? Это значит, что они дошли до какой-то крайней позиции двойственности, но сами никак не могут развернуться. Их надо развернуть на 180 градусов и подтолкнуть, тогда они побегут в другую сторону. Так работает механизм желания. Теперь посмотрим, что такое выбор Души.

Выбор возможен из вершины треугольника. И если я нахожусь в его вершине, то вижу обе горизонтальные стороны двойственности, как две стороны одной медали, а также я вижу свою личность, бегущую от одной стороны к другой. Это виденье Души. Это восприятие из вертикали, а не из горизонтали.

Выбор возможен только при ясном виденье противоположных сторон дуальности. Только в таком случае возникает сама возможность выбора из двух вариантов. При нахождении в состоянии однобокого желания выбирать не из чего. Желание управляет мной, и я следую за ним. При выборе я вижу обе стороны и понимаю, что они взаимодействуют.

Я не могу понять, что есть умный, если не знаю, что есть глупый, я не могу понять, что такое богатство, если не знаю, что такое бедность, я не могу понять, что такое духовность, если не знаю, что такое материальность, и так далее. Я вижу обе эти стороны как равнозначные. Тогда я могу выбрать, где мне находиться сейчас. Выбор предполагает осознание двух сторон двойственности, породивших желание, как равнозначных.

Например, горячая и холодная вода, что это такое? Это две противоположности одной и той же энергии. Кайф бани — это попариться, а потом нырнуть в холодный бассейн, а потом опять попариться и опять в холодный бассейн.

В бане очень четко видны две стороны полярности, и именно контраст между ними дает кайф. Это одна энергия, но в разных качествах. Богатый отрицает бедность, то есть он отрицает другое качество этой же энергии. Здоровый отрицает нездоровье, отрицая другое качество той же самой энергии. Поэтому они не могут выбирать.

Выбирать можно только тогда, когда ты видишь обе стороны полярности как разные качества одной и той же энергии. Тогда ты можешь выбирать, но выбор — это не желание. Если ты выбираешь какое-то качество энергии, возьмем пример с баней, то ты же не ругаешь жару из-за того, что нырнул в холодный бассейн. Ты благодарен ей, потому что именно она дала тебе то состояние, из-за которого ты сейчас получаешь кайф, находясь в холодной воде. А когда ты возвращаешься в жару бани, то благодаришь бассейн с холодной водой.

У тебя нет отрицания, у тебя есть благодарность обеим сторонам этой дуальной энергии, потому что ты понимаешь, что и то и другое замечательно. То и другое на контрасте дает тебе экстаз. И если увидеть все другие двойственности именно так, то ты уже не будешь бежать к деньгам, проклиная свое безденежье.

Ты не отрицаешь одно, чтобы иметь другое, а понимаешь, что то и другое есть две стороны одной медали. Так поблагодари свое безденежье и выбери деньги, если выбираешь их, но не ругай противоположность.

Люди все время недовольны тем, в чем они находятся, это дает им пинок по зад, и они устремляются к противоположному, но их состояние не меняется. Так вот при выборе нет отрицания какой-либо из сторон дуальной энергии, а есть благодарность к ним обеим. Именно через осознанное принятие и благодарность к двум противоположным сторонам дуальности вы можете сделать выбор того состояния, в котором собираетесь побыть в следующий период времени.

В механизме желания стартовый толчок дает неприязнь и раздражение к одной из сторон дуальности. При выборе ты находишься в вертикальной точке треугольника, соединяющей обе стороны горизонтальной дуальности. Таким образом ты видишь то и другое как одну и ту же энергию и благодаришь ее за возможность выбирать.

Ты благодаришь одну и другую ее стороны и делаешь выбор. Выбор делается не из отрицания, а из благодарения и принятия всей палитры этой двойственности. Вот чем отличается выбор от желания. Желание отрицает, выбор благословляет. Тогда вся очень богатая палитра жизни как

актуализированных двойственностей является для тебя благословенной.

Ты ее благословляешь, потому что понимаешь, что противоположные стороны дуальности есть две стороны одной медали. Тогда у тебя есть выбор, ты можешь выбрать. Это не желание, потому что желание всегда отрицает.

Возьмите для примера любое свое желание.

— *Все то же. Уйти отсюда.*

— Таким образом вы отрицаете свое нахождение здесь. Но для того, чтобы уйти отсюда, вам надо находиться здесь. Возникает парадокс, желание запутывается в таком парадоксе.

— *Желание денег.*

— Это желание отрицает отсутствие денег. Вы проклинаете безденежье.

— *Именно это я и делаю*.

— А иначе и не может быть. Если есть желание, то обязательно есть проклятие другой его стороны.

— *Поменять работу.*

— Значит, имеющаяся работа вам не нравится, вы ей раздражены. Посмотрите, в любом желании, какое бы вы ни взяли, вы проклинаете одну сторону и стремитесь к другой стороне той же самой энергии.

Выбор — это совсем другое. При выборе я вижу и ту и другую сторону и благословляю их как единую энергию, как я благословляю горячую и холодную воду. Так вот смотрите, с любыми дуальностями можно делать то же самое, что и в бане с жарой и холодом. Но делать это можно только через благодарность.

Обе стороны дуальности становятся вам необходимыми, так как теперь вы понимаете, что основной кайф вашей Души — играть с противоположными сторонами дуальностей. Есть какие-нибудь вопросы?

— *Получается, что переходишь в новое качество жизни.*

— Да. Здесь-то и нужно осознание. Это инструмент. Это как раз и есть третья точка треугольника восприятия, которая дает возможность воспринимать противоположности как две одинаково важные стороны одной медали. Тогда понятно, зачем нужно осознание.

Когда я нахожусь в осознанном состоянии, я всегда бдителен, то есть я не даю затащить себя в горизонталь механизма личностных желаний. Желание сразу бросает меня в основание треугольника, тогда я вижу только одну сторону дуальности и, как бык, бегу к ней. И так во всем.

Обратите внимание, что та часть двойственности, которую я проклинаю, никуда не девается, она проявляется во мне в форме сомнения. Вот я бегу туда, как сумасшедший, и вдруг думаю: «А зачем я бегу туда? Нет, надо убрать сомнения, не надо об этом думать». Рядом со мной бегут другие люди, в таком же состоянии сна. Кто-то бежит к здоровью, кто-то к деньгам и славе, кто-то к любви и сексу… Такой марафон без финиша есть единственно известное состояние для людей, находящихся во сне сознания.

Выбор Души — совсем другое дело, выбор связан с осознанием. Когда я осознаю, то не буду как сумасшедший бежать к богатству и отгонять безденежье, потому что отгоняя безденежье и боясь его, я его призываю в свою жизнь.

Отрицая одиночество и стремясь к партнерству, я боюсь одиночества и призываю его в свою жизнь. Чего я боюсь, то и получаю. Когда я нахожусь в желании и бегу от одной его стороны к другой, то я боюсь той стороны, от которой бегу, я ее проклинаю. А она меня преследует, потому что обе эти стороны есть две стороны одной медали, которая всегда со мной. И я не могу сбежать от нее. И тогда я получаю вечный страх.

Тот, кто находится в состоянии дуального желания, — всегда в страхе, потому что он бежит от одной стороны к другой и боится, что недостаточно далеко убежал. Но если ты находишься в осознании, то есть в ясном видении того и другого как единого целого, то испытываешь благодарность, тогда нет страха. Тогда ты носишь эту медаль о двух сторонах с собой, ты не пытаешься ее разделить.

Если ты хочешь пережить бедность, то благодаришь богатство за то, что оно дает тебе возможность почувствовать бедность. Если ты хочешь пережить богатство, то благодаришь бедность за то, что она дает тебе почувствовать богатство. Ты понимаешь, что любая противоположность — это две стороны одной энергии.

— Чтобы реализовать, достаточно просто благословить? Хорошо, я благословляю безденежье, а дальше что?

— Посмотрите, разве в тот момент, когда у вас было безденежье, вы его благословляли? Нет. Значит, вы боялись его. Дальше вы начали бежать к богатству, но страх безденежья преследует вас. Он не может не преследовать. Любой богатый человек боится разориться и тем самым притягивает в свою жизнь разные происшествия, когда его грабят, например. Это повсюду.

— А как это на практике взять и перестать бояться? Это все равно что перестать хотеть.

— На практике можно сделать только то, что ты видишь и понимаешь. Сейчас вы находитесь в механизме желания и спрашиваете, как выйти из него. А я говорю, что вам надо сначала увидеть сам механизм желания. Если вы его увидите, то подобных вопросов у вас не будет.

Надо прочувствовать то, о чем мы сейчас говорим, но вы не можете прочувствовать обе стороны, если их не проживете. Так как человек, находящийся в желании, проклинает и отгоняет одну сторону, то он ее не проживает, он ее боится. Одну он хочет, а другой боится; чем больше хочет одну, тем больше боится другой. Если я вижу обе стороны полярности как одну энергию, то чего мне бояться? Но это может произойти только тогда, когда вы переходите в вертикальную вершину треугольника — в осознание, т.е в восприятие вашей Души.

Находясь на горизонтали, т.е. в личностном восприятии, вы не можете это ни уразуметь, ни понять, ни практически применить. Для того чтобы понять и практически применить то, о чем я говорю, надо перейти в вертикальную вершину треугольника и осознавать полярные стороны дуальности как единое целое. Тогда нет вопросов. Пожалуйста, конкретно, что вы сейчас не можете принять в своей жизни?

— Я не могу принять постоянное чувство вины, я виню себя за то, что я женщина.

— Я виновата в том, что я женщина. Двойственность «женщина — мужчина». Получается, что если я виновата в том, что я женщина, то значит, я не даю себе чувствовать женщину. Я ее не благословляю, а проклинаю в себе.

Проклиная женщину в себе, я не могу чувствовать себя женщиной.

Что значит осознать две стороны этой полярности? Это значит благословить женщину в себе. Я хочу быть женщиной. Чтобы хотеть быть женщиной, нужно не быть женщиной. Очень многие женщины хотят быть женщинами, переживая себя как мужчину. Они могут быть красивыми, эффектными, к ним подходят мужчины, а они не чувствуют себя женщинами, они только хотят быть ими. Благословите то, чего вы боитесь.

Вы боитесь быть женщиной, так благословите женщину в себе. Пока ты не благословишь женщину в себе, ты будешь все время хотеть быть женщиной, а от этого не быть ей. Хотеть быть женщиной — это значит не быть женщиной.

Что вы еще проклинаете в себе? Посмотрите, мы говорим об одном и том же, только с разных точек зрения. Пока мы что-то отрицаем в себе, мы бежим к противоположности этого, не видя, что то, что мы отрицаем, есть тоже мы.

Приказ и просьба

— Каждый из нас делает то, что хочет.

— *Хотя и боится.*

— Если вы боитесь чего-то, то изначально в этом присутствует желание. То, чего вы боитесь, — это ваше подсознательное, скрытое желание. Если вы боитесь, что вами будут командовать, но у вас есть желание, чтобы вами командовали, при этом вы боитесь признаться в этом желании. Это не плохо и не хорошо. Это факт.

Все друг другом командуют. Что здесь такого? Но человек возводит этот факт в ранг чего-то особенного и говорит, что боится этого, т.е. не может признаться в своем желании быть подчиненным. На самом деле каждый постоянно удовлетворяет просьбы других людей. Его просят, и он делает.

— *Но ему неприятно это.*

— Почему же тогда он делает это? Если человек делает что-то, значит, ему приятно. Пока он не признает, что это ему приятно, он будет продолжать создавать проблему из

этого. Сделайте то же самое, но с удовольствием. Неважно, что вы делаете, важно ваше отношение к этому.

— *Если принять, что он есть любовь, то кто может им командовать? Можно ли тогда воспринимать что-либо как команду?*

— Есть просто действия, которые человек совершает, если хочет. Но дальше вступают в силу слова, при помощи которых что-то называют хорошим, а что-то — плохим. Реагирование идет на слова. Если вы что-то делаете или не делаете, то вам это нравится. Попробуйте это увидеть.

— *Мне нравится, когда меня просят о чем-то, о какой-то помощи.*

— Вы испытываете при этом удовольствие? А когда расцениваете чью-то просьбу как приказ, вы делаете это, не испытывая удовольствия?

— *Да.*

— Так кто делает вас неудовлетворенным? Ваши представления о том, из чего исходит человек, обратившийся к вам с просьбой. Просит он или требует? Если это рассматривается как требование, вам неприятно.

Так что вы хотите? Вы хотите быть в состоянии любви. Каким образом можно находиться в состоянии любви все время?

— *Поменять свое отношение.*

— Перестать называть что-то приказом. Кто может назвать что-то приказом или просьбой? Кто это оценивает? Вы сами. Вы относитесь к любой ситуации так, как оцениваете ее.

Кто оценивает ситуацию? Сам человек, и он может оценить ее как угодно. На вас могут кричать, но вы все равно будете любить этого человека, потому что чувствуете, что кричит он от недостатка любви. Всем нужна любовь.

Но когда вы расцениваете просьбу как проявление власти или попытку контроля, то, следуя ей, испытываете страх и неприязнь. Что вы видите в человеке, который нападает на вас? Попытку манипулировать вами или просьбу, мольбу о любви?

— *Привычно видеть манипулирование.*

— От кого же зависит увидеть в этом мольбу о любви? Только от вас. Мастер понимает, что агрессия — это прось-

ба о любви. Одно дело — видеть в нападающем врага и пытаться защищаться от него, и другое — видеть страждущего любви.

Будете вы нападать на него, защищаться или дадите ему то, чего он так хочет?

— Значит ли это, что агрессивные люди обладают минимальным запасом любви?

— Они глубоко несчастны из-за отсутствия любви, поэтому проявляют агрессию, пытаются манипулировать. Посмотрите на это по-другому, и ваше отношение к ним будет отличаться от того, при котором вы видите в человеке врага.

Секс

— Я часто представляю себя в постели с разными мужчинами.

— Но не даете себе это реализовать. Если вы это представляете, оно есть в вас, и, думая об этом, вы его усиливаете. Представляя это, вы его усиливаете, но не даете перевести в действие, т.е. оно не реализуется физически. Но это не значит, что оно исчезает. Оно усиливается и в конечном счете реализуется. У вас так и произошло. Но посмотрите, вы это сами создали. И это не плохо и не хорошо. Это то, что есть.

— Если я вспоминаю об этом, мне становится противно.

— Это из-за осуждения. Нет ничего плохого в самой сексуальности. Все взаимодействие в мире сексуально. Здесь же существует представление о сексуальности как о чем-то плохом и грязном. Но именно в силу такого представления все делают это, а потом винят себя. Нет радости, которую дает истинная сексуальность.

Человек имеет три тела: физическое, эмоциональное и ментальное. Сексуальность только на уровне физического тела оставляет неудовлетворенными два других тела. Допустим, вам с кем-то хорошо в постели, но у вас нет общих переживаний, которые можно было бы разделить с партнером, или вам не о чем с ним поговорить.

Вы сближаетесь с ним частично, не полностью, только физически. Это не является ни плохим, ни хорошим, оно

просто неполное. Если между вами возникает полный контакт, то происходит нечто потрясающее, то, к чему мы все стремимся.

— У меня был страх перед нашей встречей. Я думала, что вы заставите меня делать то, о чем я сейчас рассказала.

— Это не страх, а желание. Оно воспринимается вами как страх, но на самом деле является вашим скрытым желанием, осуждаемым вами. Появляется желание, а потом возникает его осуждение. Осуждение возникает из той части вас, которая противоположна осуждаемому желанию. Т.е. желание возникает из одной части вас, а оценивает его другая, противоположная ей, часть. Как только возникает осуждение, сразу же включается страх: это произошло, но это нехорошо и поэтому страшно.

Быть свободным — это значит позволять себе реализовывать противоположные желания без осуждения и вины, т.е. без страха. Настоящая свобода — это отсутствие осуждения себя за то, что вы делаете. Если вы что-то делаете, не осуждая себя при этом, то реализуете некий импульс, некое желание. Вы осуждаете себя за желания. Любое желание естественно, неестественным является его осуждение.

На что вы тратите свою энергию?

Вы можете разделить имеющуюся у вас сумму денег на маленькие кучки, потратить их и приобрести много разного, с чем потом не будете знать, что делать. Или на всю сумму вы получите что-то одно, но очень важное и нужное для вас.

Как вы считаете, много или мало вы заплатили за наш семинар? Мы здесь исследуем личность, решая таким образом задачу, с которой вы пришли на Землю. Так сколько вы готовы заплатить за это?

Давайте посмотрим баланс ментальных, эмоциональных и физических трат человека, который утверждает, что духовное развитие для него важнее всего, но на самом деле тратит на это ничтожную долю того, чем владеет. Деньги являются очень четким показателем того, что происходит.

Существует понятие, что тратить — значит окупаться.

Поэтому я и говорю, что если вы не отдадите, то и не получите. Это очень четко работает. Деньги являются прекрасным показателем отношения человека к тому, за что он их платит. Как он их вносит, когда и т.д. Я экспериментально увидел, насколько это важно.

Что вносит приходящий в группу человек? То, что может внести деньги. Этим он показывает свою готовность к работе, которой мы занимаемся. Какова эта готовность? Обычно говорят, что нет времени или денег. Эти две причины аккумулируют огромное количество других причин, но именно на них обычно ссылаются, когда не идут на семинар. Это показатель неготовности человека к нашей работе. Таким образом отсеиваются люди, которые не готовы к такой работе.

Сколько вы тратите на то, что выбираете? И есть ли у вас намерение, за которое вы готовы отдать все, чем владеете? Посмотрите на уровень платы за то, что, как вы утверждаете, является для вас очень важным. Конечно, надо и есть, и пить, и все остальное само собой разумеющееся. Но когда вы сделаете такой подсчет, то увидите, что девяносто пять процентов ушло на то, се, третье, десятое, а на то, что, как вы говорите, считаете самым важным, — пять процентов. Но и результат таков же. Это не значит, что не надо есть, пить и т.д. Я о том, насколько вы понимаете и подкрепляете ценность своего намерения, касающегося необходимости понимания себя.

Подсознательное желание сопротивляется сознательному

— Чему мешает лень? Это плохая привычка, как вы считаете?

— *Да. Конечно.*

— Она плохая с точки зрения чего?

— *С точки зрения достижения цели лень — плохая привычка.*

— Если у вас есть цель, тогда и возникает понятие «хорошо — плохо». Если нет цели, то нет и понятия «хорошо — плохо». Значит, необходимо иметь цель, и тогда то, что помогает ее достижению, будет хорошим, а то, что мешает, — плохим.

Рассмотрим пример. Допустим, у нас очень мощный автомобиль, находящийся на плоскости, не имеющей трения. Вы полностью нажимаете на газ, колеса вращаются с огромной скоростью, но вы не движетесь. Нет сопротивления, нет и движения.

— *Получается, необходимы усилия.*

— Усилия прилагаются, и очень большие, двигатель работает на максимальных оборотах, колеса вращаются с бешеной скоростью. Что еще необходимо для движения?

— *Трение.*

— *Дорога.*

— Дорога может не иметь сцепления, тогда вы не сможете ехать по ней. Должны быть как минимум две составляющие для движения. Какие?

— *Сила тяги и сила сопротивления.*

— Сила тяги и сила сопротивления. Двигатель создает силу тяги, а сила сопротивления, возникающая между колесами и дорогой, дает возможность автомобилю двигаться. Если двигатель не работает, а сопротивление дороги есть, то автомобиль тоже не движется. Для движения необходимы две противоположно направленные силы.

Мы рассмотрели механику движения автомобиля, теперь приложим это к нашей жизни. У вас есть цель, которой необходимо достичь. Представьте, что вы сразу, мгновенно, достигаете этой цели. Теперь вы можете к ней стремиться? Нет. Вы будете искать следующую цель. Чтобы достичь поставленной цели, нужна сила сопротивления.

У вас есть сила тяги, направленная на достижение цели, и есть сила сопротивления, направленная противоположно цели, — например, лень. Получается, что лень является силой сопротивления силе достижения цели. Но без сопротивления движение невозможно. Так является ли лень ненужной? Она «плохая», но необходимая как второе условия для достижения цели. То есть она представляет собой силу сопротивления.

Людям кажется, что есть нечто мешающее достижению цели, убрав которое они обретут свободу. Если вы мгновенно, без всякого сопротивления попадете туда, куда предполагали попасть, то что вы будете делать дальше?

— *Искать что-то еще.*

— Да. Вы будете искать следующую цель и мгновенно достигнете ее. Что дальше?

— *Будем искать то, что достигается не мгновенно.*

— Тогда вы поймете, что сопротивление просто необходимо. Эта реальность устроена именно так. Она устроена дуально, что предполагает наличие двух противоположно направленных сил. В дуальной Вселенной человек — дуальное существо, и его восприятие тоже дуально. Поэтому для достижения цели ему нужно сопротивление.

Вы, находясь в дуальной реальности и имея дуальное восприятие, отторгаете сопротивление, называя его «плохим» или «негативом». Есть разные слова, которые в этом смысле можно использовать. Например, «злой — добрый». Вы говорите, что вы добрый, но тогда вы отторгаете себя «злого». «Злой» — как раз и есть та самая сила сопротивления. Если вы «позитивный», тогда вы отторгаете себя «негативного», что является также силой сопротивления. Если вы хорошая, значит не плохая, и снова отторжение «плохой», или силы сопротивления. Получается, что вы не признаете наличие закона дуальности этой реальности.

Мои пояснения каким-то образом повлияли на ваше представление о том, что вы хотели?

— *Сейчас — да.*

— Как повлияли?

— *Я думаю, что для достижения цели необходимо прилагать усилия.*

— Но вы и до этого считали, что их нужно прилагать. Лень же вы рассматривали как нечто, мешающее вам в достижении цели, и считали ее плохой. При этом вы не понимаете, что само достижение цели и возможность движения к ней связаны с наличием сопротивления. Не будет сопротивления, не будет и движения, либо это будет мгновенным перемещением в цель, а дальше возникнет поиск следующей цели, которой вы снова мгновенно достигнете.

— *Почему? Это же не факт, что следующей цели я мгновенно достигну. Будет же какое-то сопротивление.*

— Это факт, если вы отрицаете наличие силы сопротивления. Допустим, ничто не сопротивляется тому, чтобы вы достигли того, чего хотите. Тогда вы мгновенно достигаете своей цели. Это история, с которой вы начали.

— *С чего я начала?*

— Вот! Вы уже не помните. Это нормально. При дуальном восприятии у человека мышление подобно мышлению сумасшедшего. Он, собственно, и есть сумасшедший, который не помнит, что говорит, просто говорит что-то, и все. Когда его спрашивают, о чем же он говорил, он не помнит этого. Он и не может помнить. Здесь же возникает возможность сделать различение сумасшедшего, не помнящего ничего, от целостного, помнящего и знающего все. С сумасшедшего и спроса нет, а с целостного — есть.

— *Я помню, что мы начали говорить о свободе, потом перешли к свободе от чего-то.*

— Потом выяснилось, что вы хотите свободы от сопротивления.

— *Да.*

— Я говорил, что невозможно движение без наличия силы сопротивления. Будет мгновенное перемещение к вашей цели. Дальше вы оказываетесь в ситуации, когда вам уже этого не надо. Вы этого хотели, но вы это уже имеете. Вы не можете хотеть того, что вы уже имеете. Чтобы хотеть чего-то, вам необходимо к этому двигаться, а чтобы двигаться, вам необходимо преодолевать сопротивление. Допустим, вы хотите стать олимпийской чемпионкой и мгновенно ею становитесь.

— *Неинтересно.*

— Чтобы было интересно, необходимо преодолеть много препятствий, то есть силы сопротивления.

— *Это уже интересно.*

— Значит, сопротивление есть часть этой игры.

— *Да. Конечно.*

— Тогда лень — это что?

— *Это часть игры.*

— Это сопротивление. Есть сопротивление внешнее, и есть сопротивление внутреннее. Допустим, на вашем пути стоит забор. Это сопротивление внешнее. Вы начинаете ломать забор или пытаетесь перелезть через него, или взрываете его. Есть внутреннее сопротивление. Забора нет, а идти не хочется. Иди себе и иди, а идти не хочется. Ваша лень есть внутреннее сопротивление, и это часть игры.

— *Если надо, то просто делаешь, и все.*

— Что значит — делаешь?

— *Я не знаю. Получается, что делать просто.*

— Это скороспелый вывод. Мы опять вернулись к тому же, с чего и начали. Вы говорите, что просто надо делать, и все, но дальше у вас возникнет лень. Вы будете говорить, что надо делать, но вам лень.

— *Можно на лень не обращать внимания.*

— Вы не можете не обращать на нее внимания. Вы прожили уже определенное количество лет, пытались ли вы не обращать на лень внимания?

— *Да.*

— И что получилось? Она что, тут же исчезает?

— *Я делаю то, что запланировала. Вечером я запланировала сделать что-то утром. Утром просыпаюсь, и появляется мысль этого не делать. Я ее отвергала, вставала и делала.*

— Да, но вы же не игнорировали ее. Вы сейчас говорите так, словно ее нет. «Лень пришла, а я на нее внимания не обращаю». Лень что, просто ушла? Вы делали то, что запланировали, или вы преодолевали эту лень?

— *Я не знаю, как это можно назвать, я думаю, что не уделяла ей внимания, потому что мысль о лени могла бы развиться до больших масштабов. Я это сделаю завтра или еще когда-то.*

— Если вы ей не уделяете внимание, то лень исчезает?

— *Ну да, исчезает.*

— Тогда у вас нет внутреннего сопротивления.

— *Утром становится неприятно, и очень сильно.*

— Неприятно, потому что вы преодолеваете лень?

— *Ну да.*

— Так вы преодолеваете лень или она просто вдруг исчезает? Это две разные вещи.

— Почему?

— Например. Вы альпинист и хотите подняться на гору, но при этом вам лень это делать. Так вы будете подниматься или нет? Если да, то вам надо преодолевать свою лень.

— *Да. Но это же гора. Если я получаю удовольствие от того, что я сделала, значит, я могу сделать вывод, что преодолеваю лень, исходя из ваших слов.*

— Четко ли вы представляете то, что с вами вообще происходит? Сейчас из этого диалога что-то для вас ясно?

— *Вообще-то — нет.*

— Наличие двух противоположных сторон в личности делает так, что подсознательная сторона всегда является для сознательной стороны сопротивлением. Сопротивление — это то, что позволяет сознательной стороне двигаться к имеющейся у нее цели. В случае отсутствия сопротивления подсознательной части сознательная часть мгновенно достигла бы своей цели. Тогда мы не могли бы получать здесь тот опыт, который получаем.

Для примера возьмем космические корабли, двигающиеся не в трехмерных пространствах, а в более высоких. Они настроены на пилота, и когда пилот мысленно представляет то место, куда он хочет попасть, корабль туда сразу перемещается. Я показываю пример того, как это происходит в других, менее плотных, реальностях. Эта реальность очень инертная, очень материальная, плотная. Чем ниже частота вибраций, тем плотнее материя и тем больше сопротивление.

К чему я это говорю? Вести игру, которую хочет ваша сознательная часть, какой бы она ни была, мешает ваша же подсознательная часть, создающая силу сопротивления желаниям вашей сознательной части. Хотите ли вы жениться или развестись, родить ребенка, заработать больше денег, съездить в отпуск или еще что-нибудь, — это ваши цели, и чтобы их добиться, вам придется преодолевать сопротивление вашей подсознательной части.

Находясь в вибрациях третьего измерения, вы не можете получить желаемое сразу, потому что эта реальность плотная и дуальная. Вместе с появлением желания у вас сразу возникает сила, противоположная вашему желанию, то есть сила сопротивления. Эта сила внутренняя, но проявляться она будет через внешнее.

— *Получается, что даже и невозможно достичь цели.*

— Я не говорю, что невозможно. Я говорю, что трудно.

— *Борешься с сопротивлением, тогда не остается энергии для достижения цели.*

— Вы не можете не бороться с ним. Автомобиль, едущий по дороге, можно назвать борющимся с сопротивле-

нием дороги. Если тяжелый груженый автомобиль поднимается в достаточно высокую гору, то он очень сильно борется с сопротивлением и ему нужен очень мощный двигатель. На подъемы определенной высоты не все автомобили могут подняться, потому что их двигателю может не хватить мощности, за счет которой вырабатывается сила тяги для преодоления сопротивления.

— *Что это означает? Если не будет сопротивления, то…*

— Например, у вашего автомобиля очень мощный двигатель, но «лысые» шины, и вы на нем пытаетесь въехать на крутой подъем. Допустим, на дороге гололед. Что начинает происходить? Автомобиль сползает с горки назад, хотя мощность двигателя достаточно большая. Если бы гололеда не было, то автомобиль въехал бы на крутую горку, но при гололеде он сползает назад. Большая мощность еще не гарантия достижения цели. Необходимо иметь хорошее сопротивление.

— *Но не чрезмерное.*

— Желание чего-то предполагает отсутствие сопротивления.

— Чрезмерное сопротивление — это если ваш автомобиль вкопан в землю. К чему я это все веду? Я говорю о том, что дуальные части личности необходимы друг другу. У всех есть какие-то цели, и каждый хочет достичь их. Но вам что-то мешает их достичь: кому лень, кому внешние препятствия, кому его представления, кому какие-то люди и так далее. Если устранить такое сопротивление, то вам не надо прилагать усилия. Но это условия уже не трехмерной реальности. В этой реальности двигаться можно, только преодолевая сопротивление, то есть с усилием.

— *Сегодня я увидела, как борются две мои части. Еще я увидела, что хочу сейчас проговорить какие-то моменты. Я хочу проговорить что-то важное и вижу противоположную часть, которая не хочет говорить. Я к чему это веду? Попадаешь в ощущение совершенной пустоты. Что же делать? Где же ты есть?*

— Это происходит потому, что у вас нет цели. Если у вас есть цель, то для движения к ней необходимо сопротивление и, как следствие, приложение усилия. Чем мощ-

нее, грандиознее цель, тем большее внутреннее сопротивление она порождает. Если ваша сила тяги больше силы сопротивления, то вы движетесь к цели. Если же сила сопротивления больше силы тяги, то вы движетесь в сторону, обратную вашей цели.

Мы говорили, что энергия личности есть результат разведения ее дуальностей. Если ваша дуальность сильно разведена, то вы сознательно находитесь в какой-то из ее сторон, при этом противоположная сторона этой дуальности создает сопротивление, необходимое для такого движения. Это суть игры, происходящей в данной дуальной трехмерной реальности. Вы улавливаете?

— *Одно не может без другого.*

— Меня смущает состояние пустоты.

— Состояние пустоты — это состояние, когда вы ничего не хотите, то есть не активизируете свои внутренние дуальности.

— *Я поняла, что ты ведешь к тому, что нужно иметь желания. Нужно иметь некую отождествленность с какой-то из сторон. Если ты ее не имеешь, значит, нет и желания.*

— Если у вас нет желания, то ваш внутренний аккумулятор не заряжается. Вам тошно, потому что вы разряжены. Но это, скорее всего, не просветление, а страх действия. Личность разряжена. Ты сейчас говоришь именно о разрядке своей личности.

— *Мне важно было это узнать. Он чувствует некую другую энергию. Я не могу сказать, что это просто разряженность, нет.*

— Смысл игры в трехмерной физической реальности заключается в реализации определенных целей. Не так ли?

— *Если не выносить цель как нечто, к чему надо стремиться, а самому быть этим намерением.*

— Обратите внимание — мы говорим, что надо «быть в мире сем, но помнить, что ты не от мира сего». В этом мире находится ваша личность, но есть и то, что не от мира сего, что наблюдает за игрой вашей личности в этом дуальном мире.

Например, я могу сказать, что я просветленный и мне уже вообще ничего не надо. Зачем мне с вами работать?

Вы меня уже достали своим непониманием и сопротивлением. Это одна сторона игры, но есть и другая. Мне интересно поставить в этом мире спектакль другого качества. Поэтому я принимаю ваше сопротивление как условие моей игры.

ЧЕМ ОТЛИЧАЕТСЯ МАСТЕР ОТ УЧИТЕЛЯ?

Мастер и учитель

Учителю нужны ученики, а мастеру — сотворцы. Мастер знает, что все мы — люди — есть единое целое. Что на самом деле каждый человек знает все. И если он делает вид, что не знает чего-то, то это необходимое условие для получения им того опыта, который он получает. Мастер понимает, что главное — это интерес, а знание есть его следствие.

Учитель готовит учеников, которые ссорятся по поводу того, кто из них лучше и кого больше любит учитель. Мастера это не волнует.

Учитель готовит учеников. Мастер готовит мастеров. Учитель сопротивляется появлению другого учителя. Мастер рад появлению другого мастера. Эффективность работы мастера заключается именно в количестве мастеров. Ученик в лучшем случае станет учителем. Но он привязан к процессу обучения. Мастер не зациклен на процессе обучения. Мастер вообще ни на чем не зациклен.

Мастер находится в состоянии интереса, идущего из его Души. Мастер одновременно находится в мире Единства и в мире Разделенности. Что несет мастер? Мастер несет понимание того, что мы все единое целое. Это надо не просто знать, это должно быть твоим образом жизни.

Иисус и говорит: «Я есмь Жизнь, Я есмь Путь». Именно в состоянии мастера ты можешь это сказать. Такие слова исходят из переживания и видения единства всего со всем. Тогда для тебя нет ничего невозможного и ты прекрасно понимаешь, что ни для кого нет ничего невозможного. Кого бы я ни встретил, это я в разных проявлениях, разных формах, разных ви́дениях.

Все люди хотят одного и того же. Вы обращали на это внимание? Все хотят счастья, благополучия и так далее, но у разных людей разное видение того, как этого достичь, часто кардинально противоположное. Это порождает существующую неразбериху, борьбу и так далее.

Но на самом деле основная цель у всех одна. Это говорит о том, что мы и есть одно. Но это одно проявлено в разных вариациях, разных формах, в разных путях. Будучи мастером, ты уважаешь любую точку зрения, любое видение, любой путь любого человека. Ты понимаешь его священность, потому что перед тобой всегда Бог. Бог, проживающий ту или иную точку зрения.

Если ты видишь единство всего со всем, то ты это и будешь передавать. Я передаю то, что я чувствую и вижу. Каждый передает именно то, что он видит. Вы не можете передавать то, что не видите. Я имею видение целостности, и я его передаю. Я передаю видение, делающее нас творцами, которыми мы и являемся изначально, которыми были, есть и будем. Так из чего я исхожу, когда это делаю?

У меня есть основное намерение, и оно было всегда, но раньше я его не понимал так, как понимаю сейчас. Дальше я, наверное, буду понимать его значительно шире, чем я понимаю сейчас. Это намерение — Царство Божье на Земле. Это жизнь в мире Разделенности в состоянии сознания Единства. Это состояние нашедшего свой Дом. Это одновременное нахождение в двух Мирах: Мире Души и Мире Тела.

И я вижу, что это импульс Души каждого человека. Душа каждого человека хочет это пережить здесь, но его личность сопротивляется. Она имеет такие представления о себе, которые не позволяют ей почувствовать свое единство внутри и вовне.

Допустим, вы хотите изменить свое представление о себе. Выскажите свое новое представление о себе.

— *У меня нет разделенности.*

— Замечательно. Как вы будете строить отношения с другими людьми, исходя из новой версии себя?

— *Как говорилось, принимая людей такими, какие они есть.*

— То есть вы видите различия единого во множестве, но у вас не возникает необходимости борьбы с ними.

— *Эмоций не возникает*.

— Почему? Чувства возникают, причем очень разные. Вы думаете, Бог ничего не чувствует? Ничего подобного. Он чувствует все, что чувствуем мы — люди. Вы говорите о единстве, так переживите это единство. Оно сопряжено с новым опытом, а опыт — это переживание. А вы блокируете переживание нового. Вы создали новую идею о себе как о единстве, но блокируете ее переживание.

Вы можете ее воплотить только в опыте, то есть в переживании. Имея образ себя и всех как разделенных, враждующих, вы переживаете один опыт, одни чувства, но если вы имеете опыт себя как единого, видите в каждом самого себя, то это совершенно новые переживания. Это и есть то, к чему стремится Душа каждого человека.

Зачем же отделять переживание? Так вы себя отделяете от опыта. Если у вас есть новое представление о себе, то для того, чтобы укорениться в нем, вам надо его пережить. Мое намерение — быть в мире Разделенности в состоянии сознания Единства и это переживание.

Я выбираю его переживать, я выбираю быть в нем, я выбираю испытывать его каждое мгновенье. Не просто опыт разделенности и следующего из него страдания, непонимания, а опыт единства, радости и переживания этой радости как следствия видения единства.

Так вот начните передавать это представление другим людям. Я сейчас это и делаю, потому что знаю, что каждый здесь — это я. И я сам себе дарю то, что говорю вам. Я имею это переживание, я им делюсь. И я его получаю и опять делюсь. Понимаете, это бесконечно. Это все равно что перекладывать что-то из левой руки в правую, но каждый раз это умножается.

Говоря о сознании Единства, я переживаю себя как Единство. Отдавая вам это состояние, я получаю его в умноженном виде и опять переживаю себя как единство, любовь, целостность и осознание. И опять делюсь им и опять его получаю.

Но это же надо начать делать. Надо же начать с чего-то. Если вы хотите действительно почувствовать себя как единство, то начните передавать другим людям новое виденье себя. А иначе никак не сделаешь. Если вы будете

твердить: я единая со всеми, я единая со всеми, а потом вступать в привычно конфликтные отношения, не осознавая их, то получаете опять состояние разделение. Начните относиться к людям как к единому с вами.

Возлюби Бога, т.е. состояние Единства, как самого себя, — говорит Иисус. Потому что если ты отделил себя от Бога, то не понимаешь единства всего со всем. Потому что именно через Бога, который и есть МЫ, которое мы здесь представляем как множество, ты можешь полюбить самого себя. Иначе ты не можешь полюбить себя. Ты вечно будешь страдать какой-либо двойственностью: сомнением, глупостью, безобразностью, бедностью или еще чем-то.

Я ничего не навязываю, я просто передаю вам свое состояние. Почувствуете ли вы его, захотите ли переживать сами? Это зависит только от вас. Я говорю об определенных инструментах, с помощью которых это можно делать, если вы на самом деле намереваетесь создать и пережить новый образ самого себя.

Духовное развитие — это всегда переход к следующей версии самого себя. Если вы готовы перейти к новой прекрасной версии самой себя как единства со всем, то мы сможем обмениваться с вами состояниями, пока не известными на Земле.

Программист или мастер игры в дуальность

— Смысл вашей жизни определяется вами. То, что делаю я, можно считать бессмысленным или очень важным. То же касается каждого из вас. Вы можете взять любую известную вам роль и сыграть ее. Вы получите опыт. Ваш персонаж держится за роли, в которых он переживает состояние страха, но если вы осознаете свой страх, то будете питаться энергией другого, более высокого качества. Мы называем ее Безусловной Любовью и Осознанием.

— *Жить с позиции бессмысленности — просто не укладывается в голове.*

— Одно дело, когда ты попадаешь в определенные смыслы и являешься механизмом, вращающимся в этих смыслах, другое дело, когда ты выбираешь смыслы своей игры сам.

Механически живущий человек не может этого делать. Он попадает в систему смыслов, которые ему вкладывают, и он их просто реализует. Пробужденный может выбирать.

Если же человек живет механически, то он будет рождаться в новой роли, имеющей определенные смыслы, и механически их проигрывать, не имея никакого выбора. То, что мы делаем, это возможность прийти к выбору. У механически живущего человека нет такого выбора.

— *Чтобы тебе интересно было играть, какими должны быть мы?*

— Мой интерес исходит из того, что есть. Если мне нужно что-то другое, то я перейду к нему.

— *Ты делаешь выбор с полной ответственностью за этот выбор.*

— Само свойство ответственности является результатом моего Осознания самого себя. Реальность дуальной матрицы восприятия есть игра со множеством достаточно типичных ролей, имеющих свои общепринятые смыслы. Смысл роли матери, отца, дочери, любовника, бизнесмена и так далее. Просто это определенная игра, и персонажи, попадающие в такие роли, механически с ними отождествляются. Они получают опыт.

В своей работе я касаюсь всех возможных опытов. Я их касаюсь с точки зрения Осознания, то есть видения механизмов их функционирования. Фактически я выступаю как специалист по игре в дуальность.

— *И организатор этой игры.*

— Да. Допустим, что программист, создавший компьютерную игру, сам вошел в нее в качестве игрока. Он становится частью игры, созданной им самим. Все персонажи в его игре являются частью его программы как создателя этой игры. Для них Богом является Программист. Программист может изменить игру, вывести или ввести какие-то персонажи. Вы как персонаж входите в нее и получаете опыт.

Но сама игра может быть преобразована только программистом. Эта игра будет длиться столько, сколько нужно программисту. Но у этого программиста есть свой про-

граммист, программирующий игру программиста, создавшего игру в трехмерную реальность. Понимаете?

— *Программист, играющий игру в трехмерной реальности, может закончить эту игру?*

— Осознание себя — это возможность выхода на уровень сознания программиста. Будучи только персонажем этой игры, вы не можете выйти из нее. Вы можете выйти из игры, только выполнив то, что должен выполнить ваш персонаж согласно программе программиста, и затем умереть. Потом он опять войдете в игру, но в какой-то другой роли для получения уже другого опыта.

Я сейчас выступаю как программист, потому что это речь программиста. Я фактически передаю вам знания программы этой игры, о которой говорю как о механизме. Эта программа заложена в основу игры в дуальной трехмерной реальности. Я вам предлагаю выйти на уровень сознания программиста.

Некоторые персонажи данной игры начинают улавливать основные принципы построения этой игры, но если вы уловили основные принципы дуальной игры, то уже не сможете играть в нее только механически. Вы можете стать программистом либо остаться только персонажем в игре программиста. Если вы перейдете в состояние программиста, то не сможете играть свой спектакль так, как делали до этого.

— *Пропадает интерес к такой игре.*

— Есть интерес персонажа, и есть интерес программиста, создающего игру. Это разные интересы. Возьмите любую компьютерную игру, там у каждого игрока есть свой интерес. Если они дерутся, то их интерес — выиграть бой. Но эту игру создал программист.

Сами игроки очень узко понимают суть этой игры. У них есть свои частные интересы — например, победить противника. У них нет общих интересов. Они есть только у программиста.

— *Они их даже представить себе не могут.*

— Когда игрока лишают его интереса, то он говорит, что это конец, его жизнь кончилась. Как игрока, борющегося с другим игроком, да — кончилась. Как программиста, изменяющего игру, — продолжается.

Игрок, начавший осознавать себя программистом, видит смысл игры значительно шире. У него не отнимают его прежнюю роль, он может продолжать поединки, но ему это уже неинтересно. Ему теперь интересно видеть механизм самой игры и рассказывать об этом другим игрокам. Собственно, это я и делаю.

Многие игроки не хотят этого слышать. Им еще интересна игра, в которую они играют просто как однотипные персонажи. Они отождествлены с ролью, в которой находятся, и потому не хотят слышать ничего, что не вписывается в их обусловленные представления. Если они начнут слушать это и понимать, то смогут творчески играть свои роли. Но расстаться с привычным исполнением своей роли для них подобно расставанию с жизнью.

— *Сейчас идет сильный страх. Ты всегда говоришь, что отражаешь наше Высшее «Я», что это Высшее «Я» есть в нас.*

— Можете называть Высшее «Я» Программистом.

— *Хорошо. Ты Программист. Я игрок и играю сейчас свою роль. Ты говоришь, что отражаешь то, что такой же Программист есть и во мне. Это я проживала на прошлом семинаре. Я вдруг увидела себя и Программистом, и игроком в этом физическом теле, и органами этого тела, и взаимосвязями этих органов в теле. Я проецирую на тебя супермастера, Программиста, можно сказать — Бога. Мой персонаж зациклен на том, что он что-то знает, но ему не давал проговаривать это страх, что его не поймут, что будут осуждать. Страх показаться глупым.*

— Это и есть часть игры твоего персонажа.

— *Да. Когда я вышла в непривычное состояние, я как бы отсоединилась. Я Бог, я Программист, я создаю эту игру, в частности. Мне было интересно в этом состоянии, но страшно проговорить, что я могу этим быть. Но второй частью я была в противоположной стороне, которая тоже отсоединилась от меня и здесь получает опыт этой разделенности, войдя в эту игру.*

— Я провожу эксперимент по преобразованию игры в трехмерной реальности. Я рассказываю вам о правилах этой игры. Если игроки начинают усваивать это, то привычная игра начинает трансформироваться. Ты не можешь

играть по-старому, зная механизм игры. Это эксперимент, и я тоже не знаю, чем он закончится.

— *Ты показываешь нам условия, при которых мы стали игроками.*

— Я вижу, что игроки не хотят понимать условия игры, потому что отождествились с ролью игроков. Возможно ли разотождествление? Я не знаю. Это часть моего эксперимента. Я передаю вам знания, которые имеет Программист. Я передаю их игрокам, чем трансформирую эту игру.

— *Для этого есть твой пример. Это может развиваться, если игроки станут исследователями того, как они играют.*

— Я предлагаю вам стать Программистами своей игры. Начните видеть, как запрограммирована ваша игра. Я наблюдаю за тем, как реагируют игроки, когда им даются знания Программиста. Но само появление такого рода знаний в игре показывает, что программа будет изменена. В ином случае эти знания не должны были бы передаваться игрокам. Игроки, получающие эти знания, перестают играть по-старому.

— *Мы пока что далеки от того, чтобы перестать играть.*

— Я постоянно подвожу какую-то черту и рассказываю вам о том, что я на данный момент вижу. Это вызывает у вас какие-то определенные резонансы, о которых я и спрашиваю вас.

— *Моему персонажу сейчас важно похвалиться, что он что-то соображает. Он самый знающий, самый осознающий и понимающий.*

— Я могу сделать из этого вывод, что игрок, которому рассказывается об этом, не способен усваивать эти знания, а только выпендривается, как он всегда и делал в своей игре.

— *Да, это он делает всегда.*

— Он просто записывает то, что слышит, и выдает из той матрицы восприятия, в которой находится.

— *У меня идет такое ощущение, что как будто меня лишили чего-то. Сейчас у меня что-то отняли. Как-то неприятно внутри. Как же так — отняли какие-то высшие смыслы?*

— Каждый игрок в этой игре имеет свои высшие смыслы, позволяющие ему играть в свою игру. Но игрок играет механически. Когда ему рассказывают об этом, у него происходит отторжение.

— *С одной стороны, мы хотим выйти из игры, а с другой стороны, эти знания ошарашивают, и думаешь: что же тогда вообще может быть? Как-то все теряет значимость. Как-то уж очень непонятно.*

ПОСЛЕСЛОВИЕ. А ЧТО ДАЛЬШЕ?

Приглашение на семинары и консультации Александра Пинта

Наши семинары и консультации дадут тебе самый большой эффект для прохождения твоего индивидуального Пути к самому себе. Дело в том, что личностные программы каждого человека уникальны, как уникальны его земные уроки и задачи. Поэтому, знакомясь с нашими книгами и записями семинаров, ты сможешь уловить лишь общий подход к сборке себя, но для детального изучения своей индивидуальной программы тебе нужна непосредственная работа в одной из наших групп самоисследования. Почему это так?

Для правильного выполнения такой, я бы сказал ювелирной, работы необходимы определенные условия, главными из которых являются следующие:

1. Ведущий группы самоисследователей, знающий и прошедший все этапы Пути к целостности и гармонизации самого себя.
2. Группа людей, объединенная единым намерением к пониманию своей целостности и дающая возможность каждому из ее участников ускоренно осознавать свою личностную программу как условие своих уроков и задач.
3. Твое собственное сильное намерение к пониманию себя и готовность действовать в соответствии с ним.

Читать книги и слушать записи — одно, участвовать в семинаре — совсем другое

Наши книги и другие материалы в конечном счете являются **приглашением тебя** именно к такой непосредственной работе по самоисследованию и решению твоих жизненных задач и уроков.

Ты увидишь, что читать наши книги и слушать семинары — это одно, а прийти на семинар и участвовать в его работе — это другое. Почему так? Твое желание прийти на семинар или консультацию активизирует противоположную сторону дуальности твоей личности, а именно — ее сопротивление. Такое сопротивление может проявляться очень по-разному. Например, тебе будет казаться, что лучше пойти не сразу, а попозже, или что у тебя нет времени или денег. Возможно, у тебя обострятся имеющиеся проблемы: заболеет ребенок, не отпускают с работы, сам заболел, не отпускает муж или жена и так далее. Подобное сопротивление возникает у всех, кто собирается прийти к нам, поэтому будь готов к нему. Наблюдай за ним, сохраняя свою готовность прийти.

Проявления сопротивления очень полезны для нашей работы, если ты, конечно, придешь на семинар. Потому что оно проявляет и дает возможность увидеть твои основные уроки, заложенные в личностную программу. Ведь они присутствуют во всех ситуациях твоей жизни, хотя возможно, что пока ты этого не видишь. Начав работу по самоисследованию, ты отчетливо увидишь и осознаешь их, если, конечно, сможешь к нам прийти. В ином случае ты еще больше погружаешься в свои уроки без их осознания. Поэтому если ты уже готов к осознанному рассмотрению и исследованию своего жизненного опыта, то сможешь попасть к нам. Если еще нет, то продолжай накапливать такой опыт, находясь в состоянии отождествления с ним.

Вот какие семинары проводятся в нашей Школе.

Базовые

Эти семинары созданы для того, чтобы ты мог узнать саму суть нашего подхода к целостному пониманию себя и понять основы целостного устройства человека.

Мы можем посоветовать эти семинары тем, кто совсем не знаком или мало знаком с Целостной психологией Александра Пинта. Мы можем предложить:

- базовый ускоренный курс,
- базовый расширенный курс.

Тематические

Наши тематические семинары-тренинги — это не только Знание о Целостности, необходимое тебе для понимания себя и выбранной темы, но и эксклюзивная практическая работа по решению твоих главных задач, которые ты, возможно, называешь своими проблемами.

Эти семинары мы рекомендуем тем людям, кому их проблемы доставляют явный дискомфорт. Тем, кто уже готов действовать, используя целостный подход к решению своих жизненных задач. Названия семинаров:

- Мужчина и Женщина внутри и снаружи, или Любовь как она есть.
- Отец и Мать, или Кто и как сформировал личностную программу сценария твоей жизни.
- Несчастные случаи, болезни, конфликты, страдание — показатели твоего непонимания себя, или Как использовать неприятности для осознания себя.
- Почему вместе с тем, что вы хотите, к вам приходит и противоположное, или Как понять парадоксы своих желаний.
- Можно ли избавиться от негатива, усиливая позитив, или Как обрести полноту самовыражения.
- Жертва и Насильник — самая распространенная игра людей, или Как выйти из порочного круга вины и осуждения.

Выездные

Выездные семинары длятся не менее 5 дней и позволяют отстраниться от суеты повседневной жизни, чтобы взглянуть на свою жизнь со стороны. На таком семинаре мы можем рассмотреть любую тему, которая тебя интересует.

Если тебе необходима смена обстановки для глубокого погружения в свой внутренний мир, возможность интен-

сивно общаться и взаимодействовать с другими участниками семинара, возможность использовать дополнительные консультации для еще большей ясности в́дения, то такой семинар — для тебя.

Выездные продвинутые

Эти семинары — настоящее погружение в неизвестное. И это неизвестное — ты. Такой ты, которого ты еще не знаешь, тот ты, которого ты забыл. Это непросто для личности, так как чем сильнее неизвестное, тем сильнее неопределенность. Именно с неизвестностью и неопределенностью встретится каждый участник такого семинара. Но неопределенность и есть та самая дверь, за которой откроется Новое.

Если тебя интересует по-настоящему новая Жизнь, а не повторение уже известного, то этот семинар для тебя. Такой семинар дает самые большие возможности каждому его участнику.

Индивидуальные консультации

Индивидуальная консультация позволяет очень детально рассмотреть специфику задач и проблем, присущих именно твоей личностной программе, и те вопросы, которые ты пока еще не готов обсуждать в присутствии других людей.

Вы можете сами организовать проведение тренинга в своем городе. Для этого вам надо позвонить по телефону: (495) 506-74-18 или (925) 506-74-18 в г. Москве (Школа Целостной психологии) и обговорить организационные условия их проведения.

Также вы можете посетить наши тренинги, которые проводятся в Москве и других городах. Для этого вам надо позвонить организатору. Расписание тренингов и телефоны организаторов смотрите **в Интернете на сайте www.pint.ru** Если вы хотите что-то сообщить нам, пользуйтесь нашей электронной почтой.

За годы существования Школы состоялось огромное множество семинаров и постоянно организуются новые. Вы можете ознакомиться с ними в аудио- и видеозаписях. Чтобы помочь вам выбрать действительно нужный диск

семинара, освободив обусловленный ум от участия в этом действии, мы разработали Указатель материалов «Катализатор Осознания». Вы можете ознакомиться с ним и сделать заявки на заказ аудиосеминаров на нашем сайте в разделе «Материалы» — **Материалы «Катализатор Осознания».**

Сайт Школы Целостной (Холистической) психологии Александра Пинта: www.pint.ru

ВПЕЧАТЛЕНИЯ УЧАСТНИКОВ СЕМИНАРОВ

Сначала была обыкновенная жизнь

Сначала была обыкновенная жизнь. Как считается, благополучная семья, детство, школа, институт. Вроде все складывалось нормально. Опыт юношеской влюбленности привел, как тогда казалось, к драматической развязке, в результате которой возникла серьезная болезнь.

Фактически я был выбит из колеи, и мне казалось, что я падаю в пропасть. Я пытался искать поддержку в окружающем мире, но кругом люди были заняты только своими делами, заботами и проблемами. Попытки вырваться из этого состояния привели к книгам Ошо. При чтении этих книг пришло понимание того, что помимо мира внешнего, существует совершенно потрясающий и необъятный мир — мир внутренний. Что на самом деле в нас есть что-то, что не подвластно смерти.

И это открытие как будто дало мне точку опоры. Дальнейшее изучение этих книг в сочетании с медитациями позволило мне вернуться к так называемой нормальной жизни, то есть как все. Жизнь потекла своим чередом — выполнение программы «построить дом, вырастить сына, посадить дерево». Но это все было в мире внешнем, и где-то в глубине души я помнил, что теперь у меня есть тайная тропа в другой мир, и я как будто бы ждал какого-то события, чтобы вновь на нее вернуться.

Но вот дом построен, дерево посажено, родилась дочь, и когда, казалось бы, все цели были достигнуты, стало скучно. Я подсознательно чувствовал, что чего-то не хватает. Но так как я не понимал, чего, то это непонимание

привело меня к проблеме, которую решить было нельзя. На тот момент я расценивал свое состояние как «день сурка». И, подсознательно следуя герою этого известного фильма, чтобы вырваться из этого дня, я влюбился.

У меня было представление, что полностью отдавшись этому чувству, я смогу понять что-то большее. Но весь трагизм ситуации состоял в том, что эта женщина была смертельно больна. Тема смерти, причем неотвратимой, вновь стала для меня актуальной. Отношения с семьей были на грани разрыва. Просто чтение книг уже мало помогало. Я решил, что мне нужен учитель, которому я мог бы сдаться, и я начал планировать поездку в Индию в ашрам Ошо. Вот, собственно, находясь в этом состоянии, я и наткнулся «случайно» на сайт Пинта.

В поисковике Интернета я набрал слово «Ошо» и, кликнув на очередную ссылку по результатам этого поиска, у меня открылся отзыв Людмилы из Литвы, опубликованный на сайте Пинта. Затем я изучил сайт и прочитал отрывки из книг. То, о чем там говорилось, было до боли близко. Но, как говорится, «нет пророка в своем отечестве», у меня были сомнения по поводу того, что это именно то, что нужно. Типа только на Востоке есть просветленные.

Но отзыв Алексея из Челябинска сыграл для меня роль катализатора. Он говорил про то, что он нашел своего мастера. Приняв на себя ответственность за правильность или за неправильность своего решения, я решил пойти на семинар. Причем на тот момент я не прочитал ни одной книги Пинта и не совсем представлял, о чем там будет говориться и как это будет проходить.

Самое интересное, что в тот период, от момента моей заявки на участие в семинаре до самой даты семинара, у меня было сильное желание попасть туда. Но уже по дороге на семинар появились сомнения — а может не надо, может само все рассосется. Подойдя к двери, меня обуял непонятный страх, и мне понадобилось усилие, чтобы нажать на кнопку звонка. Так я встретился с Сан Санычем.

Надо сказать, что мои представления о том, каким должен быть настоящий просветленный мастер, не оправдались. Находясь под впечатлением книг и видеокассет Ошо, я ожидал увидеть великого гуру и учеников, благоговейно

смотрящих на него, но я увидел совершенно обыкновенного человека, который был занят совершенно обычным делом — собирал какой-то стул. Я находился в напряжении от встречи с неизвестным, с новыми людьми и не мог чувствовать ничего больше.

Потом начался семинар. В первый день я не совсем понимал или совсем не понимал, что происходит. Пинт задавал мне вопросы. Мы рассмотрели мою проблему с точки зрения дуальности. Все, что говорил Пинт простыми словами, казалось так просто, что вот только сделай раз, сделай два — и проблема исчезла. Что на самом деле любая проблема — это конфликт двух противоположных частей внутри самого же человека, но эти части проецируются на окружающий мир, создавая иллюзию, что проблема в окружающем мире.

Я все время пытался найти в его персонаже что-то запредельное, не понимая, что находясь в пределах ума, это невозможно. Он говорил, что он самоисследователь и просто передает свой опыт. Я воспринимал всю информацию в основном ментально. Мне казалось, что я нахожусь на каком-то сеансе психотерапии. Я тоже задавал много вопросов, пытаясь выяснить точку зрения Пинта и сравнить ее с тем, что я почерпнул из эзотерической литературы.

Противоречий в том, что он говорит, я не видел или не хотел видеть. Однако что-то мне подсказывало, что помимо логических заключений есть что-то еще, и мне хотелось это почувствовать. И это произошло на второй день — когда Сан Саныч начал говорить о своем состоянии, у меня вдруг что-то щелкнуло, и я почувствовал, что это именно то, что мне нужно, хотя что значит «мне» не совсем было понятно. Но вот на этот вопрос, собственно, мне и нужно ответить.

Кто такой «я» и почему вокруг меня закрутились все эти проблемы? То есть на тот момент мои вопросы были связаны в основном с моей главной проблемой. Сан Саныч говорил, что человек — это всего лишь машина, компьютер «тело-ум» с заложенными программами, который потерял связь со своей душой, или, как он называет, истинным «Я», и эту связь как раз и нужно восстановить. Мы просто забыли, кто мы есть на самом деле.

Мне трудно было во все это поверить. Как это так — не в Индии или еще где-то, а здесь, в Москве! Так я узнал, что такое Процесс, и после семинара мне стало ясно, что мне хочется это продолжать. А дальше… Дальше были еще и еще семинары. Взлеты, падения, сомнения, шаг вперед, два назад.

В силу сильного отождествления с моей основной проблемой оказалось очень трудно понимать, что на самом деле все проблемы создаю я сам и они мне нужны для получения опыта, необходимого моей душе. Но постоянная душевная боль и страх не давали покоя, и намерение выйти из этого приводило на семинары. Постепенно я начал осознавать, что помимо моей основной проблемы в моей жизни присутствует и куча других, и все они связаны с болью и страхом. Постепенно я сформулировал свой запрос как выход из боли и страха.

Сейчас я начал понимать, насколько трудную и практически невозможную работу выполнял и выполняет Сан Саныч. Он постоянно повторял и повторял практически одно и то же, дабы мы что-то услышали и поняли. Но процесс осознания шел очень трудно. Прослушивая и печатая семинары, я все время удивлялся и удивляюсь — ну как же так, ведь то, что вдруг стало ясно теперь, мне было сказано еще тогда! Но что поделаешь — как может первоклассник понять то, о чем говорят в десятом классе?

Начитавшись книг Ошо, мне казалось, что достаточно найти мастера — и дело в шляпе. Он поможет мне стать просветленным и т.д. и т.п. Однако оказалось все не так просто. Самым важным, как я понимаю на данный момент, является наличие собственного запроса на выход из боли и страха. Но все дело в том, что мой ум очень хитер и даже процесс и Сан Саныча пытается использовать в своих целях, продолжая ту же игру — желание желать, в данном случае просветления, и нежелание брать ответственность на себя. Хотя Саныч постоянно твердит, что нет никого кроме меня самого и это все мой спектакль.

Таким образом, появляется иллюзия, что я куда-то двигаюсь и все якобы в порядке. Что все кругом благостно и счастливо. Но это просто попытка избежать болевого опыта и страха. Если ты не чувствуешь боли и страха, то

куда идти и зачем? Типа ты и так счастлив. Где запрос, если нет боли и страха?

В башке возникает путаница. Поэтому периодически возникают мысли, что это все ерунда, а Саныч — типа шарлатан. В результате этого возникает тяжелое внутреннее состояние, то есть — боль. Туда ли я иду и нужно ли мне это? Но если внимательно приглядеться, то даже здесь опять можно увидеть то, о чем постоянно говорит Саныч, — дуальность и связанный с ней внутренний конфликт двух моих частей «Учитель-ученик».

Эти две части во мне. Часть «учитель» проецируется на Саныча, то есть я не вижу и не принимаю в себе эту часть, а отождествляю себя с частью «ученик». В результате ученик постоянно осуждает учителя, что тот никак не может его научить. И в то же время «ученик» чувствует жалость к себе, что он такой несчастный, никак не может духовно развиться. А учитель постоянно осуждает ученика за то, что он такой тупой и никак не может усвоить то, что много раз ему повторялось.

Но, так как и учитель и ученик — это я, тут мы видим все ту же игру в жалость к себе и осуждение самого же себя. Если есть желание продолжать эту игру, то можно ничего не менять и играть дальше. Но если есть запрос на выход из этого, то нужно принять и учителя и ученика в себе. И тут возникает вопрос — если я сам себе и учитель и ученик, то зачем, например, ходить на семинары, участвовать в этом процессе? Незачем. Шутка.

По этому поводу я бы сказал следующее. Боль и страх проявляются не только в данной ситуации, но и во множестве других — отношениях с родственниками, на работе и т.д. Поэтому запрос на выход из боли и страха по-прежнему для меня важен. Я воспринимаю персонаж Саныча как человека, который смог это сделать и просто передает свой опыт.

Поэтому основной движущей силой моего участия в семинарах является мой интерес к тому, что он говорит и делает. Я бы назвал это доверием. И то, что он говорит, можно проверить на своем опыте. А в этом мне помогают другие члены группы самоисследования. Ведь практически невозможно говорить на эти темы с другими людьми в так называемой нормальной жизни, потому что, как ни

странно, эти вопросы очень мало кого волнуют и вызывают только непонимание и раздражение.

Из общения с Пинтом и другими членами группы самоисследования я начал понимать, что ответить на все вопросы могу только я сам и никто мне не выложит ответы на блюдечке с голубой каемочкой. Что основной вопрос — это какой «я» хочет получить ответы на эти вопросы? А для того, чтобы понять это, как раз и необходимо исследование самого себя. Окружающие люди и «возникающие» проблемы не мешают, а наоборот, помогают мне в этом. Это просто зеркала моего внутреннего состояния, которое отражается в окружающем мире. А ведущая сила в этом — мое намерение.

В промежутках между семинарами идет постоянная смена состояний, начиная от эйфории, когда тебе кажется, что ты можешь разобраться во всем, до полного непонимания того, что происходит. В такие моменты хочется послать все подальше. Но какая-то сила не позволяет этого сделать, потому что максимум кого я могу послать — самого себя. И останусь в том же самом, в чем и был. И это будет повторяться бесконечно. Но я выбираю возможность выбраться из этого.

Ой, что-то я слишком серьезен. Ведь насколько я теперь понимаю фразу знаменитости — «Весь мир — театр, а люди в нем — актеры». А какую роль играть — выбирать нам. Так что если вы хотите продолжать играть трагические роли, то это ваш выбор. Не хотите — милости просим на семинары.

Роман

Партнерство с самим собой

Я хотел попросить денег на семинар у дяди, но не стал, потому что это было бы сделано из вины и страха, к тому же мне нечем отдавать, но я купил билеты из интереса и не жалею. Почему нужно обязательно прокручивать привычные для моего персонажа варианты, может быть есть что-нибудь еще? Я сказал себе, что все сложится таким образом, каким мне нужно. Я впускаю в свою жизнь новых людей, новые события и неординарные способы реализации моего намерения. Да будет так!

Участник, ты едешь ради репутации в группе? Но тогда будешь постоянно переживать по этому поводу, и все равно к тебе кто-нибудь да придерется. К черту репутацию! Очнись ты уже. На августовском семинаре мы лупили друг друга по щекам — вот и тебе нужна хорошая пощечина пробуждения, а ты от нее увиливаешь. Ну скажет Саныч о твоей никчемности, и что дальше, хочешь гордыню неприкосновенности сохранить? На семинаре Саныч сказал мне: «Андрей ты уже всех задолбал», — и я благодарен ему. Он мне показал то, что мне было сложно увидеть самому.

Это же урок, который ты почти игнорируешь. А как Саныч «опустил» Нину, когда она сказала, что не едет в Сочи, а едет в Норвегию, — даже мое эго от этого «пострадало». И посмотри на Нину сейчас — она осознала эту иллюзию. Это же чудо!

Ты сделал первый шаг, купив билеты, и тогда ты узнаешь свой следующий шаг, потому что ты доверяешь Духу, Самому Себе.

Казалось бы, все, что мешает поездке на семинар, это время и деньги. И будь у нас и то и другое, мы, типа, ездили бы на семинары и все было бы замечательно. Но это был бы сон! Поэтому у нас по программе нет ни времени, ни денег. Тогда, казалось бы, и все: либо сиди дома и не рыпайся, либо прикладывай усилия, чтобы тебя не считали белой вороной. Но это не то.

У личности по программе есть ровно столько денег, сколько ей нужно на выживание по этой программе! Но мы не только личность, мы еще и Дух, тогда почему бы нам не призвать Дух на помощь? Почему бы нам самим не помочь себе, а программа пускай идет только на пользу?

Да, мы делаем свою часть работы, но этого мало. Почему мы игнорируем Нас не от мира сего? Почему доверяем только своей личности, уныло перебирая в уме людей, у которых можно было бы занять, и занудно рассчитываем схемы отдачи долгов? Мы не одни! Но так ли мы считаем? А в конечном счете получаем именно то, во что верим и о чем думаем.

Если верим только в свой персонаж, то получим одни «корешки», потому что «вершки» недоступны для физического взора. Без партнерства с Духом — фактически с Са-

мим Собой — мы не осилим этот путь. Если кто-нибудь вызовется все-таки его осилить в «одиночестве», то это будет сделано скорее ради репутации и прочей мишуры. Качество жизни не изменится. Такова объективная оценка, если так можно выразиться.

Мне хочется помочь, потому что у меня самого сложное состояние. Только мы сами можем это изменить!

Андрей

Я получила много подарков осознания, которые еще предстоит распаковать

Я поехала на семинар с намерением пережить состояние партнерства с духом и единства с группой. Во время подготовки к семинару появились азарт и возбуждение, когда делаешь что-то экстремальное, авантюрное, но необыкновенно важное. Очень помогало понимание того, что люди из группы рядом со мной также исследуют свои заморочки, свое сопротивление.

Энергия, аккумулируемая Сан Санычем и группой, создавала такой резонанс, что я чувствовала, что у всех, кто заявил о намерении быть на семинаре, это получится. Очень рада, что перед семинаром свои проблемы я почувствовала в концентрированном виде. Потому что для преодоления страха перед возможными трудностями я попала в состояние, когда ответы на некоторые вопросы приходили в мой ум как бы сами. Были мгновения чистого сознания, когда я получала непривычное, новое видение некоторых болезненных жизненных ситуаций.

Сам семинар проходил в непривычном и немного сумбурном для моей личности ритме, и это позволило начать отслеживать сопротивление процессу. Я почувствовала, насколько прочно и глубоко во мне укоренились программы, переданные родителями. Было очень сложно и стыдно начать видеть в себе то, что годами интенсивно ненавидишь в других. Даже не подозревала, с каким тяжелым грузом я пытаюсь жить.

На семинаре я нечасто ощущала состояние радости и любви — было раздражение, жалость к себе и другие разновидности страха, но я старалась не прятать это от себя самой, чтобы затем осознать и поблагодарить. Вооб-

ще я здесь получила много подарков осознания, которые еще предстоит распаковать, и потренировала свои навыки в решении разных жизненных задач. Но, самое главное, что на семинаре укрепилась моя тяга к Единству, к жизни из интереса, к сотворчеству с группой. Переживание уникального на Земле состояния нашего общего Дома притягивает как магнит. Я чувствую, что в группе рождается абсолютно новый опыт ЖИЗНИ. Огромное спасибо всем участникам семинара!

Вернувшись домой, я попробовала свои силы в изменении некоторых накатанных личностных реакций. Хотя это для меня нелегко, но работает. Некоторые сложности отпали сами собой. Вообще здесь все сильно изменилось, как будто ту мозаику, которую я сложила собственным восприятием, кто-то перемешал, так что есть повод для уточнения условий своей задачи.

Наталья

СОДЕРЖАНИЕ

Вместо предисловия. 3
Человек и голос 4
Краткое введение в Целостную психологию 6
Чем является эта книга для тебя?. 20
Путеводитель самоисследователя 28

Игра в выживание
Зачем нам нужна игра в разделенность?. 42
Каковы правила вашей игры?. 44
Уроки дуальности 49
Жизнь и смерть 51

Опыт и его проживание
Сопротивление. 55
Перепроживание своего прошлого 62
Изменение себя во времени. 66
Выбор смысла 70
Точка зрения и ее переживание. 70

Разделенный человек
Непонимание. 73
Как увидеть состояние разделенности в себе? 74
Инь и ян 77
Самоосознание 79
Почему мы забываем себя?. 81
Влияния 82

Дуальность
Целостное понимание прекращает борьбу 87
Осознание дуальностей 95
Часть и целое. 98
Видимость и действительность. 99

Дуальное восприятие личности 103
Реинкарнации 106

Личность

Дуальность личности 107
Два режиссера и сценарист 109
Сценарист, режиссер, актер 110

Обусловленный ум

Как работает наш ум 112
Ум и чувства 114
Техническое самообслуживание ума 117
Ожидания 120
Убеждения 121
Язык 123

Самоисследование

Запрос 125
Ваш запрос — это билет в наш процесс 127
Импульс самоисследования 128
Процесс самоисследования 131
Видеть дуальность в себе 134
Трансформация страха (сопротивление) 136
Чистота намерения 141
Тема вашего самоисследования 143
Группа самоисследователей 144
Зеркала 146
Страсть к пониманию себя 147
Накопление энергии 149
Собирание себя 152
Самокопание и самоисследование 154
Эксперимент самоосознания 159
Техники 164
Школа Холистической психологии 165
Завершение одного из этапов самоисследования 167

Работа с личностными дуальностями

Спящий человек говорит,
но не понимает, что он говорит 180
Негатив так же важен для нас, как и позитив 186
Наблюдение за работой ума 196
Принятие теневой стороны 197
Как оседлать парадокс дуальности? 200
Смысл и бессмысленность 204
Ненависть 211
Правда лжи 212
Духовное и материальное 214
Зависимость от чужого мнения 215
Обязательства и долг 216
Ревность 218
Куда уходят ваши силы? 220
Иллюзии 221
Напряжение и расслабление 222
Кто у вас хозяин? 224
Здоровье — болезнь 225
Вера — недоверие 229
Гордыня нищеты 231
Самоубийство 236
Унижение и возвеличивание 243
Проблема 245
Зависимость — независимость 246
Обман и честность 248
Парадокс 251
Привычный способ реагирования 252
Как мы творим свою жизнь? 255
Личность постоянно доказывает
свое существование 257
Дуальность денег 258
Измена или изменение 259

Сопротивление личности
пониманию единства. 260
Самооценка — это другое название гордыни. 263

Осуждение и вина

Проявляйте свой негатив,
чтобы осознать его. 269
Механизм вины и осуждения 274
Как можно осознанно осуждать
другого человека? 278
Кайф осуждения. 280
Насильник и жертва. 281

Личностные желания и выбор души

Желание хотеть 289
Выбор 289
Парадокс желаний. 290
Намерение и желание 295
По какой схеме работают наши желания? 297
Выбор души — альтернатива желаниям личности . . . 308
Приказ и просьба. 314
Секс. 316
На что вы тратите свою энергию? 317
Подсознательное желание
сопротивляется сознательному. 318

Чем отличается мастер от учителя?

Мастер и учитель. 326
Программист или мастер игры в дуальность 329

Послесловие. А что дальше? 334
Впечатления участников семинаров 338

Возлюби свою индивиДуальность
Что нужно сделать, чтобы научиться принимать и любить себя, но не иллюзорного, которого хочется видеть, а настоящего, такого, как есть? Для начала нужно стать целостным, то есть в полной мере собой, и научиться видеть себя со стороны. Искусство целостности и самоприятия вы сможете освоить благодаря данной книге. В ней автор не только делится своими наработками, но и на живых примерах раскрывает суть опыта разных людей, прошедших по этому благодатному пути.

Зеркало для личности
Как мы воспринимаем мир? Видим ли мы себя такими, какие мы есть на самом деле? Если вы будете честны с собой, то, задумавшись над этими вопросами, скажете: да, я многого не принимаю в себе. Я многого в себе просто не желаю видеть, не желаю знать. Но почему? А потому, что я не хочу быть плохим!

Не спящие во сне, или как победить самого себя
Часто приходится слышать от разных людей: «Я не понимаю себя» или «Не знаю, что меня заставило так поступить, обычно я так не делаю». Складывается впечатление, что в человеке может действовать некто другой, некто непонятный, непредсказуемый. И в большой степени это на самом деле так. Внутри нас есть кто-то, кто боится, кто-то, кто зол или резок, или напротив – излишне уступчив… В общем, кто-то, кто «не я». Бывает, что мы не справляемся с собой, но при этом почему-то не задаёмся вопросом: Кто с кем не справляется?

Путеводитель для идущего к себе
Данная книга Александра Пинта является необходимым дополнением к книгам «Возлюби свою индивидуальность», «Зеркало для личности» и «Не спящие во сне». В книге собраны короткие парадоксальные высказывания автора, отражающие суть целостного восприятия и понимания человеком самого себя. По мере прочтения книги вы почувствуете, что некоторые из них затронут вас очень глубоко, создавая наиболее сильный резонанс. Прочувствуйте их.

Разочарованное очарование, или как стать осознающим
Самоисследование. Исследование себя… Зачем это нужно? У каждого есть личность, которая, как правило, находится в конфликте сама с собой. Поэтому люди не могут достичь желаемого, построить хорошие отношения с окружающими, заработать денег. Люди даже не могут понять, что происходит в их жизни на самом деле, чем мотивированы их поступки и желания, что стоит за их словами. Для того чтобы понять суть внутренних конфликтов и устранить их, нам и необходимо исследовать себя.

Школа Целостной психологии

Пинт Александр

Алхимия парадокса,
или
как трансформировать свое эго

Подписано в печать 05.08.11.
Формат 84x108/32. Усл. печ. л. 18,48.
Тираж 2000 экз. Заказ №

ООО «Амрита»
109153, Москва, ул. Моршанская, д. 3, корп. 1
тел./факс: 8 (499) 264-05-89, тел.: 8 (499) 264-05-81
e-mail: info@amrita-rus.ru www.amrita-rus.ru

Книга — почтой: 107140, Москва, а/я 38
тел.: 8 (499) 264-73-70

Розничный магазин:
ул. Краснопрудная, д. 22а, стр. 1.
Тел.: 8 (499) 264-13-60

Отпечатано в полном соответствии
с качеством предоставленных диапозитивов