

## Зеланд Вадим - КЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности



УДК 141.339 шк 86/12 3 48

Зеланд В.

Я-IS КЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности / Вадим Зеланд. — М.: Эксмо, 2013. — 301 с. — (Вадим Зеланд).

ISBN 978-5-699-65041-5

Вадим Зеланд один из самых читаемых современных писателей, автор более десятка книг-бестселлеров о сенсационной методике управления реальностью под названием «Трансерфинг». Произведения Вадима Зеланда переведены на 20 языков.

В новой книге даются нестандартные решения типичных проблем на основе реальных ситуаций из писем читателей. В этих письмах — целые жизни, трагедии, безвыходные положения. Людей волнуют одни и те же вопросы: здоровье, отсутствие перспектив, нереализованное. Но выход всегда есть. Парадокс в том, что искать его не надо — он сам объявится. Как это делается, вы узнаете.

Вы также узнаете, что такое иллюзия стадной безопасности и куда она ведет. В действительности человечество бредет в никуда. Так ли это на самом деле, вы сможете оценить сами. КЛИБЕ; — это реальный способ выйти из стада, осмотреться, найти свой уникальный путь и начать ему следовать успешно и независимо от общего потока.

УДК 141.339 RKK 86.42

© Зеланд В., «сет», 2013

•Й Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2013

ISBN978-5 699 65041-5

[Зеланд Вадим - Вершитель реальности](#)

[Зеланд Вадим - Вперед в прошлое!](#)

[Зеланд Вадим - Сновидения наяву](#)

[Зеланд Вадим - Трансерфинг реальности](#)

[Зеланд Вадим - Управление реальностью \(книга 4\)](#)

[Зеланд Вадим - Шелест утренних звезд](#)

[Зеланд Вадим - Яблоки падают в небо](#)

[Зеланд Вадим - Апокрифический Трансерфинг](#)

[Зеланд Вадим - Взлом техногенной системы](#)

[Зеланд Вадим - Клип трансферинг. Принципы управления реальностью](#)

[Зеланд Вадим - ТАРО пространства вариантов](#)

[Зеланд Вадим, Сарно Чед - Живая кухня. Трансерфинг обновления](#)

### СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие 9

ЧАСТЬ 1. ПОИСК ЦЕЛИ 11

Ставим цель ! 11

Выходим из строя 17

Вы — самодостаточны — всегда 23  
Сложные вопросы, простые ответы 29  
Цель найти свою Цель 37  
У всякой проблемы есть решение 44  
Цель и миссия 49  
Смотримся в зеркало 53  
Меняем установки 60  
От кого зависит мое счастье? 66  
Становимся достойными -.74  
Поднимаем энергетику 78  
Создаем свой мир 87  
Вытаскиваем себя за шиворот 94  
Прекращаем думать ЮЗ  
Я все решу сама 110  
Зачем я здесь? ИЗ  
ЧАСТЬ 2. ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛИ 120  
Начинаем движение 120  
В единстве души и разума 123  
В одном шаге от прекрасной жизни 126  
Двигаемся к цели 129  
Наблюдаем 135  
Начинаем действовать 136  
Открываем двери 139  
Действуем 148  
Снимаем свое кино 154  
Как снимать свое кино 161  
Снижаем важность \*... 172  
Освобождаем внимание 177  
Разрываем шаблоны 183  
Проходим сквозь зеркало 186  
Эта Вселенная — ВАША 191  
Список иллюстраций

Задаем свою реальность 193  
Алгоритм достижения цели 199  
ЧАСТЬ 3. НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ 206  
Серфинг, шоколад и кЛИББ 206  
Яичная безопасность и свобода в техногенной системе 210  
Экология духа 210  
Манипуляция массовым сознанием 214  
Свобода выбора зависимости 219  
Человеческая ферма 223  
Сознание киборгов 228  
Унификация клонов 232  
Личная экология 236  
Глобальный эксперимент 240  
Вопрос личной безопасности 243  
ЧАСТЬ 4. НОВЫЙ ЛРКАИМ 247  
Потерявшиеся дети 247  
Глупая затея 250  
Фатальное изобретение 252  
Трочники от науки 253  
Системное государство. 258  
Коллективный разум 261  
Почему? 265  
кЛИББЕ 267  
Забытая технология 272  
Хлеб и живое питание 277  
Обработка зерна 278  
Рождение закваски 281  
100% Ржаной хлеб 286  
Другие варианты 292

## Предисловие

В последнее время наблюдается одна тревожная тенденция: люди устали» еще не начав жить. Я э го вижу по статистике суицидов и депрессии, превратившейся уже в пандемию. А также по растерянным письмам читателей, особенно молодых, которые находятся в общем для всех затруднительном положении: не знают, что делать со своей жяззью.

Трансерфинг как метод управления реальностью уже многим помог решить проблемы и обустроиться. Но многие же испытывают затруднения, как применить принципы Трансерфинга в конкретных ситуациях. В предыдущих книгах достаточно полно изложена вся теория. Здесь рассматриваются чисто прикладные вопросы — как использовать принципы, па основе реальных примеров из писем.

В этих письмах — целые жизни, трагедии, безвыходные положения. Людей волнуют одни и те же проблемы: здоровье, отсутствие перспектив, нереализованность. Но все проблемы решаемы. Выход всегда есть. Парадокс в том, что *искать его не надо* — он сам объявится. Как это делается, вы узнаете.

Некоторые письма достаточно большие, по я намеренно не стал их сокращать, потому что, читая их, вы сами многое поймете и многому научитесь. Мои ответы будут лаконичны и по существу — что нужно делать в конкретной ситуации. Каждый наверняка найдет здесь решения каких-то своих вопросов.

Вы также узнаете, что такое чувство стадной безопасности и куда оно ведет. В сущности, проблемы у всех одни и те же но той причине, что человечество, даже с учетом претензий на высокий уровень развития, остается подобным стаду низнеорганизованных существ. При этом у каждого возникает иллюзия, что если все бредут куда-то вместе, то это и безопасно, и правильно.

В действительности человечество бредет *в никуда*. А *иллюзия стадной безопасности вовсе не гарантирует саму безопасность*. Так ли это на самом деле, вы сможете оценить сами, прочитав третью и четвертую части книги — «Новая реальность» и «Новый Лркаим».

Книга не претендует на спасение человечества, но даст ответ на вопрос, что со всем этим делать отдельному индивиду. кЛИБЕ — это реальный способ выйти из стада, осмолтреться, найти свой уникальный путь и начать ему следовать успешно и независимо от общего потока. Что все это значит, станет ясно из дальнейшего изложения.

## **Часть 1 ПОИСК ЦЕЛИ**

### **Ставим цель**

*«Вы не представляете, насколько легче мне стало жить после знакомства с Трансерфингом! Как же я счастлива быть одной из тех, кто понял суть этих книг! Никогда не думала, что можно работать с удовольствием, без каких-либо нагрузок, получать при этом высокую зарплату да еще иметь кучу свободного времени. Это что-то невероятное!*

*У меня возник вопрос, касающийся моей цели. Цель свою я нашла еще в 13 лет. Она связана с Америкой. Я была совсем юной, и мне казалось, что все в этой жизни возможно. И, несмотря на то что выглядит это маловероятным, я знала, что я это получу. Меня это вдохновляло, я была полной энтузиазма, с твердым знанием того, что моя мечта осуществится.*

*Я знала, что первым тагом является изучение английского, что к с удовольствием и начала делать. Но общество, окружавшее меня, было иным, и к сожалению, я попала под его влияние. Старшие внушали мне, что жизнь жестока и несправедлива, что надо бороться и что все везде решают деньги. Если у тебя нет денег, то ты ничего не добьешься.*

*Шли годы, и чем старше я становилась, тем меньше верила в реальность своих целей. Я уже не верила в реальность счастливого будущего и отказалась от своей цели. Не знаю почему, но меня все равно тянула Америка и я все продолжала учить английский. Хотя не знала, для чего я это делаю. И итоге к 19 годам я вообще не знала, чего я хочу от жизни.*

*Была возможность поступить в университет, но я не пош;и, я не хотела. Родственники советовали мне пойти туда, попробовать, я их слушала, но нигде долго не задерживалась. Я забыла про свою душу и очень переживала о том, что подумают обо мне люди.*

*Я не родилась в богатой семье, сколько помню своих родителей, они всегда боролись с долгами. Работе и угождению другим людям уделяли больше времени, чем детям. Я рано начала работать> и до этого времени считала, что надо пахать, чтобы хорошо зарабатывать. Мне было жаль моих родителей, и всю свою энергию я отдавала на то, чтобы работать и помогать им.*

*Я родилась и выросла в Киргизии. Почти 2 года назад мы переехали в Россию в поисках лучшей жизни. И вот тут-то все изменилось. Я как будто проснулась после долгой спячки. Здесь я не знала никого, и никому не надо было угождать. Я иду /го улице, и никто меня не знает, и всем плевать кто я, что я, как я одета, с кем я иду и т.д.*

*И вот, перестав думать о чужом мнении, я начала думать о себе. У меня появились те же чувства, что и в 13 лет. И я поняла, что все- таки хочу свою цель, хочу жить той жизнью, о которой так давно мечтала. И я как будто расцвела. Появился смысл жизни. Это так здорово!*

*Но на тот момент я не знала о равновесных силах и предавала этому излишне важное значение. Запланировала все даты и не желала мириться с другим ходом событий. Хотелось всего быстрее. И конечно же, все получалось не так, как я*

планировала.

*После ваших книг я решила успокоиться и плыть по течению. Просто так в Америку не попадешь. У меня там есть знакомый, который может мне помочь. Мы с ним ведем переписку, но каких-то точных решений он мне не говорит, все как-то поверхностно.*

*В общем, я тут болтаю, а о самом главном не говорю. Мне 20 лет. Два месяца назад устроилась преподавателем английского языка. Это временно, я просто сдаю себя в аренду. Никакого труда мне это не составляет. Но получается так, что с этой работой я отдаляюсь от своей цели.*

*Я знаю также, что нынешняя жизнь — не моя. Мне нравится, но это наверное в сравнении с тем, как я жила раньше, все кажется лучше. Но если я продолжу такую жизнь, я очень скоро разочаруюсь в ней. Я знаю точно, что это МОЯ ЦЕЛЬ. Ничего другого я от жизни не хочу. Я знаю, что вместе с целью я получу все, что желаю в этой жизни. Но я не знаю, почему сейчас мои мысли далеки от цели. Я не знаю, какие шаги мне делать. Это такая тупость.!!*

*Столько лет я стремлюсь к своей цели, а не могу сделать даже первые шаги. Неужели, если что-то где-то не получается либо затягивается> я должна воспринимать это как знак того, что надо отказаться? Но я не хочу! Я хочу свою цель. Я хочу жизнь ту, которая в моих слайдах, понимаете? А она сильно отличается от нынешней.*

*В общем, не знаю я».*

Ну, во-первых, вы ничего не можете знать точно, как вы говорите, что Америка — ваша цель, и все тут. Вы молоды, а значит, склонны к идеализации. Дабы уберечь себя от возможных разочарований, следует обращаться со своими целями прагматично, с трезвой головой. Другими словами, цель должна определяться в единстве души и разума. Обычно бывает так, что разум не слышит душу. Но бывает и наоборот, когда восторженная душа не желает слушать резонные доводы разума. Вам нужно снизить важность и собрать побольше информации о вашей цели.

Во-вторых, вы не знаете, какие шаги вам делать, ну так что из того? Вам это и не дано знать. Ваше дело — заниматься прокруткой целевого слайда — картины, где ваша цель достигнута. И **держат глаза и уши открытыми**, чтобы не пропустить двери — возможности, позволяющие вашу цель реализовать. У каждого свои двери. Не закливайте внимание на чужом опыте и чужих советах. Принимайте их к сведению» но знайте» что у вас свой, уникальный путь осуществления вашей мечты.

*«У меня выстроилась определенная стратегия движения к моей цели: слайд погружением в атмосферу, того что я хочу иметь (расширение зоны комфорта), визуализация процесса, и конечно же, амальгама. Но вот сложность состоит в том, что у меня много целей. Есть одна самая глобальная (душа и разум ликуют от счастья), и есть текущие (машина, собственный дом, путешествия). Вот я запуталась. Так к какой же цели надо стремиться, к той самой (глобальной), или для начала мечтать о чем-то более реальном?»*

Можете ставить себе несколько целей, если они не противоречат друг другу, и работать с ними параллельно. Отдельные слайды (дом, машина, работа, путешествия) можно объединить в одну киноленту и крутить ее постоянно, систематически.

*«Мой вопрос такой: а может ли целью жизни быть «лидерство»? Пока не могу найти свою деятельность, но я хочу быть свободным. А по-моему, свобода — это свой бизнес. Но пока нет никаких идей. А когда визуализирую себя лидером, то мое сердце радуется».*

Да, может. Только от абстрактной цели, «лидерство вообще», надо переходить к

конкретике, «лидерство в чем», когда определитесь, в чем именно.

*«Единственная проблема — не могу определиться с целью, понять, чем хочу заниматься, найти свою стезю. Мне многое нравится делать, но я никак не могу выбрать и понять, как это применить а жизни. Читаешь главу «Наши цели», и кажется, так легко определиться, но не получается.*

*Комфортная жизнь — этого, естественно, хочется, по какое мое любимое дело, не знаю. Я получила образование по специальности «Сервис и Туризм», английский язык с отличием, то есть по профессии мне подходит любая работа в сфере услуг, отдыха, развлечений и туризма. С детства мечтала путешествовать, но это же не работа, а отдых. И работники сферы туризма не катаются по свету, как оказалось позже, а сидят в офисе и продают путевки.*

*Еще я с детства мечтала, наверное, как многие девочки, стать актрисой. Но когда заканчивала школу, мой дядя из Москвы хорошо со мной поговорил, сказал, что я вряд ли поступлю на актрису (конкурсы большие), а если и поступлю, то вряд ли получу признание. И еще, там все «через постель делается», так что нечего вообще туда соваться. Все родственники, мама и папа с этим согласились, типа, нашелся кто-то, кто «вправил мозги».*

*Училась в музыкальной школе, на нескольких инструментах, и в постановке детской сказки участвовала. И всегда любила рисовать и читать, даже стихи писала, про любофф... Мне уже не нравится моя профессия, хотела снова поступать в институт по специальности «Психолог», но не знаю, как применить это образование. Тем более, мне кажется, что нужно уметь использовать то, что уже есть ti резерве.*

*Как понять, что нужно, как найти свою цель? Я заметила, что у многих моих ровесников (23-27 лет) такая же проблема, никто*

*не знает, чего хочет. В том числе мой муж, его брат, мои подруги, с которыми я вместе училась. Ироде бы до студенчества знали, чего хотим, и как построить свою жизнь, сами профессию выбирали, никто насильно не тащил в ВУЗ, а теперь выучились и сидим дома.*

*На чужого дядю работать не хотим, а на свой бизнес деньги нужны, причем немалые. Даже если бы были деньги, думаем, какой бизнес хотим — выбрать не можем. Все кажется скучным и неинтересным. Как будто наши цели кто-то себе прикарманил.*

*Вот представители старшего поколения почему-то четко знали, что нужно делать, кем быть. А молодежь в основном не знает. Мой муж вообще не видит необходимости иметь цель, он говорит, неважно, где и кем работать, лишь бы денег платили побольше. Говорит, что такую работу можно найти только по знакомству».*

*Ошибка в том, что слушаете других, отчего буквально глохнете. Слушайте себя. Переориентируйте вектор внимания с поиска чужих ответов на поиск своих собственных. Просто имейте отвагу перестать слушать умных дядь и начните внимать голосу своего сердца. Терять вам нечего. Как видите, от чужих советов никакого толку нет. Путь вашего сердца — в ваших наклонностях, в том, что вам приносит радость и удовлетворение.*

*«Я много раз менял желания и цели, и делал это лишь с тем, чтобы найти ту, Свою, Единую, Главную, Целостную жизнь. Но сейчас я уже почти полтора года нахожусь в депрессии. Потерял вкус жизни.*

**КАК НАЙТИ СЕБЯ?»**

В апокрифах древних христиан сказано: «Кто нашел себя — мир не достоин его». Понимаете, насколько грандиозна такая задача? Ваша проблема не уникальна и решается далеко не сразу и не так просто. Наблюдайте над окружающим миром, над собой, внимательно. Но для начала необходимо, насколько возможно, сократить потребление техногенной пищи и информации, что является первопричиной эпидемии

депрессии, охватившей уже весь мир. Четкие и простые рекомендации о поиске своей цели смотрите в книге «Взлом техногенной системы», здесь повторять уже сказанное много раз нет смысла.

*«У меня к Нам личный вопрос: а какова Ваша Цель жизни?»*

О своих целях я не распространяюсь, и вам не советую всем рассказывать направо и налево, какие у вас цели. Есть много причин, по которым лучше делать, чем говорить.

### **Выходим из строя**

*«Не могу понять, чем мне стоит заняться, как себя реализовать. У меня есть свое дело, оно не доставляет мне дискомфорта, но и нет уверенности, что это мое. Дело не развивается и не приносит материального достатка, что постоянно беспокоит меня, ведь надо на что-то жить. Поэтому в данный момент я даже не знаю к чему стремиться, отпустил ситуацию и плыву по течению».*

Попробуйте заняться собственным делом не так, как это делают все остальные. Вам надо выйти из общего строя, тогда обязательно возникнет что-то новое и интересное.

*«Я музыкант, узнаваемый в своих кругах и имеющий среднюю аудиторию из хороших слушателей. Но не в этом суть. Меня терзает все время одна и та же мысль, что я иду не по Пути Своему. Меня очень сильно вдохновляет один зарубежный музыкант. Я пытаюсь выстраивать похожие ритмы и добиваться такой же стилистики звучания, какой добивается этот зарубежный музыкант. И вот тут-то я ловлю себя на мысли, что копирую его. Что маятник уводит меня от моей Цели. Хотя все мне говорят, что я весьма талантлив и что у меня отлично выходит. Да и сам я, сочиняя музыку, испытываю невероятное удовольствие. Может ли быть такое, что человек, пытаясь быть на кого-то похожим, копируя кого-то, стремится именно к Своей Цели?»*

Быть похожим, копировать чужой опыт можно лишь до определенного предела. Например, чтобы составить себе представление, каких вершин можно добиться, каким можно стать, какие шедевры создавать. И главное — обратить внимание, **каким непохожим, своеобразным, отличным от других можно быть**. Потому что все звезды — именно тем и замечательны, что отличны. Когда составили себе такое представление — круто разворачивайтесь, выходите из строя и следуйте своим путем.

Луи Армстронг говорил: «Есть множество копий Моны Лизы, но ежедневно тысячи людей выстраиваются в очередь, чтобы посмотреть оригинал».

*«Определилась цель: я хочу открыть свой книжный магазин. А теперь вопрос: если я пока не вижу большинства деталей обстановки, все мутно как-то, как в давно не протиром зеркале, так ли важно в целевом слайде эти детали видеть? Мне, конечно, метает разум, нашептывая, что это невозможно осуществить без средств. Кроме того, встречая подобные магазины в городе, я впадаю в уныние, что очень много конкурентов. Даже отсутствие материальных средств мне доставляет меньше переживаний. Как перестать бояться конкурентов, еще не начав даже конкурировать с ними?»*

Целевой слайд желательно рисовать в деталях. Создавать в мыслях свой виртуальный магазин и ходить по нему, расставляя все по местам, поправляя книги на полках, принимать посетителей, продавать им книги, и так далее. Если не можете это делать визуально, пишите на бумаге, ведите проект своего магазина, разрабатывайте его, не ленитесь.

Что касается конкурентов, здесь все намного проще. Люди в большинстве своем спят и все делают однообразно, одинаково, слизывая друг у друга клише и шаблоны. А вы проснитесь, походите по магазинам, посмотрите, как все организовано, в чем

недостатки, что вам не нравится, что бы вы сделали по-другому, и — сделайте, ПО-СВОЕМУ. Сначала виртуально, а потом, когда двери откроются, — предоставится возможность сделать реально.

Лично я всегда с изумлением смотрю, как рядом стоят по несколько торговых палаток, в которых все одинаково: и ассортимент, и обслуживание, и антураж, и способы подачи товара. Иногда наблюдаю, как буквально в ста метрах друг от друга стоят два супермаркета — из разных сетей, но

абсолютно идентичные, отличающиеся разве что названиями. И поражаюсь, неужели у людей не хватает хоть капли фантазии сделать хоть что-то свое, уникальное, отличное от рядом стоящего конкурента? Неужели все настолько погружены в сон?

Наверно, так и есть. Будь один из двух владельцев супермаркетов проснувшимся, он бы все сделал иначе, не так, как у остальных спящих, и успешно переманил бы к себе всех покупателей в округе. Вот и вы сделайте все не так, иначе, все по- своему, *для людей*, интересно, необычно — гак, чтобы в ваш магазин заходили и ахали. И тогда никакие спящие конкуренты вам не страшны.

*«Я всю свою жизнь занимаюсь вокалом и четко знаю, что хочу быть певицей мирового уровня. У меня уже есть скромные результаты: я записала пару песен с известными продюсерами из Лондона, и все мне говорят, что я должна петь, что у меня действительно талант. Но чтобы продолжать сотрудничество с ними, нужны немалые деньги, поэтому получается как: деньги есть — работаем, нет — ждем, пока я их заработаю. Постоянно получают какие-то перерывы, которые все портят. А время все идет и идет».*

Надо не деньги или продюсеров искать, а сделать так, чтобы продюсеры выстроились в очередь, чтобы сотрудничать с вами. Для этого поставьте себе цель — «я певица с мировым именем», вставьте в свой «проектор» соответствующую ленту и крутите постоянно, целенаправленно, выделяя для этого специальное время, а также и в любое время в фоновом режиме. Ну и конечно, переставляйте ноги на пути к своей цели — пойте так, как никто другой, чтобы не быть похожей, выделиться, выйти из общего строя. Вас обязательно заметят, и двери откроются.

*«Почему и ухожу из пауки?! Сначала будет кусок биографии. Закон- чила университет (биология), защитила диссертацию. Долго жила с верой в завтрашний день. Начало работы всегда надежда — это интересно и, кажется, много можно сделать! После нескольких месяцев работы начинаешь понимать, что постановка задачи невнятна, и ты исследуешь частность, которая не имеет никакого отношения к общим закономерностям. И думаешь, вот напишу диплом и найду более «умную» тему. Потом то же самое случается при работе над диссертацией. Сколько на это потрачено временица — по 10-12 часов в день проводила на работе.*

*Что придумывается дальше — едем за границу — там денег много, там паука настоящая! Ну, первый год продержалась на вере и энтузиазме. А потом начало «плющить». Полезли в голову БОЛЬШИЕ вопросы: что я исследую, зачем и почему? И самый большой вопрос был, а я что, одна такая умная, вижу, что абсолютное большинство занимается фигней?*

*Вот, например, есть построенное здание из кирпичиков — выбираем кирпичик и начинаем в нем ковыряться — а здесь дырочка! Да, она овальной формы, да, в ней жучок живет, о здесь пятнышко! (Ну почти как притча про слона!) Б результате накопилось большое количество информационного шума — читаешь статью, а она ни о чем (о дырочке в кирпиче).*

*Долго я боролась с самой собой, сначала думала, ну английский у меня плохой, не понимаю о чем статья, потом, ну наверно просто не понимаю, статья-то умными людьми писана, а я просто еще tie доросла до понимания!*

*Лет 15 я вот так жила. А потом как-то надоело себя под стол запинывать.*

*Разрешила себе иметь свое собственное мнение — и стало еще труднее. Но это другая проблема, из серии «А умнее-то куда девать?», быть или считать себя умнее других, или иметь другое мнение — это как-то меня сильно напрягает.*

*НУ ЭТО ОЧЕВИДНО! Не могут другие тоже не видеть этого! А потом поняла — все это понимают, но находят этому различные оправдания: надо защитить диплом, диссертацию. Да, ты изучаешь этот маленький кирпичик, но ты мелкая сошка, а делать выводы — это удел больших дядь. И это твой скромный вклад в общее дело.*

*Ну, понятно, что большинство людей это делают, потому что имеют должность — работу и зарплату, и надо кормить семью. А выходить за рамки дозволенного опасно — система выкинет за борт. Ты сможешь дать отрицательную рецензию на 70% статей, потому что тебе просто не будут давать рецензировать. Ты должен публиковаться любой ценой (вот откуда куча ненужных публикаций), иначе не получишь грант. Трясина засасывает. И многие это понимают, но не осознают.*

*Да, кто-то работает вне этой системы, я это знаю точно. Меня эта система не принимает совсем. Я не умею делать карьеру. Я знаю, что мой босс не хочет слышать, что его идея была не верна, и эксперимент показал это. И нужна другая идея. Если молчишь и делаешь - год бессмысленных экспериментов. Если не молчишь — оказываешься тоже в проигрыше. Я пробовала и то и другое, и даже золотая середина не помогла, когда мягко внушаешь свою идею, пока шеф не начинает думать, что это его собственная. И вообще эта мышьяная возня требует много энергии и отвлекает от основной цели.*

*А основная цель у меня не работает! Я не попала в то место, где люди работают по интересам, а не по карьерной лестнице лезут вверх. Надо сказать, те, кто действительно делает науку, успешны с первых шагов — сразу попадают в нужное место, где можно себя реализовать. Я же, если честно, была гонима с первой попытки устро-*

*иться на диплом (позже преподаватель призналась, что у нее установка от профессора — брать только исполнителей, а идей у него самого дост а т о ч но)».*

*Вы очень хорошо написали про исследование «кирпичика», like именно так и есть. Для того чтобы чего-то добиться, нужно выйти из строя и отправиться своим путем. По-видимому, вы что поняли. Пока будете возиться с «кирпичиком», ничего выдающегося не откроете. Пройденный путь был, конечно, не зря. Если теперь вы зададитесь целью сделать открытие и будете систематически крутить соответствующий слайд, откроются двери и укажут, куда двигаться дальше.*

**Вы — самодостаточны — всегда**

*Письмо длинное, но стоит того, чтобы привести его здесь полностью:*

*«История моя такая. Как-то не складывается у меня личная жизнь. И никого я не виню в этом, кроме себя самой. Особенно сейчас, когда прочла Ваши книги, благодаря которым развенчались все мои сомнения и нашлись ответы на многочисленные вопросы.*

*Боже, как же интересно, даже увлекательно разбирать все ошибки и подарки судьбы прошлого после прочтения книг о Трансерфинге. Нот уж поистине, что выбираем — то и получаем. Но я избавлю Вас от прошлых историй своей личной жизни, потому как Вы правильно заметили — на то она и личная.*

*Однако речь пойдет о... любви, о нынешней ситуации, в которой я оказалась. В самом конце 2008 года, когда мировой кризис вовсю буше-*

*вал, меня сократили. Избыточный потенциал моих страданий был настолько велик, что равновесные силы «выбросили» меня на тот берег, где я, наконец, получила свою новую долгожданную работу после мучительных бессонных поисков. Работа оказалась для меня интересной, абсолютно новой, хотя в карьерном плане это был очевидный шаг назад.*

*Стоит отметить, что на тот момент я состояла в гражданском браке почти 10 лет. Я никогда не любила своего гражданского мужа неистово, искренне, по-настоящему. Это был неравный союз во всех отношениях. Но мы жили тихо, дружно, как все, как говорится. Ночами на протяжении последних трех лет я постоянно видела один и тот же сон. Со мной был другой мужчина. Во сне я была с ним счастлива. Утром просыпалась со слезами на глазах и мыслями, что этому, наверное, не суждено сбыться, что такое счастье может быть только во сне.*

*И вот спустя несколько месяцев я встретила на работе другого человека, о которого безумно влюбилась. Это только потом, по истечении времени, я вспомнила про сны и содрогнулась. Наша история любви не начиналась просто и легко. Это было настоящее безумие и тяжелое испытание для нас обоих.*

*Дело в том, что мой возлюбленный оказался женатым человеком, но еще с двумя детьми. Теперь я понимаю, что вначале я любила его, безусловно, без малейшей претензии на что-либо, даже взаимность. И только после Вашей книги я поняла, что это был чистой воды Фрейлинг, когда ты искренне отдаешь, не претендуя на взаимность.*

*Да, это была настоящая безусловная любовь. Любовь, когда проходит первая страсть, а остаются чувства, сильные, искренние. После нескольких неудачных союзов, в которых тоже были страсть и чувства, но которые потом проходили, мне как будто открыли глаза и сказали: смотри, а ведь в любви можно прожить всю жизнь!*

*Это был замечательный человек. Образован, умен, рассудителен, добрый, обаятельный, с большим чувством юмора — мой мужчина из сна. О таким я могла только мечтать. По характеру мы оказались двумя большими полярностями; я эмоциональная, он спокойный, я взрывная, он выдержан, я амбициозна, он скромнен. Зато какой это был союз противоположностей! Кроме того, у нас нашлось масса общих интересов, познаний, тем для разговора. Мы разговаривали и спорили сутками и были счастливы.*

*Шло время, и наши отношения стали набирать силу. Вскоре Фрейлине сработал, и он был уже не в состоянии скрывать своих чувств. Пожалуй, такие ощущения, когда и ты, и тебя так сильно любят, напоминают катание на огромных качелях в детстве — нечто похожее на бесконечное счастье.*

*Так прошло два года с момента наших встреч. Мне исполнилось 35. И вот тут моя безусловность стала сдавать позиции. Я понимала, что эти отношения делают меня насколько счастливой, настолько и несчастной. Я не могла больше делить любимого с другой. Да еще я очень давно мечтала иметь детей. После длительных переговоров решили быть вместе. Но решали долго, мучительно изобретали способы, как минимально причинить боль близким нам людям и при этом быть счастливыми самим.*

*Когда я читала Ваши главы про маятники, вспомнила тот момент, где равновесные силы тебя раскручивают и выкидывают далеко, беспомощного и жалкого, лежать на земле. Именно это я испытала, когда он вдруг отвернулся от меня, совсем, после одного моего поступка.*

*С гражданским мужем на тот момент я уже рассталась, отношения наши были закончены. Со своими мыслями и переживаниями я осталась совсем одна. Именно тогда я пришла к Вашей книге. Но спустя несколько месяцев меня ждал еще более жестокий удар. Я не выдержала долгой разлуки и позвонила любимому. На том конце провода был совершенно другой человек, чужой, которого я никогда не тала. Он холодно упрекал меня в содеянном, обвинял во всех своих бедах, жалел свою жену и т.д. Я была не только выброшена, но и раз*

*давлена. Я положила трубку, и мир на какое-то время исчез. Попробовала взять себя в руки. Делать хоть что-нибудь, только не умирать.*

*Я дочитала Ваши книги, определила для себя четкую цель, по достижении*

которой моя жизнь превратится в праздник. От потенциалов я, как мне кажется, избавилась. Я работаю со слайдом (хотя у меня их минимум два, но к одной цели), прокручиваю звенья трансферной цепочки, трогаю все руками и наслаждаюсь ощущениями в своем скором празднике жизни.

Пути и средства достижения цели мне пока неизвестны, я не знаю, что я должна сделать конкретно, чтобы достичь своей цели, при мысли от которой мои душа и разум вместе в ладоши хлопают и ручки потирают, и даже наворачиваются слезы счастья. Потому я чем-то постоянно занимаюсь: спокойно, без фанатизма ищущ более перспективную работу, хожу в театр, клубы, читаю художественную литературу, эзотерику, занимаюсь здоровьем и спортом, правильно стараюсь питаться (серьезно заинтересовалась живым питанием), начала активно заниматься своей внешностью.

Но проблема в том, что мои мысли произвольно (бесконтрольно), постоянно возвращают меня в те прошлые воспоминания, и именно к тому человеку, как бы я этого не хотела. Проанализировав за долгие месяцы разлуки все «за» и «против», я поняла, что хочу отпустить его из своей жизни, а вслед за ним и все обиды, чувство вины, сожаления и прочие маятники. Я больше не качаюсь с ними.

И вот, когда передо мной уже столько времени чистый светлый путь с очищенным внешним намерением и я уже одной ногой твердо на нем стою, мои мысли нет-нет да возвращают меня в прошлое. Это мучает меня. Возможно, Вы скажете, что нужно меньше слушать обиженный разум, соблюдать принцип координации намерения, плыть по течению, не хлопать руками по воде... Но я запуталась, наверное. Хотя прошло уже столько времени, проделано столько работы над собой и своими мыслями.

Подскажите, как со стороны Вам кажется, делаю ли я что-нибудь кс так. Очевидны ли Вам мои ошибки, которых я, возможно, не научилась пока видеть? Или же я иду верной правильной дорогой, как . читаю и сама, но я не выработала еще привычку терпеливо отио- , ться ко времени, и что зеркало моего мира отражается в реальности с задержкой?»

Вы все понимаете и делаете правильно. С женатым мужчиной всегда трудно. Ему может быть удобно иметь семью и любовницу, но когда вы ставите его перед выбором, либо то, либо другое, вся его пылкость может тут же угаснуть. И ваш какой-то «по поступок» — всего лишь предлог, а не ваши неверные действия. Если для угасания любви достаточно одного лишь предлога, то и любви никакой не было, и жалеть не о чем. На будущее урок — не надо связывать свою собственную цель с другими людьми.

Создание семьи может быть целью, но нельзя ставить свое счастье в зависимость от чужих желаний и поступков. Вы — самодостаточны. Вы сами — образ перед зеркалом. Окружающие люди — в большей степени отражение. Разобраться в сплетении взаимоотношений трудно. Но старайтесь по возможности следовать принципу: отталкиваться от образа, начинать с себя, искать свое счастье и свои цели в себе, опираясь на свою уникальность, личность. Что вы сейчас и делаете, и правильно. Счастье, новое, уже скоро придет.

«Вопрос заключается о следующем: как работать с визуализацией, если конечной целью является создание семьи? В данный момент нет даже молодого человека. Проблема в том, что я поня

тия не имею> как эта цело должна реализоваться, иди как просто пара найдется. С другими целями (работа, бизнес) все проще, а вот с этим уже не знаю что делать».

Начать с поиска подходящего партнера. Привлечь человека в свой мир можно с помощью техники слайдов. Необходимо систематически крутить слайд, в котором вы представляете свою жизнь с некой абстрактной личностью — вашим идеалом. В определенный момент откроется дверь — появится Он (Она). Дальше — дело за вами.

Следует понимать, что недостаточно лишь крутить слайды, сидя взаперти, и

просто ждать, что рыцарь влезет в окно или принцесса принесет пиццу. Разумеется, надо бывать в обществе, где есть шанс встретиться с половинкой.

Если же с обществом проблемы или вы недостаточно коммуникабельны, чтобы свободно общаться, можно воспользоваться другой техникой (не пренебрегая и слайдом, конечно).

Представляйте себя светящимся существом, от которого исходит внутренний свет обаяния и любви (если хотите, можно еще добавить «секса» или «силы»). Ходите с этим намерением и *светитесь*. Проговаривайте про себя почаще следующую мыслеформу:

< *Я очень обаятельная личность. От меня исходит внутренний свет обаяния и любви. Люди это чувствуют и испытывают ко мне симпатию. Им приятно со мной общаться. Им комфортно находиться в моем поле. Люди тянутся ко мне. Я очень обаятельная личность. Я излучаю свет любви и радости. Я светящееся существо.*  
>

Мыслеформу можно также использовать совместно с техникой *«стакан виды»*, которая описана в книге «Апокрифический Трансерфинг». Через некоторое время вы обратите внимание, что люди начинают тянуться к вам, как мотыльки. Людей вообще привлекают обаятельные и радостные личности, от которых к тому же исходит некое метафизическое *сияние*.

### **Сложные вопросы, простые ответы**

*«Как выбрать свою стезю, когда питаешь глубокое равнодушие ко всему, с чем встречаешься о жизни? Меня не вдохновляют ни красочные приманки маятников, ни реальные цели, ибо когда я задаю себе вопрос, «зачем мне все это?», то не получаю для себя внятного ответа. Мне ничего глобального не хочется, ни материальных благ, ни власти, ни знаний, ничего».*

Цель определяется в противоречии. Если вы довольны жизнью, тогда просто наслаждайтесь ей. Если как не получается, значит, чего-то не хватает. Тогда надо задаться целью отыскать то, что превратит жизнь в праздник. Поиск собственно цели — такая же цель. На это может уйти вся жизнь. Но может быть и так, что она найдется уже завтра. У всех по-разному.

*«Я программист, и я НАМЕРЕН начать создавать трехмерные графические приложения. Изучаю спецлитературу, практикуюсь, но есть проблема: все мои попытки начать создавать трехмерные приложения заканчиваются неудачей. Я просто не понимаю, как все это работает. Мне очень трудно дается трехмерная графика, воюю с ней уже второй год. Буквально час назад отложил в сторону очередную купленную книгу по программированию трехмерных приложений из-за непонимания материала».*

Цель должна определяться в единстве души и разума. Возможно, вы не душой стремитесь к этой цели, а только разумом. Ваш разум чувствует себя ущемленным в том, что не владеет этой дисциплиной. Точно так же люди, у которых нет голоса, очень любят петь. Если цель дается с большим трудом, следует задуматься, действительно ли это ваше. Подумайте лад своей целью беспристрастно.

*«Никак не могу приучить себя думать о позитиве, не могу часто думать о слайде, практически всегда сплю наяву. Пытаюсь радоваться, когда не хочется, но в душе нерадостно, ведь сам себя не обманешь. Вопрос: продолжать ли мне радоваться, даже когда внутри грустно? Это даст какие-то результаты?»*

Нет, результатов не даст. Самообманом действительно заниматься не стоит. Надо найти себе цель, тогда и апатия пройдет.

Данный ответ простой, но исчерпывающий. Основная причина апатии — бесцельное существование.

*«Не могли бы вы рассказать о психологических изменениях, которые происходят с человеком на живом питании? Правильно ли я понимаю, что подсознательные блоки,*

установки, негативные убеждения, отваливаются сами собой? Ведь общеизвестно, что для того чтобы

*t* брать многочисленный мусор из подсознания, требуется большая и кропотливая работа над собой, а в ряде случаев даже помощь психотерапевта. Потому что убеждения очень тяжело перепрограммировать. Например, сознательно я могу хотеть стать богатым, но подсознательно ненавижу богатых, деньги, считая, что это все не духовно и т.д. В общем, действительно ли мозги «прочищаются» на живом питании?»

Прочищается сознание, в смысле просветляется, становится ясным, мысли становятся ясными, вы начинаете иидеть и понимать то, что другие не видят и не понимают. Но нот с тараканами в голове другая история. Ту г все индивидуально. Есть немало «злых сыроедов», которые переполнены негативом. Для очистки от негатива лучше всего поставить себе цель и смотреть только вперед, в свое будущее, не оглядываясь назад, и на окружающих в том числе. По дороге вся шелуха и отвалится.

*«Мы с любимым хотим выиграть большой приз в лотерею. Понимаю, звучит странно, но почему-то нам эта мысль не даст покоя очень давно. И уже выигрывали небольшую сумму. Почему так? Не знаю. Нот так вот. Появилось, и живем уже в том, новом мире, (/ новом доме. Но последнее время начинают одолевать странные сомнения — «это не мой путь»? Или мешает очередное «это невозможно»?*

способов вас осчастливить. Ваше дело — сделать заказ, чего вы хотите от жизни, и сосредоточиться на нем. А как этот заказ будет выполнен, это уже предоставьте па выбор внешнего намерения.

*«Я прям в растерянности нахожусь. Не могли бы вы объяснить такое «явление» — я весь последний год жила с одной конкретной мечтой-целью, ежедневно визуализируя,*

**Я бы не стал ограничивать выбор внешнего намерения только лотереей.** *весь*

**У внешнею намерения есть много других** *год находи*

*лась на позитиве, знала всегда, что этого хочу, и это именно то, что мне нужно. Все мои действия были направлены на ее воплощение, и были видны результаты. Но дело в том, что она у меня неожиданно исчезла. Я перестала се «видеть», хотеть, мне стало на нее безразлично! Что это может означать? Мне так обидно терять мою мечту, ведь она определяла мою жизнь, заряжала меня желанием развиваться, двигаться дальше! Я не понимаю, что произошло. Как будто потеряла смысл в жизни».*

Возможно, это не ваша цель. Бывают ложные цели, навязанные маятниками. Душа наивная, ее легко обмануть. Цель должна определяться в единстве души и разума. Однако все не зря. Скорей всего, вы прошли определенный этап, который надо было пройти. Все еще впереди.

*«Как же тогда определять, что твоя цель истинна'< Ничего, кроме единства души и разума, все это время я не испытывала, поверьте. Но это как-то «жестoko» — весь год вести свою жизнь и планы к одной цели, мечте, буквально летая на крыльях, а через год тебе «говорят» — это не твоя цель. Я сейчас пытаюсь просто даже помечтать, представить какое-то будущее, а ничего не вижу, только серый фон и пустоту. Ладно, я даже не говорю сейчас про потерян-*

*чую мечту, по я вообще ничего не вижу, даже мечтать не могу. Хожу потерянная, никаких стремлений, пусто. Конечно понимаю, что «все*

к лучшему», но как-то это...»

У меня самого было много раз то же самое, что и у вас. Повторяю, все это ступеньки, которые надо пройти, чтобы добраться до цели, о которой вы сейчас, возможно, и не подозреваете.

*«Мои близкие и друзья продолжают спать наяву и совершенно не понимают меня. В принципах Трансерфинга я убедилась на мелочах, но крупных результатов пока нет. Достижение такой цели, как приобретение своей квартиры, мне дается с трудом, потому что -li t\* вокруг считают это на данном этапе чем-то нереальным, и, несмотря на то что я уже длительное время каждый день занимаюсь визуализацией, никаких изменений пока не происходит. Особенно . южно, когда тебе говорят: «Это большая проблема, в ближайшее время можешь даже пока и не думать о собственной квартире, кредит тебе не дадут, зарплата у тебя маленькая, как ты себе это представляешь?» Сразу начинает казаться, что они правы, ведь никаких изменений не происходит. Самый главный вопрос, как сохранять уверенность о своей правоте, когда все вокруг тебя не пони- '!■ нот и счишают твои методы глупыми, неэффективными, бессмы- . ченными, а доказать свою правоту нечем, потому что заметных результатов нет».*

**Не нужно делиться своими мыслями с теми, кто вас не поймет, особенно по поводу своей мечты. Так вы обрекаете себя**

на борьбу не только со своими сомнениями, но и сомнениями окружающих. Мечта реализуется не сразу (а кто говорил, что все будет сразу?), возможно сначала будет более скромный подарок, потому что для шикарного подарка требуется время. Надо иметь терпение.

*«Никак не пойму, чего я в жизни хочу. У меня столько желаний и цепей! Мне кажется, я могу все! Но надо ведь выбрать одну свою единственную цель и двигаться к ней, а я постоянно меняю свои цели.*

*Как мне быть, как найти ту единственную цепь?»*

Сделайте элементарную вещь. Приведите в порядок свои желания. Напишите на листке бумаги все свои желания и цели, а затем расставьте приоритеты. Нужно выбрать главную цель и уделить ей особое внимание. Если это ваша стезя, все остальное приложится. Нели пока невозможно определить основную цель, двигайтесь одновременно к нескольким целям, при условии, что они друг другу не мешают.

*«У меня нет конкретной цепи, в том смысле, что моя душа хочет заниматься своим делом, ни от кого не зависит, но вот чем конкретно, не знаю. Как в таком случае крутить целевой слайд? Что там должно быть? Просто как я занимаюсь каким-нибудь делом, без конкретики?»*

Если не можете пока определить цель, крутите слайд праздника жизни, как он вам представляется. Тогда откроются

числи (возможности), как этот праздник реализовать. У **каждом!** ведь свои представления о празднике.

*«Скоро у нас серьезные соревнования по тайскому боксу. Почти ни\* свои бои я проигрываю (наверное, из-за высокой важности, очень •<чиуюсь перед боем). Не знаю, на что рассчитывает мой тренер, .. т я всегда проигрываю. Мне это уже надоело. Бросать не хочу, т.к. . то надежда, что все изменится к лучшему. Что мне делать? Еще хочу узнать, как стать фаворитом этого маятника. Пойти своим путем? Я опять не понимаю, как это. Существует одна техника.*

*и все, никаких других путей».*

Вам нужно либо оставить бокс, если это не ваша стезя, либо найти в нем свою индивидуальность. Вы пишете, что техника одна, но это узкий взгляд. Всегда и во всем можно найти свой

< I иль, выйти из строя. В спорте тому много примеров. Если им понаблюдаете, то поймете, что звезды — не такие как все, они все делают по-своему. Звезды всегда выходили из строя и шли своим путем. Как именно — это уже каждый решает для себя сам.

*«Я почему-то хочу, искренне хочу, сделать татуировку. Много читал про это. Что это не совсем хорошая вообще мысль. Но душой хочу, действительно хочу. Но много читал, что люди, сделавшие это, «у аляют питом. Как в таких случаях поступать? Как без колебаний делать выбор, при котором душа поет, а разум говорит — нет?»*

Если присутствуют колебания, значит, не ваша вещь/цель/ дверь. Когда найдете свое, колебаний не будет. Учитесь слушать голос сердца.

*«Я намерен иметь дом на берегу моря, но в данный момент живу с родителями, и прежде всего, хотел бы жить один в своей квартире. Что мне визуализировать: сначала свою квартиру, а когда будет квартира, переходить к визуализации дома на берегу моря? То есть работать с конечным слайдом или добиваться цели поэтапно?»*

На начальном этапе лучше визуализировать сразу конечную цель. По пути к этой цели реальность успеет подбросить промежуточные варианты, более подходящие на данном этапе.

*«В свое время ваши книги помогли мне многое понять, но я много читал и других авторов. Парадокс в том, что, чем больше узнавал, тем больше запутывался. Сейчас в отчаянии, потерял веру в Силу, в себя. Полный застой, куча долгов, одним словом, глубокий «анабиоз». Очень прошу, помогите выбраться, найти свою дорогу. Чувствую себя живым трупом».*

Нужно уже перестать читать чужие книги, поставить себе цель и двигаться к ней. Постановка цели (неважно какой, если пока не можете отыскать Свою) и движение снимает проблемы. Думать, как решить проблемы — бесполезно. Требуется именно **движение, вектор**, тогда все решается само собой. Но где взять энергию и намерение, чтобы начать действовать?

В самом действии. Намерение генерируется и движении.

Современному среднему человеку ничего не хочется, все лень, нет желания работать, все откладывается на потом, не ищно выхода из создавшегося положения. Большинство людей живет в чужой реальности, в которую их поместили и в которой они смирились. А информационное болото — телевидение, Интернет, Сети — засасывает еще глубже — человек \* мотриг чужое кино, а со своей жизнью не может ничего поделать.

Так вот, состояние энергетического застоя (апатии) порождается именно пассивной ролью **приемника, потребителя, функционера**. У **создателей, соидателей, трансляторов**, как это всегда бывает, энергия бьет через край. Они создают свой мир. И действуют в активном режиме, а потому и энергии всегда хватает.

Апатия и депрессивное состояние устраняется действием. Когда вы начинаете действовать, включается поток намерения, подобно магнитной индукции. Энергия течет через вас свободным мощным потоком. Вы как чистая, быстрая, мощная горная река. Вы способны свернуть горы. **Требуется ший переключиться в этот активный режим трансляции и начать действовать.**

## **11,ель найти свою Цель**

*«Последнее время я чувствую усталость. Моя жизнь меня не радует, работа бесит, достижения не удовлетворяют, здоровье пошатнулось сильно. А мне всего лишь 30 лет. Я не знаю куда иду. Я не имужем, детей нет, снимаю комнату в квартире, зарплата неболь-*

*тая (мне папа помогает финансово до сих пор). Щитовидка бешеная у меня, операцию хотят делать, а.это значим, после этого всю жизнь придется гормоны принимать.*

*Есть у меня молодой человек... ну, как есть... он живет в другой стране, мне моей зарплаты даже на билет туда и обратно не хватает. И ему все лишь 21 год, то есть у нас разница в возрасте 9 лет. Уже 9 месяцев по Интернету общаемся, а встретиться никак не можем.*

*Я знакома с Вашими книгами. «Трансерфинг реальности» это вообще моя настольная книга. Когда совсем плохо, я слушаю ее с любого места, и мне становится легче. Но у меня такое чувство, что я завязла в какой-то паутине. Я не на своем месте, не на своем пути. Все цели, к которым я стремилась, оказались ложными.*

*Да, я закончила консерваторию, закончила магистратуру, работаю в университете и в театре подрабатываю аккомпаниатором (я пианист), //о это все не то. Я не испытываю радости от своей работы. Я превратилась в ленивую сучку. Когда подхожу к инструменту, у меня подкатывает к горлу. И я понимаю, что так больше не может продолжаться.*

*Еще в детстве, помню, когда у всех были каникулы, меня заставляли заниматься на пианино, даже когда мы с родителями ездили в отпуск, мама всегда находила какой-нибудь задрипанный советский клуб, где было пианино, и я ходила туда заниматься, и я помню, как я плакала постоянно от обиды на все это.*

*У меня нехватка свободной энергии. Пыталась перейти на живое питание, и мне эта идея вполне понравилась, да, чувствуешь себя лучше и легче. Теперь хочу попробовать зеленые коктейли из книги Бутенко.*

*У меня нет стимула, мне страшно что-то начинать заново. Страх перед неудачей. Я поступила полтора года назад в магистратуру, и не от большой любви к науке, а лишь для того, чтобы что-то поменять. Я закончила ее, и ничего не поменялось. Все это было впу- . тую. Топчусь на одном месте с желанием что-то поменять и страхом перемен одновременно. Я знаю, что желания не исполняются, а мечты не сбываются, что все это надо перевести в намерение, но мое намерение недоразвито, видимо.*

*Я понимаю свою ограниченность и стереотипность мышления. Мне трудно поверить в то, что в меня может влюбиться 21-летний молодой человек. Мне трудно поверить л то, что у нас с ним может что-то получиться, может поэтому мы с ним никак не можем встретиться.*

*Тем не менее я знаю, что мой мир любит меня. Чувствую это. Вы знаете, я не всегда такая бука. У меня не всегда все плохо, в моей жизни есть и хорошие моменты. Но сейчас я получила очередную рассылку Трансерфинга, посмотрела на все письма этих людей и просто села, ранила отбросить свой оптимизм, реализм и пессимизм, и написать то, что есть у меня на данный момент.*

*Вы извините за то, что я на Вас все вот так вылила, но мне не нужна жалость или очередной ликбез «Как нужно жить». Я знаю, что Вы мне этого не предложите, потому и решила именно Вам все написать. Моя самая большая проблема состоит в том, что я сама не .1 паю, чего хочу, и к чему мне стремиться. Моя душа не дает мне подсказок, а мой реактивный мозг и эго не могут найти правильного пути. Помогите мне».*

Ваш ум и не сможет ничего выдумать, не стоит на него надеяться. Вам надо

поставить себе цель и начать движение к ней. Чтобы узнать (не придумать, а именно узнать) свою новую цель, необходимо отправить себя в путь, как Иванушку дурочка за клубочком.

Данный принцип подробнее описан в книге «Взлом техногенной системы».

Путь — это путешествие в географическом или информационном плане. Вы можете путешествовать как по Земле, так и в сфере поиска новых знаний, открытий, впечатлений. Ведь вам нужно найти свою цель? Значит, необходимо расширить свой кругозор, впустить в себя новую информацию, узнать то, чего раньше не знали, увидеть то, о чем не подозревали.

Перед тем как отправиться в путь, следует дать себе установку: я ищу свою цель. Не вычисляю каким-то логическим способом, не выдумываю, а именно узнаю, когда она сама покажется. Повторяю, вы не можете ее определить умом, а можете только увидеть.

Но для этого надо вырваться из того круга, в который вы сами себя заключили такими установками, как: «моей зарплаты и на билет не хватит», «не верю, что может меня полюбить», «все, к чему стремилась, оказалось ложным», и так далее.

В жизни ничего не бывает зря. Например, у вас есть такое сокровище, как умение играть на пианино. Вам кажется, что оно вам не нужно, но лишь потому, что вы засиделись в пределах своего круга. Это умение можно использовать во множестве разных направлений, стилей, и опять же, с разными целями. Так вот, для того чтобы найти, увидеть новое применение старым способностям, нужно отправиться в путь. Любой, но с целью — повстречать свою новую цель.

*«У меня замечательная семья: любимый и любящий муж, прекрасные дети (две дочери)- Я имею высшее психологическое образование, в скором времени стану кандидатом психологических наук. В общем, казалось бы, жизнь удалась. Все отлично. Чего еще желать?»*

*Но вот последние года два, а может три, я пребываю в состоянии душевного страдания (уже даже собиралась идти к психотерапевту и начинать принимать антидепрессанты). «Бьется птица о груди бес- покойная и ничем мне не может помочь».*

*Мне кажется, что семья, дом, дети — это лишь часть меня (хотя очень многим женщинам для полного счастья всего этого вполне хватает). А есть еще одна часть > не реализованная, не нашедшая выход, но страстно желающая этот выход найти, вырваться на свободу.*

*Муж говорит, что я очень хорошо реализовалась как жена, как мать, как хозяйка, что это и есть главная реализация, истинное предназначение женщины. Но мне этого недостаточно. Меня не покидает ощущение, что для того, чтобы я почувствовала себя полноценно, счастливым человеком, мне нужна самореализация и той, второй половины меня.*

*Восемь лет после окончания университета я работала преподавателем в вузе, мне казалось, что это мой единственный и желанный жизненный путь. По почему-то я постоянно ощущала дискомфорт. Писала кандидатскую диссертацию. Правда, одному Богу и т вест но, сколько усилий мне стоило преодолеть невероятное количество постоянно возникающих, бесконечных препятствий разного рода на этом пути, пока я, наконец, не поняла, что это не мое и не нуле но мне.*

*Настал момент, когда я поняла, что это не мой жизненный путь. Я уволилась из университета. Это было очень болезненное решение, поскольку рушились все жизненные планы, а впереди — только неизвестность! Я как будто все время шла прямой дорогой, где мне все было ясно и понятно, а сейчас повернула за поворот — и то, что я там увидела — незнакомый мне мир, в котором я совершенно не ориентируюсь. Я абсолютно растерялась.*

*После знакомства с идеями Трансерфинга мне стало гораздо легче дышать, но состояние душевной тоски все же не покидает меня. Я не йогу найти себя. Это*

состояние уже невыносимо для меня. Я очень

устала. Я практически выбилась из сил. Я очень хорошо поняла, что так, как я жила я жила неправильно, так я не хочу. Но вот как жить дальше — не знаю!

Вернее, знаю. Это я уже поняла. Я хочу найти дело своей жизни, такое дело, которому я бы отдала себя, которое доставляло бы мне удовольствие, дало возможность самой зарабатывать деньги, и главное, наконец, ощутить состояние полноценного счастья. Не знаю, возможно ли такое вообще, но, судя по идеям Трансерфинга, возможно. И я в это верю! Но вся проблема в том, что я не знаю — что это за «дело».

Последние три года все пробовала, искала себя. Создавала дизайн- студию, руководила рекламным агентством, возникали идеи открыть салон красоты и купить землю под автостоянку, занималась благотворительным фондом, сейчас почти готова «вязаться» в сетевой бизнес. Но все не то, все не так! Я задаю себе один и тот же вопрос: «Где я<sup>7</sup>. Где мое?» И не могу найти на него ответ. Возможно, это странно. Как правило, люди всегда хорошо знают, чего они хотят, к чему стремятся. Может, я какая-то ненормальная?»

Напротив» такая ситуация — характерна для многих, и люди, как правило, не знают, чего они хотят.

В ситуации, когда полная неизвестность и непонятность, нужно поставить себе цель найти свою цель. Нужно взять на вооружение мыслеформу: «Я ищущу и нахожу свою цель, которая превратит мою жизнь в праздник». Проговаривайте эту мыслеформу почаще, но не механически, а осознанно, ловя при этом ассоциации, идеи, ощущения. Что-то должно прийти в голову, осенить.

Но не сидите сложа руки, не занимайтесь думаньем. Придумать вы ничего не сможете. Решение всегда приходит в пути, в действии. Отправляйтесь в путь, просто так, >а каким-нибудь клубочком. В путешествие, в поиск информации, которая вас чем-то интересует, пробуйте какую-нибудь деятельность или наблюдайте за чужой деятельностью. Когда у вас в голове целевая мыслеформа, а вы в пути, в движении — рано или поздно обязательно что-то отыщется, найдется. Не унывайте. Вспомните «Песню о веселом ветре»:

*«А ну-ка песню нам пропой, веселый ветер, веселый ветер, веселый ветер.*

*Моря и горы ты обшарил все на свете и все на свете песенки слышал.*

*Спой нам, ветер, про дикие горы, про глубокие тайны морей.*

*Про птички разговоры,*

*про синие просторы,*

*про смелых и больших людей.*

*Кто привык за победу бороться, с нами вместе пускай запоем.*

*Кто весел, тот смеется> кто хочет, тот добьется, кто ищет, тот всегда найдет».*

(В. Лебедев-Кумач)

Эти слова ничего не объясняют, но несут в себе смысл, который можно только почувствовать.

### **У всякой проблемы есть решение**

«2 года назад мне попала на глаза книга «Трансерфинг за 78 дней», я долго ею спасалась от стрессов и подавленных состояний, просто слушая. В этом году решила изучить эту тему детально и прочитала книги. Мне очень подходит по духу эта теория, она резонирует со мной. Дело в том, что я уже давно поняла, что управляю реальностью и могу абсолютно все! Иногда мне не приходится даже сильно задумываться над реализацией мысли. Некоторые даже не очень подробно возникшие картинки в моей голове реализуются.

По сей час я подошла к точке, не вижу смысла просыпаться и ставить цели, пока

не совсем ясно мое предназначение. С одной стороны, я понимаю, что мне нужна семья, и еще хочется родить мальчика. Надо будет потратить много времени на рождение и воспитание детей, а также изменить свои установки относительно роли женщины в семье и роли мужчины. С другой стороны, я понимаю, что семья и дети это не самоцель, и есть что-то большее для меня.

Я по натуре лидер, и мой избранник тоже, а эти два типа не уживаются вместе, кто-то должен принять ведомую позицию. Он хочет видеть во мне женщину, которая воспитывает детей, посвящает себя дому и мужу, имеет небольшое хобби и все. Муж в свою очередь обеспечивает семью и заботится о нас, но у него есть предел мечтаний, а у меня предела нет.

Я понимаю, что во мне борются противоречия: Я — женщина и Я — деятель. Мне страшно, что я буду сидеть дома с детьми, воспитывать их, возиться — скука, а как же приключения, достижения и покорение вершин? Как же жизнь, наполненная радостью и изучением границ своих возможностей?

Сейчас я поставила на паузу свою жизнь, чтобы подумать, в каком направлении дальше двигаться. Мне очень страшно, что мои истинные желания сильно разойдутся с тем человеком, которого я

выбрала. Но я не могу отказаться и от поиска своей цели в жизни. Пробовала много разных деятельностей, результат всех — скуки и бросание. Картинка, как я занимаюсь детьми и домом, тоже вызывает скуку, будто жизнь проходит мимо меня. В чем смысл предназначения для женщины, с точки зрения Трансерфинга? В каком направлении следует думать женщинам с жизненной позицией мужчины?»

Скорей всего, вы сильно преувеличиваете, опасаясь, что семья и дети помешают вашей самореализации. Если понаблюдаете, можете заметить, есть немало известных женщин, добившихся большого успеха, и которые, к тому же, по несколько детей имеют. На всякую проблему найдется решение, те же няни, к примеру. Была бы устремленность к цели.

<В рассылке прочитала, что не я одна обнимаюсь с Вашей книгой «Взлом техногенной системы». Купив ее, не расставалась с ней, пока не прочла до конца (все мои родные не понимали, как я могу везде носить такую большую книгу). А после прочтения стала ее прижимать к груди и чувствую, как от нее идет Сила, что она помогает. (она лежит на видном месте и вся в моих цветных закладках, и даже иногда хватается взгляда, чтобы опомниться и очнуться, или чтобы вспомнить о себе, целях и так далее.

Пользуюсь ею, даже принимая ванны, которые Вы рекомендовали по Залманову (в основном читаю установки для этой же ванны), курс уме на 23 ванне, и я чувствую реальное прояснение в своем

< озиании! Я даже с первых ванн смогла формулировать свою цель четче. А буквально вчера внесла корректировку, убрав напрягающую часть цели, и ощутила такой подъем, что даже сложно опи- (ать словами!

Воспользовавшись также Вашими картами «ТАРО пространства вариантов», я четко поняла и ощутила на себе, что такое «Чужая цель». Она были не вся чужая, но хватило и части, чтобы угнетать и удерживать. Ощутила внутри, как будто сняла с себя ношу, и тут же словно меня что-то подняло выше, как на волну.

Этот подъем вызывает внутри меня ощущение счастья, несмотря на то что моя цель очень далеко от меня на данном этапе моей жизни и для ее достижения мне предстоит решить очень длинный список задач. Но теперь я понимаю, что такое быть счастливой

даже на пути к цели».

Действительно, книга дает ответы намного оперативней, чем автор, у которого и

так гора писем. Нужно лишь взять эту книгу и вдумчиво прочитать, держа в голове свои вопросы и цели. Книга живо отзовется. Ведь она — живая сущность и рада помочь вам, если и вы к ней бережно и внимательно относитесь.

*«В моей жизни все пока идет стабильно, закончила I -й курс института, мама работает на хорошей работе. Но грядут перемены: мы решили оставить город. Приехали из Украины двое старых знакомых с золотыми руками, строят нам дом. Мама хочет переехать уже зимой по окончании строительства. Она выходит замуж за одного из них (они великолепно подходят друг другу, общие интересы, цели, планируют участок, дом, сад, разумеется, любят природу). К тому же он — столяр, сам из деревни, поэтому и косить, и рубить и копать в огороде — проф.*

*Так вот а чем дело, мама оставляет хорошую работу (это ее право, я ни в коем случае не виню), НО мне нужно платить за инсти тут, как-то существовать, т.к. на ноги полностью не встала.*

*Устроилась на работу, на почту, но ЗП там хватит разве что на еду и оплату жилья. А учебу придется бросить. Жить а системе не хочу (перепробовала много видов работ, перспектива пахать на всю жизнь не привлекает), но нужно доучиться, мне кажется. Чем более, все давят своим стереотипным мышлением: «Кааак? бросаешь учебу? А что ты будешь делать в деревне? На что жить? А как без Интернета?».*

*Мама говорит: «Езжай с нами, зачем тебе это высшее Зомбоо- бразованье, тем более ты работать и жить в городе не хочешь. Там не дают истинно нужных знаний (например, арийско-ведических, как правильно жить в семье, воспитывать детей и т.п.)». Даже гели и окончу институт, все равно не факт, что будет хорошая работа.*

*Хожу на курсы шитья, ведь очень важно что-то уметь делать руками, планктоном все могут быть. Но не хватит времени либо на работу, либо на учебу, либо на шитье. Сама я точно пока себя обеспечить полностью не могу, нужно на ноги встать, по ПЕРЕМЕНЫ...*

*У меня несколько путей.*

1. *Переехать жить в деревню, оставив все (у меня есть еи,е среднее специальное образование). Но, поговорив на почте с коллегами, выяснила, что без «вышки» не берут на многие должности (поэтому, собственно, они и на почте). Если решу вернуться в город (вдруг я на стену полезу от разгребания заснеженной дороги, затопливания печи, поедания маринованных корений), то меня ожидает продавец-консультант. У мамы и ее мужа будет своя семья, родится ребенок, может быть, и чего я там, как собаке пятая нога,*

*. иди иван-чай собирай или медитируй. Хорошо, но где там муж 41 ноле найдется?*

2. *Остаться в городе, жить на нищенскую ЗП, и учиться шить, к нянчить деньги у мамы из поселения (нехорошо, хоть она и говорит, что поможет, не оставит). Друзья практически все «отвалились», не о чем с ними говорить, кино и кафе меня не интересует.*

#### **НАСЬ 1. ПОИСК ЦЕЛИ**

3. *Доучиваться> но не работать — тогда знания будут, а денег нет. Институт и почта — это примитивизм, шить мне необходимо — НЕ вариант».*

4.

*Вы смотрите разумом. А надо смотреть сердцем. Выбирайте путь, у которого есть сердце. Не бойтесь выбрать путь, у которого, как вам кажется, мало шансов на успех. Главное, чтобы этот путь вам нравился. Средства и способы реализации найдутся сами. В пути, в процессе. Ваше дело — устремиться вперед, к цели. Препятствия сами упадут. Ваш разум просто не знает, каким образом это возможно. Смотрите сердцем.*

*«У меня проблема с жильем?,и необычная. Как только я населяюсь в квартире, соседи начинают делать капитальный ремонт. Мало того, где бы я ни жила, на моем этаже обязательно соседствует алкоголик или наркоман. Звонки а любое время суток,*

занимания денег на бутылку, оскорблении в случаях отказа. Уже несколько лет в моей квартире не прекращается грохот перфоратора. Сделали ремонты все вокруг меня, со всех сторон, сверху донизу. Теперь идут ремонты в выкупленных помещениях под офис.

*Я читала, что вы рекомендуете все раздражители пропускать, чтобы не раскачивать их маятники. Пропускать звук перфоратора невозможно сами понимаете. Получается, идет по жизни какое-то преследование моего спокойствия. Вы представить себе не можете, как я измучилась. Жаловаться бесполезно. Договариваться — тоже».*

Необходимо перестроиться на другую линию жизни, где ны живете в тишине и спокойствии. Но как это сделать? Нел к проникнуться любовью к соседям или игнорировать их окружение не удастся, значит, лучший выход — **поставить себе цель иметь свой дом**, и полностью сосредоточить внимание па этой цели.

Всегда, в любых обстоятельствах, полезно помнить один хороший принцип Трансерфинга: **если ситуация неразрешима, нужно поставить себе цель и двигаться к ней**. Не имеет даже большого значения, какую именно цель. **Важен сам факт устремления вашего внимания и намерения**. Решения найдутся, а проблемы самоустранятся, **в движении**.

### **Цель и миссия**

*«Моя цель простая, в принципе. Хочу быть финансово независимым, мало работать, а лучше вообще этого не делать. Иметь всякие там атрибуты богатой жизни, большой дом, пару машин, путеше-*

*Итоовать и иметь двух детей. Возможно, банально, но мое. Вопрос включается в том, правильно ли я делаю. Кручу целевые слайды,*

*■; иву в них. Как живу в своем доме, езжу на машине, как лежу на пляже под пальмами или сижу на краю бассейна, на Кипре где-нибудь. Не растекся ли я по слайдам?»*

Иужна не только цель, где вы что-то получаете, но и дверь — наша миссия. Миссия — это то, что вы отдаете. Невозможно и 1.41,ко получать. Надо найти такую цель, которая была бы одновременно и дверью в ваше благополучие.

*\*Должна ли своя цель быть очищена от денежного вопроса вообще? И возможно ли вообще не думать о деньгах? Если я правильно понял, следует задать себе вопрос: «Чем бы ты занимался, если денег у тебя было бы столько, что и за всю жизнь не потратить?» Просто для меня, наверное, как и для многих, деньги являются главным сковывающим фактором, не дающим отыскать свое предназначение. Иногда думаешь, и не знаешь, чего же я вообще хочу, если деньги — это не цель».*

Денег столько» «что за всю жизнь не потратить», не бывает. Не потратить — это по вашим нынешним меркам. Чем больше денег, тем выше запросы» так что денег всегда не хватает. Миллиардерам — в особенности. Им требуется очень много денег, чтобы сохранить, не растерять свои миллиарды.

Так что, в любом случае, цель ставить нужно, но и о деньгах не забывать. О деньгах не как средстве добыть чего-то, а как отдаче за то, что вы делаете, какую миссию выполняете. Можно сказать:

*Цель — это то, что мы получаем.*

*Миссия — это то, что мы отдаем.*

Но. Сначала мы что-то отдаем, а лишь потом получаем. Если встать перед зеркалом, станет ясно, что отражение не двинется навстречу, пока сам не сделаешь первый шаг. Поэтому **мы сначала отдаем, а потом получаем**.

Цель и Миссию разделить и различить трудно. Цель и Миссия вместе — это Стезя,

на которой человек успешно реализует себя в этой жизни. Если вы на своей Стезе и делаете все эксклюзивно и по высшему классу, отдача будет соответственно высокой. Отсюда вывод: надо все стремиться делать по высшему классу.

*«Все эти годы я мечтал стать обеспеченным человеком и около .-ода назад начал активно заниматься продвижением МММ. Под конец набрал кредитов на себя и жену на 2 миллиона, вложилась полностью, а потом все обвалилось, и остался долг перед банком. Ежемесячный процент оказался офигенным, 70 тыс./мес. Причем я не имел стабильного заработка».*

*Платил с перебоями проценты (сам удивляюсь, откуда брались деньги). Применяю различные методы Трансерфинга — каждый день читаю мыслеформы над стаканом воды, дом обвешал бумажками с мыслеформами, слушаю книги регулярно, но меня почему-то не хватает на визуализацию себя в комфорте и роскоши».*

Сначала надо любым способом вылезти из индуцированного перехода, куда вас забросило. Когда освободитесь, тогда и сможете представить себя обеспеченным человеком. Только для того чтобы получать, надо что-то отдавать, выполнять свою миссию. Пирамиды — это из разряда как получать, ничего не давая. Вам нужно искать свою миссию.

*«Я певица, переехала в США 2 года назад. Как мне кажется, всю жизнь мечтала стать известной певицей, как Мадонна, но в последнее время ловлю себя на мысли, что мне нравится не столько петь, сколько атрибуты всего этого, такие как деньги, слава (доказать всем, что я СМОГЛА). Но в то же время который раз убеждаюсь, что мир шоу-бизнеса жесток, что я слишком чувствительная к любой критике и грубости, могу просто не выдержать».*

*Воп оставил мне кто-то комментарий на канале: «Ты совсем не умеешь петь!» И настроение портится на целый день. Разве можно добиться успеха в шоу-бизнесе, не умея ходить по трупам и отвечать жестко на грубости? Или это клише?*

*И вот я прочитала письмо одной женщины в Вашей книге, которая хочет просто превратить свою жизнь в праздник. И не хочет ничего делать. При мысли о жизни-празднике мне стало радостно и подумалось: может быть не стоит мне лезть в жестокий мир шоу-бизнеса и пытаться что-то кому-то доказывать, а стоит просто превратить свою жизнь в праздник?*

*Путешествия, шопинг, рестораны. И заодно все мои враги обза- (идутся (это как бонус, уже не цель). А там гляди, может и смогу стать знаменитостью все-таки. Может ли это быть целью (быть девушкой-праздником), если Бог дал мне прекрасный голос и талант в*

*музыке, и красивую внешность»?*

Да, вполне достойная и интересная цель: «Я девушка-праздник». С одним немаловажным дополнением: «**Я** — приносящая праздник». Праздник в себе, внутри — невозможен. Он, как спичка, сгорит и погаснет. Вы не сможете долго праздновать, находясь в запаянной колбе. Должно быть движение, изнутри наружу и обратно. Вы несете праздник, дарите радость людям, и они вам благодарны, и радуются, и вы радуетесь вместе с ними.

Так вы реализуете свою миссию, а не просто наслаждаетесь жизнью. Наслаждения не возьмутся просто так, ниоткуда. А если и возьмутся, то быстро сгорят. Ваша жизнь происходит во взаимодействии с зеркалом мира: вы что-то даете, и вы получаете. Если вы что-то дарите, то и на вас сыплются подарки. Таков принцип.

**смркч:я з ЗЕРКАЛ**

**(Смотримся в зеркало**

*«Дело в том, что меня волнует, и всегда волновала, проблема отношений, любовь. Даже иногда это просто превращается в увлекательную игру, цель под названием —*

найди свою любовь.

*По это очень сложная игра. Когда ты влюблен, очень сложно снижать важность и все контролировать, разум как будто одурманивается и становится неуправляем. Я очень многое могу силой намерения, я знаю, и все это получаю, но я не ставлю себе хороших нормальных целей, нет чтоб мечтать о хорошей машине, об отдыхе или о материальных благах, о которых в принципе я мечтаю и они сбываются, но не ТАК мечтаю, как о любви.*

*Я почему-то каждый раз ставлю себе цель построить хорошие нормальные отношения, и каждый раз что-то идет не так, или я не тех людей выбираю... Но у меня как навязчивая идея, я не могу быть одна, мне всегда нужно кого-то любить и кому-то дарить любовь.*

*Сейчас такая ситуация, я влюблена, сильно, так сильно, что когда его нет, мне хочется умереть... Я не знаю, как бороться с этим, весь мир немил, ничего не хочется, никого другого не хочется, мне вот 30 лет, о. я как девчонка влюблена, даже стыдно становится.*

*Но все бы ничего, он сказал, что не нужны ему отношения серьезные, встречаемся время от времени, а чтоб серьезно, он не хочет, хотя я вижу, что тянет его ко мне, и даже чувствую, что боится влипнуть, поэтому порой избегает и отталкивает меня.*

*Но как мне его растормошить? Я все делаю по Трансерфингу, дарю ему любовь, ничего не требую взамен, все делаю для него, хочу, чтоб он был счастлив, помогаю ему, если надо в чем-то, дарю подарки, (деланные своими руками (я сама рисую и делаю поделки), добрая и иккавая с ним.*

*И вроде даже начало налаживаться, он стал чаще появляться, < тал более лояльным и добрым, но потом что-то снова пошло не так, возможно я переборщила с чем-то, пыталась спровоцировать в нем ревность, иди, может, моя важность зашкалила...*

*Потому что когда я была на позитивной волне, все было хор о и/о, и я была уверена, он меня полюбит, но стоило мне соскочить с волны, пошатнуться, как все пошло кувырком, и он снова пропал, и снова избегает меня.*

*Я извелась... что мне делать? Как снизить эту важность? Я знаю, что нужно терпение, и все такое, я и так терплю, глотаю обиды, уже почти полгода все это происходит. Ведь я знаю, что можно человека притянуть, я и притягивала, но он слишком сложный, у него большая сила воли».*

Вам следует отказаться от настроя «притянуть его к себе». Чем больше вы прикладываете усилий, тем хуже результат, потому что попытки притянуть всегда направлены на отражение в зеркале. Вам нужно создать образ, который притягивает. А для этого нужно просто любить. Больше вы ничего не можете сделать. Пели и это не помогает, значит, не строить иллюзий и искать свою половинку.

*«Моя жизнь более чем устраивает меня. Пользуюсь успехом у мужчин. Я очень позитивный и, главное, свободный человек. У меня есть одна цель, намерение — найти мужчину своей мечты. Я нарисовала его образ еще 2 года назад и фактически еще до прочтения книги буквально применяла все методы Трансерфинга, сама о том не зная.*

*Я столько прокручивала в голове его образ, что мне уже начинало казаться, что я реально знаю его, что он реально существует, что он реально мой парень! Я даже попросила свою самую близкую подругу-художницу нарисовать его на листке бумаги. Мои близкие друзья постоянно твердят мне: «Ты найдешь его, по-другому и быть не может». Да, они меня всячески поддерживают, заряжают энергией.*

*Жаль, что у меня долгое время была привычка каждому прохожему рассказывать о моей цели, мор., придумала я образ мужчины, нарисовала в мыслях его лицо и тело,*

какие у него волосы, голос, какой характер, и я намереваюсь найти его.

*Естественно, из 100 человек только 5 меня понимали. Хотя нет худа без добра — зато я научилась наплевательски относиться к негативным откликам в адрес моего намерения. Какое им всем дело до моей цели? Да кто они такие, чтобы мне указывать? Да пошли они к... Богу! Да-да, Бог с ними, да будут они счастливы, и пусть им не будет дела до меня, так, как мне нет дела до них».*

Как я уже не раз советовал, не надо рассказывать окружающим о вашей цели, уже хотя бы по причине того, что могут «сглазить», в той или иной форме. Наша цель, а тем более ваша мечта, — это интимная тайна между вами и вашим миром.

Одного лишь мечтания недостаточно. Надо иметь твердую установку, устремленность на достижение цели, а не просто плавать в мечтах, как в облаках. Возможно, на данном этапе нас вполне устраивает такое плавание. То есть устраивает сам процесс мечтания.

Л возможно, вы даже не видите свою половинку, поскольку невнимательны к людям. У меня создалось такое мнение, потому что вы сами признаетесь, что рассказывали о своей мечте уже многим, что свидетельствует об известной доле эгоцентричности. А вы проявляли искренний интерес к окружающим людям? Возможно ли, что вы рассказывали о своей мечте своим половинкам, сами не подозревая о том?

ЧАСТЬ 1. ютцим

Последовавший ответ:

*«Помните мое письмо, как я искала свою вторую половину? Оказывается, на тот момент я уже была реально знакома с моим идеалом, но не обращала на него внимания, потому что он внешне не совпадал с моими мечтами. Но обстоятельства сложились так, что мне пришлось познакомиться с ним еще ближе и узнать его. И потом случилось чудо, мы влюбились друг в друга, и я поверить не могла — он оказался тем, кого я ждала!»*

*Он очень красив, просто он на тот момент не был брюнетом, не был высоким и мускулистым, вот и я, дура, проглядела его. Теперь мы — пара, а он уже успел вырасти и набрать мышечную массу, и даже подкрасился в брюнета, ради меня, хотя я не просила об этом, он сам нашел мои рисунки моего идеала и решил внешне стать похожим на него. Теперь я самая счастливая девушка на свете».*

*«Как я понял, дела должны идти равномерно и без психов. То есть, определяя следующую задачу, я руководствуюсь выбором души. Так, купив недавно автомобиль, который очень понравился мне (по душе), я поломался на трассе, занял много денег на ремонт и кое-как успел сделать дела. Машина действительно мне нравится, но это что получается, что моя душа неудачник? Почему именно эта машина нравится мне? Для полного ремонта нужна большая сумма.*

*Еще много всяких неурядиц. Купив квартиру в новостройке, мы получили ее только через полгода, и то в очень ненадлежащем качестве. Подписывать договор акта приемки, в котором четко прописано «Претензий не имею», я отказался. Теперь придется бороться, чтобы нам ее восстановили. А если не бороться, значит согласиться с застройщиком? Так это?»*

*Вопрос вот в чем: если это моя цель, значит, будет все приятно и нормально. А если не моя цель — все будет с натяжкой и психами? Просто последнее время получаются так, что свое нужно отстаивать и бороться. Как только я отказываюсь бороться, все начинает решаться за меня, и я остаюсь в полной ж. По в книге Вашей написано: бороться нельзя!»*

Во-первых, такого слова не было — «нельзя». Во-вторых, с чем бороться не следует, так с отражением, поскольку это бессмысленно. Надо различать, где находится

отражение, а где образ, который был изначально. У многих (не у всех, конечно) отражений в вашей реальности есть соответствующие образы ваших мыслей. Что-то в реальности происходит независимо от ваших установок и отношения, но лишь небольшая часть. Многое определяется тем, что творится у вас в голове.

Возьмите на вооружение основные принципы Трансерфинга: координация намерения, движение по течению вариантов, контроль за важностью. И главное, наблюдайте за собой, своими мыслями, отношением к событиям и последующей реакцией в окружающей действительности. Увидите прямую корреляцию между тем, что у вас внутри, и что снаружи.

*«У меня две цели, достижение которых сделает меня счастливым человеком. Первая — встретить свою половинку. Вторая — решить вопрос финансового благополучия. Я правлюсь мужчинам, меня окружают хорошие интересные люди, но среди них нет МОЕГО человека. А моя половинка никак меня не находит.*

*Я декларирую намерение встретить его, использую технику «стакан воды», контролирую важность (хотя иногда маятник цепляет, и я завышаю ее, но сразу стараюсь снизить). Но что-то, видимо, не так делаю. И финансовый вопрос точно так же не меняется».*

Ваш мир заполняется тем, на чем сосредоточено, зафиксировано ваше внимание. Исходя из этого принципа, для того чтобы притянуть в слой своего мира свою половинку, надо почаще думать о ней — о некой воображаемой личности, с определенными качествами.

Только стараться не подходить с позиции оценщика, не сравнивать окружающих людей с вашим идеалом. Если будете сравнивать и анализировать, вот, у одного то не так, у другого это не этак, тогда ваше внимание будет зафиксировано как раз па том, чего бы вам не хотелось — на недостатках.

Точно так же, если в поисках нужной одежды вы не находите ничего подходящего и начинаете крутить в мыслях одну и ту же пластинку, «ну ничего хорошего нет!», тогда действительно, сколько бы вы ни искали, ничего не найдете.

Надо не задерживать внимание на том, что вам не нравится или не подходит. Старайтесь быстренько пробегать мимо таких вещей и людей. В вашей голове должен быть только желаемый образ — с этим образом вы должны целеустремленно двигаться вперед, не оборачиваясь, не цепляясь за все то, что с ним не сходится.

С финансами несколько иначе. Если ставите перед собой некую планку — сколько хотите получать, тогда надо не просто ждать, когда деньги свалятся с неба, а внимательно глядеть по сторонам. Должны открыться двери — возможности, которые покажут, каким образом цель может реализоваться. Открывающиеся двери могут также указать вам миссию — то, что вы будете отдавать, чтобы затем получать.

Либо, если ваша миссия вам известна, необходимо также крутить слайд о том, что вы успешно выполняете свою работу, и эта работа нужна людям, и очень востребована, и приносит людям реальную пользу, и так далее. То есть, чтобы получать, вы должны что-то и отдавать. Так работает зеркало.

*«Начала применять технику, не очень, правда, активно — ну там чтобы маршрутка вовремя пришла, пустая, или чтобы электричество на работе пропало и нас домой отпустили (правда, после этого комп выключался уполько у меня — ведь я же влияю только на свой слой мира, не так ли). Надо признать, техника работает в больший стве случаев, но не всегда — не работает после выбросов энергии, как с мужем поругаюсь, так ничего и не работает».*

Чтобы в вашем мире все было правильно, как надо, необходимо следить за чистотой своих «выбросов». За тем, что вы посылаете в окружающее пространство. Посылаете взрывы негативных эмоций — за ними последуют соответствующие круги на

реальности. Посылаете в мир агрессию, недовольство, недоброжелательство — все возвратится к вам бумерангом. Это не значит, что следует быть «насиленно довольным», просто соблюдайте **ментальную гигиену**, хоть какую ни есть.

Злоупотребляете алкоголем, табаком, наркотиками — то же самое -- у этих вещей плохая энергетика, они тоже ничего

хорошего в вашем мире не делают. Например, творческой, созидательной работой с похмелья лучше не заниматься — все будет из рук валиться, даже не по причине плохого самочувствия, а потому что энергетика в данный момент низкоуровневая — для работы, типа, могилы копать, мусор разгребать, и так далее.

### **Меняем установки**

*«Мне был 21 год, я познакомился с девушкой. После долгих переживаний от безответной любви начал считать, что мир жесток и в нем правят только жестокость и сила.*

*Мы гуляли, общались, все как обычно, и я думал, почему бы не попробовать завязать отношения. У нее уже был ребенок 3-годовалый, меня это почему-то ничуть не смущало, а даже наоборот. Я заботился о ней, по мере возможности, и о ребенке тоже, возможно даже иногда больше, чем о ней. Я полюбил ее и ребенка, хотя в начале отношений знал, что она ко мне относится, как бы, ну есть, да есть и Бог с ним. Хотя потом говорила, что любит, а я верил.*

*Прошел почти год, и у меня начались проблемы. У меня не стало работы, появились долги, я потерял паспорт, у меня не стало машины. Друзья начали отворачиваться, появилась депрессия, и я уехал ненадолго из города, чтобы привести мысли в порядок. Когда приехал, в придачу ко всему она меня бросила. Аргументировала, что ей без меня хорошо, и что я ревновал постоянно, и т.д.*

*Я переживал очень сильно, и некоторое время у меня ни на что не поднимались руки. По с другой стороны, это был своего рода пинок из ямы, в которую я катился. Я начал заниматься спортом, начал работать, начал мыслить иначе. Начал жить и просто радоваться всему, что происходило.*

*Энергии было просто огромное количество! Позже появился небольшой бизнес. Я начал читать книги, хотя раньше это дело вообще ненавидел. Со временем я узнал про Трансерфинг. Друзья стали говорить, что я другой, лучше, чем был. Пробовал встречаться с девушками, но ничего хорошего не выходило, потому что вспоминал прошлое и сравнивал. И в глубине души хотел вернуться.*

*Позже познакомился с девушкой, которая смогла меня отвлечь от прошлых воспоминаний. Мы встречаемся до сих пор, и я хотел сделать все, чтобы ей было хорошо.*

*Хоть мы и не ругаемся, у меня нет очень сильного чувства к ней. Бросать я ее не хочу, но если она меня бросит, я не расстроюсь, а только порадуюсь, если, конечно, она будет счастлива при таком варианте! Я желаю ей только добра, она как ангелок. Но иногда отношусь к ней не совсем хорошо, без внимания. Не знаю почему, может быть, не ценю то, что у меня сейчас есть. Как и в прошлый раз, наверное.*

*Но со всем этим пропала и моя энергия. Во мне нет той активности, что раньше. Что-то идет хорошо, и что-то наперекосяк. Я думаю о том, что мне лучше всегда быть одному, хотя это и больно иногда. Но тогда я хотя бы что-то чувствую внутри.*

*Я вспоминаю о прошлом с какими-то непонятными ощущениями, больше не могу ничего вспоминать, чтобы трепало мое сердце. А когда пытаюсь забыть, оно мне снится, в основном бывшая девушка, и от этого у меня портится настроение. Моя настоящая девушка видит, что мне плохо, и ей тоже становится не по себе.*

*Еще не могу понять, чего я хочу. Какова моя цель!<sup>1</sup> Мое предназначение? Быть одному или быть с кем-то? Работать или развивать свое дело? У меня так во всем. Я как весы, и там хорошо, и там хорошо, и там плохо, и там плохо. Ощущаю себя иногда каким-то воином, который должен быть вдали от дома и сражаться непонятно за*

что и за кого.

*Я чувствую прилив энергии только тогда, когда надо с кем-то соперничать. Я чувствую, что живу, когда с чем-то борюсь, с жизнью, с собой, с врагами. Л когда все налаживается и все хорошо, мне становится скучно. Хотя, может быть, это маятники?»*

Что вам нужно сделать:

1. Перестать оглядываться в прошлое. Что было, то прошло. Ваши неудачи в прошлом случились не потому, что вы не справились, а потому, что это было не ваше.

2. И бчнунуть на чувство обязанности и долга по отношению к другим людям. Похоже, оно у вас несколько завышено, так что, если плюнете, большого вреда не будет.

3. Искать свою половинку. Если есть сомнения, не уговаривайте себя и не заставляйте себя любить человека, которого на самом деле не любите. Вы уже получили свое отражение в первом опыте.

4. Скорректируйте свои делеустановки. Вы живете не для кого-то, а для себя. Не сравнивайте себя с другими, будьте собой.

5. Ну а по поводу «борьбы с жизнью, с собой, с врагами» — перечитайте заново Трансерфинг, вы так и не поняли ответ на загадку Смотрителя.

*«Я работаю на производстве, ЗП низкая, но есть свободное время, в том числе на живое питание и книги. Работать неинтересно. Решил поменять работу: взял отпуск и устроился в риелторское агентство. До этого искал сферу своей деятельности (хоть и нельзя, ведь разум мешает), путем размышлений, очень долго. В голове было лишь одно, что только на торговле, особенно на недви-*

*чимости, можно нормально зарабатывать. Представлял себе сам процесс работы. В воображении все хорошо: свободный график, общение с людьми, динамичная работа, новые знакомства, свобода и т.н. Но на практике, когда начинаю звонить людям, настроение падает и ничего не хочется, кроме как опять залезть в свою раковину и жить спокойно, без суеты. Я на распутье. Как быть?»*

Мешает не разум, а установка: чем бы таким заняться, чтобы хорошо зарабатывать. Нужно поменять эту установку: крутить слайд «я хорошо зарабатываю», представляя все сопутствующие атрибуты достатка. А дальше, и уж потом — глядеть по сторонам, чем бы таким заняться. Заняться именно для своего удовольствия и удовлетворения, а не для заработка. На фоне слайда, в котором вы — обеспеченный человек, откроются соответствующие двери, ведущие к такой жизни.

*«Я в депрессии. Схватился за Трансерфинг, как за палочку-выручалочку. Перевернул свою жизнь вверх дном. Уволился с ненавистной работы, чувствовал, что еще чуть-чуть, и либо работа, либо я. Благо деньги удалось подкопить к этому времени. Уехал в Крым и прошел курс обучения дайвингу — давняя мечта, съездил в Черногорию на машине с семьей.*

*Петь у меня хобби — искать «старину» с металлодетектором, монеты и т.п. Поставил себе цель — найти клад, такое случается с кладоискателями, иногда. Пропахал поле лопатой, сначала безрезультатно, потом нашел несколько старинных царских монет, даже одну серебряную, но в очень плохом состоянии.*

*Цель подразумевала праздник жизни: любимое хобби, которое приносит большой доход (некоторые редкие монеты стоят очень дорого), жизнь, как праздник, со всеми атрибутами.*

часть 1. ”ол:к цели

*Сейчас чувствую себя на грани срыва. Ничего не работает, клада нет, праздника жизни и подавно, надо вновь возвращаться на работу, а это приведет к усугублению депрессии, которая и сейчас уже владеет мной полностью. Что дальше? Каждый день задаю себе вопрос — почему кто-то живет и наслаждается жизнью, просто радуется*

*ей, а я при всем, что имею (замечательная семья), впадаю в отчаяние.*

*У кого-то, да, есть работа, которая напрягает, но для них это не главное. А для меня любимое дело — способ не писать черновик жизни, а жить здесь и сейчас. Но где оно, это дело? Какое оно? Получается, хочу того, сам не знаю чего? А впереди единственная возможность заработка — снова стать тем, кем я не являюсь, скучные встречи и переговоры, клиенты, которые выматывают все нервы, постоянный взгляд в окно, за которым где-то проходит жизнь, а я здесь, и значит, она снова пройдет мимо?*

*Хочу, наконец, почувствовать себя не в стойле, где смыслом становится постоянный заработок, переступая через себя, а в процессе, который доставляет удовольствие. Считаю, что нет ленивых людей, просто есть люди, которые занимаются не своим делом. Я массу усилий тратил на поиск клада, и это доставляло мне удовольствие— все, кроме результата, клада так к нет. Л сейчас, взгляд назад — взрослый дядька, а в сказки верю? И пустота...»*

Надо все-таки иметь больше терпения. Что ж вы хотите, прочитали Трансерфинг, загорелись мечтой, и она тут же должна сбыться? С мечтой надо еще потрудиться, ее надо разработать, как проект, как золотую жилу. Искать с металлоде- тектором монетки — слишком примитивный проект. Можно и хобби трансформировать в серьезное занятие, но для этого и к делу надо подходить серьезно.

Если не знаете, с какой стороны начать, используйте Трансерфинг. У вас хороший слог, вот и изложите свою мечту на бумаге, нарисуйте слайд, со всеми подробностями. А потом постепенно дорисовывайте этот слайд, дополняя его новыми деталями. Так ваш проект выльется в нечто такое, что будет иметь реальную перспективу. Используйте принцип «допустить недопустимое». Подробнее об этом во «Взломе».

*«В мое подсознание с детства вбили много неправильных представлений. Ну, таких как: «Мы не родились королями, и таковыми нам не стать никогда», — на что я всегда яростно отвечала: — «А я стану, я могу!» — в общем, сопротивлялась, как могла.*

*Я проделала большую работу по удалению неправильных установок. Но судя по всему, что-то упустила. Я всегда очень четко ощущала все то, с чем не соглашалась душа. А вот чего она хотела и хочет сейчас, не разберусь до сих пор. На это просто не оставалось сил, как я сейчас понимаю.*

*Последние 2 года занимаюсь определением того, чего же все- таки душа хочет. Окунаясь в разные виды деятельности, с огорчением осознаю, что очередное занятие не по душе.*

*Я уже научилась легко притягивать к себе те или иные ситуации, в которых я могу проявить себя, так или иначе. Вопрос в том, что я не могу понять, что притянуть к себе, в чем буду чувствовать себя как рыба в воде. Приобретенная ситуация обязательно меня чем-то не устраивает».*

В векторе вашего намерения преобладает направленность на борьбу с окружающим миром. Об этом свидетельствуют ключевые фразы: «яростно отвечала, сопротивлялась, как могла, проделала большую работу по удалению, четко ощущала все то, с чем не соглашалась». Вам нужно переориентировать свое намерение с отрицания на утверждение, с неприятии на удовольствие, с отторжения на любовь.

Создайте себе жизнеутверждающие, позитивные мысленные формы, вставьте в свой «кинопроектор» и снимайте новое кино своей жизни. Создайте свой праздник. Для начала займите привычку получать удовольствие от всяких мелочей. Во всем, что вас

окружает, и с чем вы сталкиваетесь ежеминутно, можно найти удовольствие.

Например.

*Мягкие:* кресло, игрушка, подушка, пончики.

*Удобные:* туфли, прищепки, выключатель, наручники. *Надежные:* плоскогубцы, троллейбусы, вешалки, заборы. *Приятные:* кнопки на клавиатуре, колесико мыши, перчатки. *Освежающие:* прогулка, душ, коктейль, брызги из-под колес. *Вкусные:* пикник, любимое кафе, леденцы в жестяной коробочке.

*Интересные:* объявления в метро, рекламные щиты, лица прохожих.

*Удачные:* падения, совпадения, легкие ушибы, опоздания, расставания.

*Смешные:* пальчики на ногах, метрдотели, фильмы ужасов, маски омонцовцев.

*Радостные:* события, стюардессы, демонстранты, возвращения от стоматолога.

**От кого зависит мое счастье?**

*«Несколько лет назад в моей жизни произошли очень приятные перемены — меня по моей просьбе перевели работать в Западную*

*Европу. Для меня это было настоящим счастьем, так как я получила и интересную работу, и путешествия, и независимость а принятии решений, и интересный круг общения, и позитивные сдвиги в личной жизни.*

*В общем, все, как я хоте/га! Все было замечательно, я ощущала, будто бы я попала на свою линию жизни. Были и сложности, но когда ты делаешь то, что тебе нравится, там, где тебе нравится, и в окружении тех, кто тебе нравится, сложности — пустяк. Каждый день я замечательно себя чувствовала и с радостью благодарила мир за всю его заботу.*

*И вот одним январским утром я проснулась с ощущением, будто в мире произошло что-то необратимое и моя жизнь уже никогда не станет прежней. У меня было совершенно безотчетное чувство страха и незащищенности. Ощущение, будто некие внешние обстоятельства оказывают решающее влияние на мою судьбу.*

*Вскоре я узнала, что наш Западноевропейский офис закрывают через несколько месяцев. Я спокойно восприняла новость и начала продумывать план действий: мне совсем не хочется возвращаться — это было бы огромным шагом назад во всех аспектах моей жизни. Я надеюсь найти работу здесь и все уладить.*

*Но на меня опять навалился страх, неуверенность и плохие предчувствия. Пока еще ничего плохого не произошло, и зеркало продолжает показывать мне ту картинку, которую я с детства так хотела реализовать в своей жизни, но грядущие перемены и неизвестность пугают».*

**Следующее письмо.**

*«В итоге я уже полгода в Москве. Новой интересной должности мне не предложили, и я пошла на существенное понижение. Отноше- ни я с мужчиной прекратились — он не поддерживает со мной связь и общается, только когда я изредка навещаю город 5.*

*Ике варианты другой работы не сработали, вернуться в Европу тоже никак не получается. Но самое главное, я не знаю, в каком направлении двигаться. Все рухнуло сразу, в один момент — все, что мне было по-настоящему дорого и к чему я спокойно и целенаправленно стремилась.*

*Такое впечатление, что у меня почему-то забрали что-то очень важное, а взамен ничего педали. Из жизни, в которую я привела праздник, праздник забрали. И все мои попытки его возродить ни к чему не приводят».*

**Проблема, вместе с ее причиной» состоит в том, что вы связываете свою жизнь, успех и даже свою стезю с внешними обстоятельствами и людьми. Вот ключевая фраза из предыдущего письма: «У меня было совершенно безотчетное**

чувство страха и незащищенности. Ощущение, будто некие внешние обстоятельства оказывают решающее влияние на мою судьбу».

Чувство страха и незащищенности возникает именно в условиях, когда твое шаткое положение зависит от того, как повернутся события, какое решение примет начальство на работе, как поведут себя близкие люди. Значит, необходимо устранить прежние условия и создать новые, при которых твоя жизнь — в твоих руках.

Каким именно образом это сделать, мне неизвестно. Вам, скорей всего, тоже. Но в Трансерфинге знать средства и пути достижения цели совсем необязательно. Алгоритм здесь простой: вы крутите целевой слайд, а двери (возможности) уже сами открываются и показывают, как и что.

Нарисуйте себе картину, в которой вы сами определяете и решаете, где вам быть, с кем вам быть и кем самой быть. То есть картину, где вы — хозяйка своей судьбы. Все очень просто, какая лента у вас в голове, такое кино и будете наблюдать в реальности. Вот и возьмите на вооружение Трансерфинг. Вы его еще никогда и не использовали на полную мощь. Теперь нарисуйте себе свою жизнь сами. Что нарисуете в воображении, то и получите. Просто управляйте своими мыслями, и все.

*«Прочитала все Вант книги и сижу вот теперь и жду, когда мои волосы закручиваются и новые зубы вырастут... И чтоб все остальное приложилось, чего человеку для нормальной жизни требуется — и побольше, побольше... (Смех сквозь слезы.)*

*Первую книгу — 5 ступеней прочитала взахлеб, но почти ничего не поняла. Нет, я поняла, что такое Трансерфинг, и что это спасение, но когда собралась окунуться в это замечательное странствие — наткнулась на стену собственной безграмотности. Прочитала ее 4 раз — уже медленнее и с сознанием, пытаюсь учиться. Чем больше практиковалась, тем больше приходилось заглядывать в книгу.*

*Я не тупая от природы, но мне мало просто жить в достатке и иметь престижную работу. Мне вообще начихать, что обо мне думают. Ваша фраза «слиться с океаном» определила ош» смысл жизни для меня. Затем пришло осознание, почему я так одинока при нормальной семье и, по сути, не чувствую себя счастливым человеком. Энергетика на нуле, все симптомы, описанные Вами, налицо.*

*Я есть типичный продукт совковой системы (мне '15) — что бы вы делали в жизни, никогда не хватало, ни для мамы (подумаешь, отличница в школе и по музыке. а вот по плаванию не чемпион — работать больше, стремиться стать лучшим среди лучших), ни*

*для мужа (подумаешь, успех в бизнесе — место женщины рядом с мужем, дома, на отдыхе и каждую свободную минуту), ни для себя самой (всегда найдется рядом кто-то успешнее, каблук выше, должность престижнее и т.д.) В общем, работать, работать и работать, как завещал великий. Он, правда, завещал учиться, но в контексте «работать над собой» сгодится.*

*Надоела вся эта гонка в никуда. Все изменилось, когда прочитала еще одну важную для меня фразу (не дословно) «счастье здесь и сейчас, а не в будущем, которое может и не наступить».*

*Стало страшно, когда начала осмысливать, что же происходило со мной в течение жизни. Как минимум последние 30 лет жила чужими ожиданиями, желаниями, всегда кто-то направлял и наставлял меня на «правильный» путь. Л где я? Мои желания и мой путь? Страшно стало оттого, что я не знаю, куда идти, нет идеи. Пытаюсь вызвать душу на воспоминания — чего там она в далеком прошлом хотела — не помню, видать засосало с головой.*

*После «Взлома техногенной системы» появился свет в конце тоннеля. Занялась спортом (громко сказано — просто хожу в бассейн 2 раза в неделю) и перехожу на*

живое питание вместе с дочерью — ей 16. Пока присутствуют яйца, масло и сыр.  
Потеряла

7 кг — больше не теряю. Чувствую себя легко, и чувствую, как энергии прибавляется.

Сын (ему 20) посмеивался, но когда увидел результат, принял меня как есть, хоть и не придерживается моих взглядов. Л муж меня грызет, не переставая (не знаю, сколько еще выдержу), и считает, что меня надо спасать от этой опасной секты, куда я попала, и от анорексии (диагноз он сам поставил).

У меня нет желания слайдить его, как принявшего меня изменившуюся, просто есть желание уйти (как только вот собаку делить — она ведь меня больше любит). Мой муж — очень положительный во всех отношениях продукт системы, и я в данный момент выбиваюсь из построенной для моего существования

клетки. По моей оценке, он систему не покинет, а мне там уже места нет. У меня нет сожаления, что наступило прозрение. Я приняла мир вокруг меня как есть и позволяю другим быть другими — не разумно ли ожидать того же в отношении меня хотя бы от близких?

У меня нет желания кому-то проповедовать Трансерфинг, но и не вижу смысла подстраиваться под мое окружение — мне они почему-то стали не нужны. Я очень хочу перейти на питание проростками, водорослями и теми удивительными продуктами, о которых Вы рассказываете в Ваших книгах. В данный момент на моей кухне нет для этого места — я вынуждена отстаивать практически с боем каждый салат («подножный корм», «овечья еда» и т.д.), который я готовлю для себя и для дочери на ужин, а также фруктовый мусс на завтрак (для других я готовлю их любимую еду). Устала — хочу покоя для себя любимой.

Мой вопрос. Как определить точно, что те перемены, к которым я готовлюсь в личной жизни, есть МОЙ путь и освобождение от прошлого, а не битые руками по воде?

Я начинаю день с того, что настраиваюсь на все положительное, вижу во всем и всех только хорошее (пытаюсь), и держу в голове «мой мир заботится обо мне». Я не могу сказать «моя цель реализуется», потому что именно цели-то мне и не хватает для полного счастья — чтобы туда стремиться.

Вы пишете, что надо ждать и !<?лг> придет. Я и жду; делаю ежедневные дела и жду озарения, прислушиваюсь к шепоту утренних звезд и пытаюсь услышать душу — а она только плачет и говорит, как ей плохо, но ничего не говорит, что я должна сделать, чтобы ей было хорошо. Единственное, что мне приходит в голову — хочу, чтобы дома отстали от меня и оставили в покое. Как этого достичь — tFWA'fld: уйти.

Так как это понимать — это мир делает мою жизнь дома невыносимой, чтобы вынудить меня изменить свою жизнь (чего я в

общем-то и хочу), или я луплю руками по воде и принимаю поспешные решения?

В Ваших книгах есть примеры, где женщины описывают ситуации, когда подучилось «конвертировать» мужей туда же. А я не хочу его брать с собой. Это нормально? И как мне найти свою цель, если я нахожусь под ежедневным моральным прессом -- энергии уходит много, а как нейтрализовать или провалить этот маятник, я не

знаю».

**Вы видите выход лишь в том, чтобы уйти от людей, которые не разделяют ваши взгляды на жизнь. Но это может быть ошибкой и иллюзией. Скорей всего, обновленную вас не принимают потому, что вы себя сами еще не до конца принимаете. Зеркало. О том свидетельствуют ваши сомнения по поводу, на правильном ли вы пути.**

Путь верный, как говорят, когда у этого пути «есть сердце». Когда есть что-то такое, чего не надо объяснять, но в чем присутствует твердая уверенность. Л еще, если вступление на этот путь вдохновляет, приносит новую надежду. В 45 жизнь еще далеко не кончена. Напротив, в этот момент может быть се новое начало.

Перейти на живое питание, очистить организм, вплотную заняться своим телом, чтобы оно послужило еще столько же, а то и больше — хороший путь и достойная цель. Организм способен к регенерации. Но люди — большинство из них — не способны освободиться от элементарной пищевой зависимости. Если бы чувствуете, что способны и сможете, тогда у вас впереди еще большая и красивая жизнь. И, по-моему, у такого пути есть сердце.

*«Цель моей жизни лежит в плоскости обустройства личного сча- . /нья, как это ни банально. Когда я в отношениях и влюблена, у меня как будто крылья вырастают — все начинает складываться, и в работе, и в других областях.*

*Подсознательно чувствую, что была бы абсолютно счастлива, гели бы была счастлива в личном. По вся моя жизнь характеризовалась лишь короткими и мимолетными вспышками этого самого сча- • /нья, которое по/ном сменялось дикой болью и полной долгой отрешенностью от мира.*

*Не умею я отпускать людей, причем, понимая, что с ними все равно бы не сложилось рано или поздно. Сейчас, в свои М года, я по- прежнему одна с ребенком, и просвета в личном не вижу, не потому, что никто не обращает на меня внимания, а потому, что боязнь опять ошибиться настолько велика, что сродни почти паническому ужасу.*

*Чувствую, что маятники планомерно уводят меня с линий жизни, где бы я могла быть по-настоящему счастлива во всех смыслах, но перебороть себя и забыть весь прошлый негативный опыт я не могу. Понимаю, что счастлива буду в счастливом браке, но не могу позво- тить иметь себе его в слайде — не верю я в это, и /почка. А иного пути нет — ко всем остальным целям не лежит душа — только в личном счастье нахожу стимул».*

**Вы не верите, что можете быть счастливы в рамках своих представлений, и правильно. Не надо себя обманывать или вставлять себя верить. Видимо, что-то не так с самими пред- і тавлениями. Вы связываете личное счастье с другими людьми. Вот если найдется подходящий человек, тогда я буду счастлива. Но это иллюзия зеркала. Вы пытаетесь отыскать в отражении то, чего нет в образе.**

**Зеркало — это внешняя реальность, включая людей, которые вас окружают. Там не появится человек, который вас осчастливит, до тех пор, пока вы излучаете несчастье. Точно так же вы не повстречаете любовь, если сами любовью не светитесь. Вся штука в том, что, стоя перед зеркалом, вы должны сначала отправить туда подходящий образ, а лишь затем ожидать соответствующее отражение. Но никак не наоборот.**

**Значит, надо начать с себя, с поиска счастья и любви в себе самой, со своих маленьких радостей, маленьких праздников. 13 жизни всегда можно отыскать множество маленьких радостей и удовольствий. Сосредоточьтесь на них, создавайте их сами, выдумывайте, сотворяйте. Создайте праздник в своей жизни. Не говорите, что не умеете и не знаете как. Ведь вы умеете наряжать новогоднюю елку и накрывать праздничный стол? Так же, по аналогии, можно наряжать свою личную пла- нетку, свой мир.**

**Когда вы на своей планетке организуете праздник, независимо от внешних отражений (людей, обстоятельств), а сами, так же независимо от наличия предмета любви, станете излучать любовь (к чему угодно — к окружающим деревьям, цветам, бабочкам, подлокотникам, тротуарам, светофорам), зеркало, безусловно и неминуемо, отразит созданный вами образ в окружающей действительности. Что**

будет — сами увидите. Смотрите и удивляйтесь.

### **Становимся достойными**

*«Мне скоро исполняется 21 год, живу с отцом и братом в однокомнатной квартире, которую мы снимаем. Хотя жизнью я бы это не назвал, скорее существование в матричной ячейке. Мы зашли а*

### **СТАНОВИМСЯ достойными**

*какой-то тупик. У отца свое дело, и уже года 3 оно еле себя и нас тащит. Финансов хватает на еду, одежду, ну и на мелкие расходы.*

*В общем, мы все очень разобщены, тихо достаем друг друга, в тесном пространстве возникает много конфликтов, и каждый из нас пытается сидеть в своем углу за своим компьютером.*

*У меня есть среднее специальное образование. Я учусь в вузе на чючном. Подыскиваю работу. Стремлюсь к самостоятельности и независимости. Сначала поставил цель приобрести квартиру, чтобы съехать и жить одному, но не смог добиться единства с душой. Слишком унылый слайд получался, один в однокомнатной квартире, а работаю, чтобы жить одному.*

*После поставил себе цель купить дом. Это уже вызывает небольшую радость души. Стараюсь свыкнуться с тем, что я достоин и могу иметь свое личное пространство, но пока плохо получается. )нтузиазм то появляется, то исчезает. Мне не удается сформировать образ, в котором я владелец своего участка и дома на нем. Каждый раз мне кажется, что что-то тут не так, и я изменяю образ.*

*Мой вопрос, как мне визуализировать свою цель, если я не знаю, какой она должна быть? Я читал, чтобы успешно визуализировать цель, нужно виртуально прогуливаться по своему дому, заглядывать в холодильник, сидеть на диване около камина, ну и так далее».*

**Если не считаете себя достойным — крутите слайды и расширяйте зону комфорта. Если не имеете представления, что такое свой дом — ищите, узнавайте — в информации недостатка нет. Если не знаете, каким образом цель может осуществиться — так вам этого не надо знать сейчас — потом, и пути, узнаете.**

### **чдсты. поиск цели**

**В качестве цели всегда лучше сразу ставить высокую планку — не однокомнатную квартиру, а свой дом. Когда поставите себе такую цель и начнете двигаться к ней, в окружающем мире будут происходить перемены, открываться двери — возможности, которые покажут вам, что делать дальше. На пути к дому квартира появится как промежуточная ступень.**

*«Ничего не зная о Трансерфинге, я много лет крутила в себе позитивный слайд о воплощении самой заветной и дорогой мне цели. С течением времени моя вера угасала, и мой слайд казался просто сладкими грезами. Как вдруг совсем недавно совершенно неожиданно для меня реальность начала материализовываться передо мной, как чудо!*

*Оказалось, я настолько была морально не готова к ее реализации, что счастье упало мне на голову, а я пустилась наутек! И вот тогда, упустив свою удачу, я и нашла Ваши книги. Я поняла, что у меня совершенно не было решимости Иметь. Я оказалась тем нищим, что смотрит с улицы на праздничный стол, но не может войти и сесть, если его не пригласят.*

*О, так меня пригласили, и даже стали уговаривать, и даже потащили за руку, а я стала вырываться и сопротивляться. Бывает же такое! Если сравнить меня с тем нищим, то я сразу же нашла у себя множество препятствий к получению уже, казалось бы, воплотившейся в реальность цели: а как я сяду за стол в грязных лохмотьях, о чем буду беседовать с этими уважаемыми людьми, как они будут смотреть на меня, что подумают, я не умею пользоваться приборами, не обучена манерам... Сотни комплексов сразу же выползли наружу.*

*Думаю, в жизни бывает нелегко отличить справедливость утверждения «все, что ни делается, к лучшему» от того, что все сделалось к лучшему, но сама ты, к несчастью, оказалась не*

*готова к тому, чтобы принять и иметь это лучшее. Сейчас я работаю над решимостью Иметь. Буду искать ответы в Наших книгах».*

**За ответом далеко ходить не надо, он простой: решимость иметь, если ее нет изначально, формируется постепенно, в ходе работы над целевым слайдом. Вы представляете себя в картине, где цель уже реализована, живете в этой картине вир- I уально, и таким образом зона вашего комфорта расширяется. Мечтать и летать в сладких грезах нельзя — надо заниматься прокруткой слайда намеренно, целенаправленно, и знать, что по конкретная работа, которая дает конкретный результат.**

*«Как изменить отношение к прошлому? Как отпустить себе грехи? Как перестать бояться? Или — как перерасти эти все страхи- сомнения? Или — почему меня все это цепляет?»*

**Не надо пытаться менять отношение к прошлому или вообще что-то с ним делать. Что вы можете поделать с прош- • ым? Ничего. А во г оно может волочиться за вами, портя нишу дальнейшую жизнь. На самом деле это просто плохая и ненужная привычка — оглядываться в прошлое. Надо выработать новую привычку, приучить себя смотреть только вперед, стремиться только к будущему, к целям, а прошлое оставить в покое.**

*«Мои доходы потихоньку растут, но не настолько, как я хотела и ц итировала. К тому же какие-то расходы наваливаются, которых я*

*совсем не ожидала (ну, например, попала в ДТП, остановил гаишник, какие-то мероприятия, ремонты и т.д.) Может, я еще не позволила себе иметь эти деньги, которые хочу на новую машину, на путешествия? А еще сомневаюсь в себе как в профессионале».*

**Ваша зона комфорта тоже раскрывается не сразу. Крутите целевой слайд и живайтесь в свою новую роль. Приучайте себя к уверенности в том, что достойны и сможете.**

**Поднимаем энергетику**

*«Как поднять энергию? Ничего не хочется. Просто как овощ сижу перед ком пью тером ».*

**Нет цели — не будет и движения. Нет движения — не будет и энергии. Надо найти себе цель и начать движение к ней.**

*«Что делать, если не чувствуешь под собой опоры? Будто все стройматериалы готовы, чтобы начинать что-)но строить, но фундамент шатается и крошится. Чувствую усталость и разбитость, причем уже лет десять, наверное. С самого детства эта усталость меня преследует, я даже не знала другого состояния и считала это нормальным».*

**Иногда ответы на вопросы лежат не в сфере эзотерики, а в области обычной физиологии. Возможно, причина усталости в неполадках с позвоночником. Надо найти хорошего остеопата.**

**Кроме остеопатии, недавно появилось еще одно прогрессивное направление в медицине, которое устраняет причины многих недомоганий, — Атласпрофилакс [http://www.](http://www.atlasprof.ru/)**

**[atlasprof.ru/](http://www.atlasprof.ru/) Поинтересуйтесь.**

ситъ уровень энергетики, чтобы хоть немного сдвинуться с места? Живое питание мне не по духу, как мне кажется, но попробовать хочется».

«  
Мне 35  
лет,  
приме  
рно 4  
года

назад я начал читать ваши книги, начал больше нить, полагаясь на течение вариантов, в общем, у меня все скверно, я никто и ничего не хочу, цель так и не появилась».

**Надо не полагаться на течение вариантов, а осознанно двигаться по нему. Это разные вещи. Цель тоже просто так не появляется — надо поставить себе цель найти ее. Включить намерение, включить осознанность. Только, если будете пить, пи намерения, ни осознанности вам не видать. Так что надо выбирать, либо пить, либо управлять своей реальностью. Я в свое время выбрал второе.**

*«Дело в том, что я, наверное, не могу поверить в идею Трансерфинга, и это, очевидно, мешает мне перейти к практике. Как же не стартовать? От очередного прочтения Ваших книг у меня меняется настрой к жизни в позитивную сторону, но скоротечно все возвращается на прежние места. С целью повысить энергетику я три года назад бросил курить, исключил любое спиртное. Энергетической гимнастикой не занимался, зачастую некогда, чтому надо уделять время регулярно, а я не могу. Как же мне поем*

**Энергия высвобождается и активизируется в действии. Нужно поставить себе цель и начать движение к ней. Движение лучше осуществлять одновременно на физическом и метафизическом плане. То есть действовать в материальном мире и крутить слайды в виртуальном. Когда вы серьезно относитесь к дуальной природе нашего мира, ваша эффективность значительно возрастает. Скептики или мечтатели, использующие лишь одну выбранную ими сторону, действуют неэффективно.**

*«Как и героиня одной вашей рассылки, я была в ситуации «жить не хочется». Предыстория: в одночасье навалилась куча проблем со всех возможных сторон (теперь-то, благодаря Вашим книгам, я знаю, как своими руками создала себе персональный ад!). Проблемы на работе, конфликты с мужем и дочерью-подростком, дом рушится в прямом смысле, соседи достали, даже собаке, срочно необходима дорогостоящая операция. И финальный аккорд: я потеряла ребенка. По ощущениям — сама умерла. По инерции, как зомби, ходила на работу, общалась с людьми, но каждое утро просыпалась с мыслью «жизнь уже кончилась, что я тут делаю?».*

*Кажется, мой мир понял, что перегнул палку, и с помощью коллеги по работе «нечаянно» подсунул мне, как теперь шутят, «пятикнижие Зеланда». Я постаралась не забивать гвозди микроскопом, а использовать инструмент по прямому назначению.*

*Спустя 4 года: собака жива-здоровая, шумные соседи переехали, дома все работает исправно, дочь имеет все шансы поступить на выбранную специальность и дружит с хорошим мальчиком, муж любит и ценит. А начальство ждет не дождется, когда я на работу выйду из декрета!*

*Вот как, мой мир настолько точно выполнил заказ па сына, вплоть до малейших черт характера и ямочек на щеках! А уж про мелочи, что говорить, раз я решила, что до трех лет буду дома с ребенком, так какое имеет значение, что у мужа зарплата маленькая, а мне после полутора лет вообще пособие не платят? Подумала, что неплохо бы старшую барышню приодеть — знакомые приносят кучу почти новых фирменных вещей, просто так. Обещала сыну море показать — мне подвернулась разовая работа, за которую очень хорошо заплатили. Настаивала, что долгими зимними вечерами надо ходить в развивашку? Деньги на меня буквально с неба*

свалились, ровно на 3 месяца занятий.

Одна проблема — вроде и жизнь-праздник, но отчего я постоянно уставшая и невыспавшаяся? Уже и ребенок подросток, и время для себя появилось... Не знаю, насколько надо быть такой слепой, чтоб черным по белому читать ответы на свои вопросы — и не видеть очевидного.

Стала читать «Взлом». Ага, все так. Мертвая пища вызывает наркотическую зависимость. Угу, то-то же мне, кормящей маме, во время вынужденного «здорового питания» снилась жареная курица в шоколаде. Ваши мысли навязаны вам маятниками. Ну да, наверное так. Собака запрыгнула на кровать, вынуждая подвинуться. Ну, дожили, даже собака мне диктует, что делать! Что-о-о? Кто там за меня решает? Где мои собственные мысли?

«Апокрифический Трансерфинг» стал «подподушечной» книгой. Пока шли посылки с шунгитом-активатором-аквадисксом, добыла денег на оплату (вообще ничего сложного — как раз родственники и друзья стали интересоваться, что подарить мне ко дню рождения), муж пару раз пытался переубедить «питаться нормально», но я исправно готовлю ему супы и котлеты, так что все довольны.

Можно сказать, что стаж преимущественно живого питания у меня ничтожный, что это все эмоции и т.д. Ну уж ист, мне и месяца хватило, чтобы почувствовать вкус свободы! Впереди лето, фрукты-зелень, ежедневные прогулки с ребенком в парке — все необходимые условия для работы со следующей целью!

Конечно, я не сверяюсь ежеминутно с книгами, «так ли доктор прописал», скорее они задают общее направление и поддерживают нужный настрой. Все уже хорошо, а будет еще лучше!»

### **Без комментариев.**

«Заинтересовалась контролем над сновидениями и столкнулась с проблемой, которую не могу объяснить. Мне с детства снятся аномально яркие и реалистичные сны, как фильмы, в которых я могу худо-бедно управлять развитием событий. Утром, прокручивая события сна в голове, понимаю, что наяву действовала бы так же. Хотела бы, со всяком случае.

Я стала спрашивать себя по 10 раз на дню, «реален ли этот конкретный момент». И поняла, что не могу честно отвечать себе на этот вопрос. Я не знаю. Как я могу знать, если во сне в большинстве случаев мы не понимаем, что это сон. Может быть, я сейчас решу, что не сплю, а через десять минут проснусь! А через несколько дней, вспоминая какое-либо событие, я не помню, снилось ли мне это, или было на самом деле.

Это ли нормально? Мне кажется, я теряю реальность. Границы между сном и «не сном» очень слабые. Меня это в принципе не пугает (а может, должно?), наоборот, удивляет, захватывает. Скажите, что можно из этого извлечь полезного или чем это может обернуться?»

Думаю, вы все-таки понимаете, что это не сон, когда спрашиваете себя наяву. «Принцип действия» реальности и сновидения почти одинаков, с той лишь разницей, что сновидение более пластично, чем реальность. Скажем так, реальность — это сон более высшего порядка, чем обычный.

Значение (практическую пользу) и в том, и в другом случае имеет состояние осознанности. Когда ваше внимание поднимается над состоянием (уровнем) сна, вы можете управлять ходом своих мыслей. А управляя мыслями, вы управляете реальностью. Но для этого требуется иметь достаточно высокую энергетику и ясное сознание. Потому я и уделяю много внимания именно этим вопросам — очищению тела и разума.

*«Как вы относитесь к самодисциплине?»*

**Да, определенная дисциплина необходима, без этого нельзя даже автомобиль водить, а уж реальностью управлять — и подавно.**

*«Как вы получаете информацию из пространства вариантов? Я хочу сам найти ответы на свои вопросы, но что если у меня все время депрессия, вкус жизни потерялся, ист цели, жить не хочется, просто не вижу смысла жить, не вижу просвета. Реальность все та же, добрая, но скучная. Я хотел бы сам черпать информацию, как и вы. Напишите, как это делать, и как мне проверить, правдива ли информация, не выдумка ли разума, не фантазия ли?»*

**Если никаких выдающихся способностей не имеется, надо для начала очистить свое тело и разум, чтобы энергия текла свободно и сознание было ясное. Тогда и депрессия уйдет, и канал к пространству вариантов откроется.**

**Информация правдива, если она работает. Трансерфинг, насколько мне известно, работает.**

**Не выдумка ли разума? Разум вообще выдумывать не умеет. В голове нет ничего, кроме серой студенистой массы. Человеческий мозг отвечает в основном за обработку внешней информации. Функции мозга — прием и восприятие, но никак не «генерация» идей и открытий.**

**В лучшем случае (и это есть одна из высших форм деятельности разума) мозг может выбрать в пространстве вариантов какую-нибудь программу и начать ее ретранслировать, подобно биотелевизору. Например, транслировать позитивные и целевые мыслеформы — то, чего хотелось бы достичь. Когда человек намеренно и активно крутит в своем «проекторе» целевой слайд, вся нужная информация рано или поздно придет к нему. Ведь он настроился на выбранную программу. Более того, данная программа начинает воплощаться в материальной действительности.**

**Если же разум работает пассивно, только на прием и потребление информации, тогда человек смотрит чужое кино, придуманное и отснятое кем-то другим. Его жизнь оказывается в полной зависимости от того, что происходит и приходит извне. В этом разница между приемниками и трансляторами. Подавляющее большинство людей чистые приемники. Выводы делайте сами.**

*«Мне 17 лет. У меня апатия, и я не знаю, возможно ли, перейди на живое питание и начав делать энергетическую гимнастику, повысить энергетику? Я не могу визуализировать. Точнее, могу, но только когда нахожусь в состоянии эйфории».*

**Для того чтобы избавиться от апатии, необязательно переходить на живое питание. Достаточно хотя бы отказаться от супермаркетной синтетики. Когда пойдете в супермаркет, захватите с собой увеличительное стекло и почитайте состав продуктов, которые там продаются. Следует, однако, учитывать, что на упаковках указывается далеко не весь перечень ингредиентов. Полную информацию о составе предоставляют (иногда) солидные предприятия, на ту продукцию, которая вызывает меньше всего недоверия.**

**Возьмите, к примеру, коробку конфет какой-нибудь известной фирмы. Если вы никогда не читали, что туда входит, ваши брови поднимутся вверх. Подобный же длинный перечень, который не имеет никакого отношения в данном случае к собственно шоколаду, присовокупляется к любому натуральному продукту, прежде чем он попадет на полку супермаркета. И все это отправляется прямым путем внутрь вашего тела.**

**Как вы считаете, ваше тело имеет отношение к вашему самочувствию? Л то, что попадает внутрь вашего тела, производит там какое-то действие, или так себе,**

**«прогуливается»?**

*«Существуют ли какие-либо методы избавить другого человека от влияния деструктивных маятников или, по крайней мере, ослабить их контроль? Дело в том, что моя девушка часто погружается в депрессивное состояние, транслируя при этом реки негативной энергии».*

*И то время, когда она способна трезво воспринимать мои слова, я много рассказываю ей о маятниках, и к концу разговора складывается впечатление, что она все усвоила и настроилась в дальнейшем отмечать про себя их провокации. Но стоит очередному маятнику ее зацепить, как все начинается сначала. Каким образом ее можно привести к состоянию внутреннего праздника?»*

**Следовать принципу: ищу позитив, к негативу отношусь равнодушно, и он уходит из жизни. Но, если она сама не захочет, никак вы ее не «приведете».**

*«Вот, не могу угомониться и жить ради себя, добиваться своих целей и наслаждаться жизнью. Только что вырвалась из секты, где учили, что надо служить Ногу и людей собирать для новой жизни, как во времена Ноя. Не могу свой разум переубедить, чтобы начать жить для себя. Киноленту новую не могу запустить, потому что желания такого не приходит».*

**Нет желания запускать киноленту, тогда переходите от мыслей к действиям. Не надо думать, если свободной энергии пока нет, и нет позитивных мыслей. Займитесь созидательной деятельностью, только не для других, а для себя, например: займитесь своим физическим телом (спорт, фитнес или др.), побольше натуральной пищи, поменьше синтетической, и энергия появится, и негатив из головы вылетит, и паразиты сознания отвалятся.**

**Создаем свой мир**

*«Как быть, когда цель нарисовалась, душа и разум довольны, но затем проходит время, и интерес к цели пропадает? Через несколько дней опять яркая картинка того, что будет (цель). А ноги «тормозят», и опять безразличие».*

*Знаете, в моей жизни нет плохого, я просто «не отношусь» к нему. Равнодушие. Когда перестаешь его контролировать, оно играет против тебя. И радости, и горести воспринимаешь одинаково — никак, все одно. Я ПОПАЛАСЬ!*

*Как остановить эту разрушающую силу? Все попытки сводятся к одному: «мертвая петля». Душа встрепетается, накормлю ее образами, картинками: «у тебя это все есть» и осе. Заставляю себя двигаться, а что в итоге? «Тебе оно надо?» И опять глубокий мыслительный процесс на тему анализа внешнего мира».*

*Странно, но я не могу сказать, что несчастна. Это похоже ни коктейль тихого «своего» счастья и грусти. Кстати, во снах часто кого-то защищаю/спасаю. Или просто гуляю. Видела удивительный мир, мне его «показали», по моей же просьбе. Показывал молодой человек с таким добрым теплым взглядом, который может быть только о другой реальности. И эти звезды... Миллиарды звезд, сливающиеся в реки. Как будто небо загорелось! Вот тогда я поняла, что стоит жить только для того, чтобы увидеть такое наяву».*

**Возможно, в прошлых жизнях вы видели нечто такое, перед чем вся нынешняя реальность меркнет. Не надо ограждать себя от ухода в мир фантазий. Вы можете крутить в своем кинопроекторе и другие миры» и «миллиарды звезд» сливающиеся в реки». Не факт» что ваш мир превратится в сказку,**

**но реальность, так или иначе» должна трансформироваться в соответствии с кинолентой в вашей голове, если эта кинолента будет крутиться целенаправленно. И тогда вы получите свою версию удивительного мира в этой жизни.**

*«Мой супруг не заинтересован в развитии, имеет небольшие цели, и весь мир у него маленький — нет никаких амбиций и практически никаких желаний, кроме как отработать на нелюбимой работе, поиграть на компьютере. А у меня все наоборот — большие амбиции, всегда интересуется все по развитию человека. Как быть в такой ситуации!»*

**Быть собой. Заниматься собой, своим развитием. Не связывать свое благополучие с другими людьми. Создавать свой мир. Вам не надо ломать голову над решением проблем. Ставьте цель и двигайтесь к ней. Все проблемы и противоречия разрешатся в пути, сами собой, так или иначе.**

*«Почему мои мысли стараются течь по негативным сценариям, как только я их отпускаю и перестаю контролировать разум? Если это привычка, то когда она закладывается, и чем, какими ситуациями» поступками, по каким причинам?»*

**Это привычка, порожденная зеркальной иллюзией, будто отражение не зависит от образа наших мыслей. Человек привык обращать внимание не на внутренний экран, в свои мысли, а на внешний экран, в зеркало.**

**Казалось бы, должно быть наоборот: человеку свойственно пребывать в своих раздумьях, его разум поглощен своими проблемами, а значит, внимание обращено в себя, на внутренний экран?**

**Ничего подобного. Его мысли, а значит и внутренний экран, находятся там, в зеркале, во внешней реальности, потому что и проблемы приходят оттуда. Вот этой внешней картиной он и поглощен. Точно так же, когда человек видит картину, висящую на стене, его внимание поглощено увиденным, и его мысли находятся там же, в проекции этой картины.**

**Понимаете, что происходит? Картина жизни висит в окружающей реальности, а человек просто тупо глядит на нее и крутит в своей голове. Не создает, не генерирует, а всего лишь считывает и прокручивает то, что считал.**

**Поэтому, если хотите создать какую-то свою реальность, надо выработать другую привычку — выбираться из зеркала и намеренно формировать образ, а не просто считывать отражение.**

*«Любопытно, с точки зрения Трансерфинга, что есть ум и наши внутренние мысли, которые сопровождают нас всю жизнь?»*

**Наши мысли, если брать бессознательные, какими они по большей части являются, это бормотание одинокого странника на необитаемом острове с самим собой.**

**Наш ум — это, собственно, и есть одинокий странник на острове.**

*«А как можно «странника-болтуна» заставить замолчать? Я сколько ни тренируюсь, максимум могу молчать несколько минут, а потом завожу с собой беседу. И нужно ли это делать?»*

**А зачем заставлять его молчать? Это весьма трудоемкое и к тому же совершенно бессмысленное в рамках техники Трансерфинга занятие. Вопрос не в том, чтобы заглушить свой «кинопроектор» а в том, чтобы направить туда нужную киноленту.**

**Если ваш собственный кинопроектор остановится, сознание улетит уже в другое кино, которое, опять же, не ваше, а чье-то чужое (уже и неизвестно чье).**

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

*«Много говорится о восприятии и наслаждении моментом «здесь и сейчас». О*

том, что жизнь — это и есть тот самый момент. Я долго наблюдал за своими размышлениями, но не могу понять одну вещь. Если в этот момент я думаю не о том, что здесь и сейчас, а о желаемом будущем, например о новом уютном доме, то получается, что мыслями я в будущем, а не а настоящим моменте. Как правильно формировать свое будущее, не теряя при этом связь с настоящим?»

**Пока вы «наслаждаетесь текущим моментом», вы плаваете в той реальности, которая у вас есть. Если вы не хотите довольствоваться тем, что у вас есть, надо устремить вектор внимания к цели. Тогда «плавание» прекратится, и слой вашего мира придет в упорядоченное движение. Это визуализация цели, и это есть будущее.**

**В настоящем вы должны обращать особое внимание на подвизжки. Как только увидели признаки реализации намерения, надо с особым удовлетворением констатировать: <Да, у меня действительно все получается, я продвигаюсь, с каждым днем моя реальность все ближе к задуманному>. Это визуализация процессы, и это есть настоящее.**

*«Я встретил девушку, которая мне понравилась. Она не постоянна, но проявляет симпатию. Использую принцип безусловной любви, и даже если получу отказ, в любом случае буду транслировать потоки счастья и радости для нее. Эта девушка побудила меня серьезно заняться Трансерфингом. Начал визуализировать цели, занялся спортом, постепенно отхожу от вредных привычек. Но тут произошли неприятные вещи: сократили по работе, бывшие сотрудники дружно отвернулись, повредил связки на ногах, и еще куча всего. Пару дней назад шел по улице, весь в унынии: девушка конкретно не ответила на симпатию. Меня осенила мысль: это подготовка к новой реальности, ты транслируешь одно, а происходит совсем другое, продолжай идти, НЕ СДАВАЙСЯ!»*

**Пока вы не занимались Трансерфингом — вы плавали в каком-то потоке, который нес вас по жизни. Как только вы поставили себе цель и начали управлять своим вниманием,**

**то есть двигаться самостоятельно, бы перестали соответствовать прежнему потоку. И работа не та, и девушка не моя, и даже ноги не мои. Круто вы повернули! Но все наладится. Если не бросите Трансерфинг, вскоре войдете в новый поток, где и работа, и девушки будут лучше, и ноги здоровее.**

*«Многие меня считают обаятельной или красивой. Но сама и о себе другого мнения. У меня недостатки внешности, которые требуют хирургического вмешательства, а на это так много денег надо. Как, наверное, вы уже догадались, у меня проблемы в личной жизни. Все мои отношения с противоположным полом заканчиваются ничем. Они уходят от меня непонятно по какой причине, даже не говоря '■прощай». Каждый раз зализываю раны, и все повторяется снова.*

*Сейчас у меня начался роман с одним человеком, который очень-очень мне нравится. Я бы хотела, чтобы он остался со мной. Может, все так происходит потому, что я неуверена в себе? Везде мне встречаются одни шикарные красотки! Конечно, увидев такую красотку, мой мужчина будет смотреть на нее и может уйти от меня. А когда я состарюсь, что тогда?! Вообще думать об этом боюсь!*

*Ни фоне шикарных женщин я чувствую себя ненужной, блеклой и незаметной, и что самое обидное, я сравниваю себя с ними, и вижу свои недостатки!!! Я ведь тоже хочу быть шикарной и красивой. Я могу представить себя успешной молодой женщиной. Но материальный успех никогда не заменит пустоту в душе. Идешь спать одна и просыпаешься одна, и вечером после работы идешь по темным переулкам одна, и это никогда не кончается...»*

**Все именно так и будет, как вы пишете. Но если вы все это перепишете иначе, в свою пользу, опять именно так и будет. Вам нужно выбросить из своего**

«кинопроектора» эту дурацкую ленту и вставить другую. Реальность нужно формировать самой, буквально в *принудительном порядке*, а не барахтаться в луже своих обид на этот мир. Совершенно неважно, какая у вас внешность. Тем более что вы, скорее всего, сами возомнили себя некрасивой, раз другие говорят обратное. В любом случае, какую ленту вставите в свой кинопроектор, такое кино и будете смотреть.

*«Как только я начал изучать и практиковать Траисерфигг, это было открытие, буквально сияешь весь. Но со временем это угасает, видимо эйфория проходит, и все уже не то. Даме если я добиваюсь цели, она в итоге себя не оправдывает. Л потом иногда бывает снова взлет, и ты снова сияешь. А потом опять вниз... И так далее, по синусоиде... Такое ощущение, что это не управление реальностью» а просто то есть настроение, то нету. Не получается у меня создавать настроение, это скорее у настроения получается создавать меня.*

*Посмотрел только что в окно, увидел, как несколько голубей летают, резвятся. Завидую. Ведь они не думают, что было вчера, или полгода назад, и что будет завтра, какие у них дела... Они просто живут настоящим, будто слились в единое сознание со всем сущим. А меня от этого отделяет ум, которому чего-то надо, и он что-то должен делать.*

*Это все усугубляется тем, что я постоянно хожу и размышляю... Везде, всегда... Задумчивый, иду в компании своих друзей, они веселятся, а я размышляю и не могу этот поток мыслей остановить. Вроде и так все ясно, что есть что, а все равно голова забита чем-то.*

*Порой, бывает, жалеешь, что ты вообще что-то знаешь о Трап-серфинге, лучше бы веселился со своей компанией и бед бы не знал. Это похоже на обиду, из-за того что ничего не получается как написано. Самому смешно, но это так. Недовольства много, а причина одна, которую я пока сам для себя не могу выявить. Чуть раньше я сразу*

*бы полез за очередной книгой, которая бы меня успокоил (ненадолго). Как будто доза истины. Как мне покончить со всем этим? И статья, наконец, «настоящим» собой, убрав проклятый разум со своими рассуждениями и «анализированием» всего».*

**Управление реальностью — это управление ходом своих мыслей. Если этого нет, будет «синусоида». Дело в том, что практика Трансерфинга состоит в каждодневной систематической работе: у вас появляются негативные, деструктивные мысли — надо их тут же убирать и заменять позитивными, жизнеутверждающими. И заниматься этой работой необходимо до тех пор, пока эта практика не войдет в привычку.**

**Эйфория действительно не может долго держаться. Но поначалу нужно приложить волевые усилия. Когда принцип координации намерения станет выполняться на автомате» вы поймаете волну удачи и начнется, собственно, серфинг. А пока этого нет, ваше настроение будет «создавать вас» и управлять вами.**

#### **Вытаскиваем себя за шиворот**

*«С самого детства я была абсолютно убеждена, что могу получить все, чего захочу. Без ограничений! Я в прямом смысле верила в самые настоящие чудеса, и эта вера не покидала меня с годами, пока я выросла. Я вечно витала в облаках, пребывала в реальности и одновременно отсутствовала. Снилось, что я выхожу из тела, двигаю предметы, летаю или могу дышать под водой. И о моменты, когда*

*совсем плохо, у меня срабатывал предохранитель — я всегда умела «выходить из кадры».*

*В садике и школе — я вечный изгой, агрессивный притом. В социум вписываться не получалось. Мне всегда там было тоскливо, одиноко и страшно. В погоне за душевным комфортом я кидалась в разного рода маятники — любовь, идеи, религию. Меняла страны, города, ВУЗы. (Я очень влюбчива и склонна привязываться к людям,*

ненадолго, к счастью.) Но все не то и все не так. Декорации меняются, но я там лишь гость.

В итоге я возвращаюсь к тотальному одиночеству и диалогу с самой собой. Мне будет 32. Ни друзей, ни любви, ни любимого дела у меня нет. Такое ощущение, что у меня уже нет сил поддерживать этот «аппарат искусственного дыхания». Меня как будто нет. Как будто «и целого мира мало». Хотя по большому счету я ничего и не добилась особо, ни на каком поприще. Во что бы я ни верила, к чему бы ни стремилась — всегда хочется большего.

Я не могу остановиться на какой-либо цели или мечте. Не ощущаю восторга и единства души и разума, когда думаю, чему бы я могла посвятить жизнь. Это проблема для меня. Мне так хочется в чем-нибудь раствориться без остатка. Всегда хотелось, но события складываются самым странным образом.

Меня всегда тянуло к творчеству, созиданию. Я получаю большое удовольствие от пения, танца, писательства. Игра в кино, вживание в других персонажей — вообще было бы супер! Но все это так, в качестве дополнения к счастью. Истинное счастье по-прежнему остается для меня скрытым. К тому же я не блещу незаурядными талантами. У меня получается все чуть лучше среднего, но не более.

Извиняюсь за такое сумбурное изложение. Возможно, Вы и не ответите. Видите ли, получается так, что мне даже не с кем поговорить на эти темы, найти общество «на одной волне».

У меня двое детей, я в очередной раз развелась. 75% моего времени — принадлежит им, остальное уходит на сон и чтение. Как

действовать в материальном мире, чтобы подключиться к нужному сектору? Где взять время на это? Например, я не хочу, чтобы мои дети ходили в школу и садик. Не хочу, и все тут. Я так и жду, что мне на голову свалится огромное количество денег и возможностей, чтобы быть как можно более изолированными от общества и жить с моими детьми так, как мне хочется. Путешествовать, сниматься в кино, писать книги, создавать несколько реальностей одновременно.

Да, я осознаю, что это все близко. Оно есть, и всегда было, я это чувствую, но сейчас, в эту минуту — как получать удовольствие от жизни? Как раствориться в этом потоке и плыть с ним в унисон?

Я читаю Трансерфинг. Возможно, у меня слишком мало энергии (не могу переключиться с булимии и алкоголизма в начальной стадии, увы, это так, жажда удовольствия привела меня к этим двум маятникам, ибо даже нормального секса нет, мне вечно что-то не нравится).

Может, я тупо слишком ленива? Хотя нет. Я активный человек, и если мне что-то нравится, то забываю про еду и сон. Проблема в том, что мне все слишком быстро надоедает. Короче, так вот выглядит ситуация на сегодняшний день. В любом случае, даже если Вы не ответите, спасибо за то, что Вы этим занимаетесь. Вам, конечно, это в удовольствие, но это труд».

**Письмо сложное, и вопрос сложный. Выделим несколько ключевых моментов:**

1. Судя по изложению, личность вы незаурядная, так что не все потеряно.
2. Творческий потенциал имеется, но нет веры в себя.
3. Тянет к творчеству и созиданию, но есть убеждение, что «я не блещу незаурядными талантами».

Представьте, у меня тоже никаких особых талантов нет. В том числе к писательству. Но разница между нами в том, что я знаю, как можно восполнить отсутствие таланта, а вы думаете, что на этом точка.

Принцип простой: какая лента у вас в голове, такое кино вы смотрите в

реальности. Вам следует выбрать направление, в котором вы хотели бы заниматься творчеством и вставить себе в голову ленту: «Я гений, и Сила со мной, Сила ведет меня, поэтому я все делаю гениально и блестяще». И так далее, в таком духе. Крутить это свое кино постоянно, непрестанно. Если заняться таким вот рутинным Трансерфингом — прокруткой своего кино, то возможно вытащить зачатки таланта на уровень гения. Вы можете получить то, чего у вас нет, и стать тем, кем не являетесь. Все дело в ленте, которая крутится у вас в голове.

Я сам так пишу книги. Талантов и способностей не имею, но имею наглость крутить в своем «проекторе» одну и ту же ленту: «я гений, я создаю шедевры». Если я могу, вы тоже можете. Лента в вашей голове — это первая составляющая таланта.

Но есть еще и вторая — она выделена вами в конце письма: «вам это в удовольствие, но это труд». Действительно, это труд. Сложно даже сказать, чего тут больше, удовольствия или труда. Удовольствия, честно говоря, немного. Но есть удовлетворение от творчества.

Так что, формула таланта: *<Лента в голове + труд>*. Все. Остальное — зависит только от вашего желания и намерения.

Подробнее о том, как вытащить себя за шиворот на уровень гения — в книге «Проектор отдельной реальности», которая выйдет в этом году.

*«Хотел у вас спросить, в достижении цели можно ли полагаться на труд или помощь мира? А также, наверно, живое питание вместе с 'Трансерфингом' получается убойная сила?»*

На чью-либо помощь полагаться не стоит. Одним лишь трудом тоже много не наработаешь. Требуется грамотное сочетание труда с визуализацией и проговариванием мысле-форм. Что у вас в голове — то и в реальности. Если вы живете с амальгамой «мой мир обо всем позаботится», мир будет помогать вам. Если, работая, вы транслируете кино «я гений, я создаю шедевры», тогда ваша работа складывается таким образом, что вы действительно создаете шедевры. Ну а если используете две другие составляющие Трансерфинга, «как питаемся» и «как двигаемся», тогда действительно получается убойная сила.

*«Много лет мечтал стать рок-музыкантом, начал брать уроки гитары, потом приобрел инструмент и, можно сказать, какое-то время буквально жил этим. Сама мысль об этом мне очень нравилась и доставляла удовольствие, но со временем я стал охладевать к музыке, вплоть до того, что к гитаре не притрагивался неделями. Но цель эта шла как-то, можно сказать, по инерции. «Вроде и немое, но больше ничего и не нравится, да и чем мне еще заниматься?»*

*Познакомившись с Трансерфингом, я понял, что это просто была не моя цель, и испытал облегчение, когда отпустил ее. Начал искать новую. Но по той причине, что работа а-ля на заводе или в офисе мне ужасно не нравится, вновь искал что-то из разряда творчества, и внезапно решил написать книгу.*

*Действительно, все события внутри истории пошли сами собой. Герои порой творили то, что меня удивляло, а история порой поворачивалась неожиданно для меня самого. И мне все нравилось — идея стать писателем, и плюс писателем мирового масштаба, которого экранизируют.*

*Но потом словно небольшой щелчок, и я снова охладевать начал. Сесть пописать — приходится заставить себя, но если вдруг разойдешься, если вдруг поперет, то все, как минимум пару дней снова живу и идеей, и миром книги, но затем снова хоп, и все это уходит. Прежде чем начать писать, я ради интереса посмотрел объемы популярных современных книг, авторов, которые мне нравятся, и сейчас я понимаю, что написал уже прилично, перегнул тот объем, на который сперва нацелился, но желания писать дальше как такового и нету.*

*Снова будто по инерции иду. А бросать еще раз не хочется. И сил и времени много*

*вложил. И вот на днях меня переклинило, снова захотел музыкой заняться, но на этот раз уже фортепьяно. Глупое сравнение, но как герой Стендаля в романе «Красное и черное», который никак не может определиться, кем ему быть — священником или военным. Думаю постараться в целевом слайде объединить оба пути — ведь все возможно, но не гоняюсь ли я за солнечным зайцем, пытаюсь делать то, что немое?»*

**На любой стезе, будь она ваша или нет, должна присутствовать известная доля труда и самодисциплины. Ваша цель не обязана доставлять вам одно лишь удовольствие и приятное времяпровождение. Это вы должны работать на нее. Как писательская деятельность, гак и музыка — большой труд.**

**Заставить себя работать можно одним простым правилом. Заведите себе привычку работать в одно и то же время. Например, с раннего утра и до обеда вы работаете. Каждый день, без исключений. Потом — занимаетесь другими делами.**

**По работа — в первом приоритете, и так всегда. Когда такой распорядок превратится в привычку, работа уже будет не в тягость.**

*«У меня образовался вопрос: переоценка своих качеств (я выдающийся специалист, все, что я делаю, делаю гениально и т.д.), при трансляции мыслеформы, побуждает ли действие равновесных сил?»*

**Очень даже побуждает. В то время как вы превращаетесь в гения, вокруг вас начинают скапливаться всякие недотепы, которые, напротив, все делают из рук вон плохо. Это интересный такой побочный эффект. Вы ничего не можете с этим поделать, кроме как не заострять на данном эффекте внимания, чтобы он не усугублялся.**

*«Р.ще в детстве у меня была мечта стать звездой шоу-бизнеса, и много раз это у меня в определенном смысле получалось. Сначала я стал первой трубой в духовом оркестре, потом ведущим на ТВ, известным радиодиджеем, артистом пародии. Благодаря врожденному комплексу неполноценности и при этом сильному желанию быть крутым всего этого сейчас нет.*

*Трансерфинг пролил свет на эту часть моего прошлого. Он же реанимировал мою цель состояться как артисту. Все вокруг только и говорят о моем таланте, знакомые только и твердят о моем блестящем «звездном» будущем. Окружающие с сожалением констатируют, что мне место в Голливуде, на большой сцене, а не в этом небольшом провинциальном городке Америки (живу в США).*

*Я, конечно же, «слайдю» свою цель и без раздражения выслушиваю очередные упреки, что я не на своем месте. Вот только цель меня гнет-*

*тет, что-то тяготит. Я пытался отказаться от нее, и на время камень с души спал, но потом отказ вызывал еще большее возмущение внутри, и я возвращался к обязанности работы над слайдом.*

*И это в свою очередь приводило к невозможности доставить себе удовольствие просто наслаждаться целью. Я убежден> что это моя цель. Это то, о чем я мечтал с самого детства. Это то, что я могу делать непринужденно. Но почему меня тяготит моя цель?»*

**Тяготит оттого, что потенциальные желания и амбиции не соответствуют реальному положению. Вы знаете, что способны прыгнуть высоко, но пока не можете подступиться к планке. Примерно так же спортсмен чувствует, что способен побить рекорд, но пока не вошел в свою лучшую форму и пока не пробился в высшую лигу.**

**Для того чтобы войти и пробиться, необходимо работать. Л работать не хочется, потому что, во-первых, не терпится, а во-вторых, очень хочется. Желание превышает возможности.**

**В данном случае нужно не столько слайды крутить, сколько действовать.**

**Потенциал желания рассеивается в действии. Если чего-то очень хочется, но не можется, остается только действовать, работать, двигаться. Желание перетекает в намерение в процессе, в пути, когда вы не только виртуально, над слайдом работаете, но и реально, в своей профессиональной сфере. Без реальной работы не обойтись.**

*«Ваши книги по Трансерфингу. Они мне очень помогают. Действительно осе работает безотказно! Многое получается изменить в жизни в лучшую сторону. Мир сам начинает идти навстречу и преподносит подарки.*

*Но сейчас начался непонятный период а жизни. Возможно, это кризис среднего возраста. Лет пять назад все было в шоколаде, а сейчас состояние, будто душа разорвалась на мелкие кусочки. Я сама провожу психологические тренинги. Умом понимаю, что надо делать, но не получается. Такое ощущение, что я — подросток, настроение меняется каждый день. Все области моей жизни не устраивают. Хочу одно, получаю совсем другое.*

*Я четко знаю свои цели, которые меня окрыляют, вдохновляют, заводят изнутри, дают энергию, когда разум и душа едины. Есть решимость иметь и действовать, но двери закрыты. Я не могу найти свою дверь! Не получается сделать карьеру именно как тренера. То резкий взлет, а потом падение. Продолжается уже три года.*

*Сотрудничала с одним тренинг-центром, потом сказали, мол, у «тебя столько энергии, что ты не вписываешься в наш формат». Такое ощущение, что я — белая ворона, какая-то не такая.*

*Я очень люблю свою работу, получаю огромное удовольствие от того, что делаю. Почему не получается на этом зарабатывать хорошие деньги? У других получается. У меня нет».*

**Вам нужно приобрести личную Силу, наработать в себе харизматичность, начать все делать гениально, создавать шедевры, которые будут реально помогать людям, от которых люди будут в восторге. Другими словами, выйти на уровень гения.**

**Как это делается? Можно вытащить себя за шиворот на этот уровень, как барон Мюнхгаузен. Нужно в своем «проекторе» постоянно крутить кино о том, что вы все делаете гениально и блестяще, что у вас действительно все получается, вы создаете такие шедевры в своей деятельности, которые нужны людям.**

**Распишите подробней все это кино сначала на бумаге, а затем повторяйте как заклинание, уделяя специальное время, в фоновом режиме, а также всякий раз, когда вспоминаете о своей цели.**

**Занимайтесь такой практикой систематически, особо отмечая подвижки и подтверждения, когда таковые заметите. Так, в режиме декларации и констатации, вы будете крутить свое кино. Неважно, что оно пока не будет соответствовать действительности. Постепенно вам откроется удивительный факт: не обладая никакими особыми достоинствами и талантами, вы как бы невольно, независимо от себя, начинаете все делать гениально и блестяще. Начинаете становиться тем, кем не являетесь — гением в своей области.**

**Так работает трансляция. Независимо от ваших способностей. Только лишь потому, что вы крутите такое кино. Подробней об этом — в книге «Проектор отдельной реальности».**

**Прекращаем думать**

*«Вопрос целы, вот с этим проблема. Я очень люблю природу, чувствую ее всем организмом. С детства занимался рыбками, цветами. И если говорить о целях, то хочется всего-навсего иметь постоянный пассивный доход, который позволил бы*

удовлетворить текущие потребности семьи и дал бы возможность самому заниматься саморазвитием, экспериментами в занятиях с растениями и цветами и т.д.

*Но как поставить такую цель? Как это воспроизвести в слайде? Это я не могу решить уже несколько лет. Я хотел всегда жить за городом, в отдельном благоустроенном доме, заниматься любими*

*мыми дедами (может, выращивать редкие орхидеи). Но есть дети, которым надо учиться, жена, которой нужны блага цивилизации и т.д.*

*Л может, у меня это просто иллюзия, а не цель? И еще. Брат мечтал о загородном доме, поменял московскую квартиру на дом. И вот, сейчас не может за городом найти работу, нужны деньги к т.д. То есть как учесть те следствия, которые, возникают при достижении целей?»*

**Вы пытаетесь думать, как поставить цель и как ее реализовать. Это типичная ошибка. Ваше дело — не думать о том, как собрать вместе все атрибуты цели (и загородный дом, и работа, и увлечение, и доход, и учеба детей), а заниматься конкретным делом — рисовать свой мир, каким вы его хотите видеть, формулировать на бумаге, в мыслях, в воображении. Вы рисуйте свой мир, создавайте его, а каким образом все это будет охвачено и реализовано — сами увидите. В мире есть много такого, о чем вы не знаете и не подозреваете. Двери откроются и покажут.**

*«Я прочитал ваши книги, перечитываю их снова и снова, а также постоянно слушаю аудио. Сравнивая теорию Трансерфинга со многими другими источниками и теориями представления мироздания, со своим жизненным опытом и пониманием реальности, нахожу в ней правдивость и реальный практический смысл.*

*Применяю на практике те советы и методы, которые вы предлагаете. Некоторые вещи не получаются. Некоторые вещи работают. Пусть очень медленно и не так мощно, как я ожидал, когда прочитал ваши книги, но, видимо, мне предстоит еще понять что-то, я только учусь.*

*Возможно, мне надо паини свой собственный подход понимания тех идей, которые вы предлагаете, и тогда это будет работать более эффективно в моей жизни. Очень много вопросов возникает. Нужно многому учиться. Например, работе над образом, над целевым слайдом.*

*Каждый день уделяю полчаса-час минимум, созерцая, обдумывая и представляя образ, видя и чувствуя себя имеющим то, что хочу. Научился смотреть на это не со стороны, а изнутри. Бот уже пол-года как занимаюсь этим.*

*Некоторые вещи стали постепенно меняться в моей жизни. Действительно это работает! Правда, очень медленно. Но некоторые вещи не меняются, даже как-то по-другому реальность реагирует, даже кажется, что в другом направлении. Видимо, нужно многое понять и осознать и еще и еще работать над слайдом, чтобы повлиять на мир».*

**Опять горе от ума. Постоянно изучать и учиться — жизни не хватит, это может вообще никогда не кончиться. Надо, наконец, обрести решимость и начать действовать. Хотите крутить слайд — не думайте, как это делать — просто делайте это. Хотите познакомиться с девушкой — не мечтайте — идите и знакомьтесь. Хотите создать свою реальность — не медлите и не готовьтесь — снимайте свое кино прямо сейчас, с этого момента и вире/и».**

*«Мне было 15. В то время был большой дефицит импортной одежды, начинался век ЭВМ, появлялись зарубежные фильмы, музыка, веяния. Шел 1992 год. Мне, молодой*

девчонке, хотелось всего и сразу. Хотелось иметь модные настоящие джинсы Levi's, именно их, темно-синие такие, красивые, прямые. Хотелось иметь персональный компьютер, чтобы говорил (тогда это было верхом технологий). Хотелось иметь прямое отношение к музыке (я неплохо играла на гитаре). И еще был парень, в которого была по уши влюблена.

Денег в моей семье на все это добро не было, и надеяться на родителей было невозможно. Уже тогда я знала, что будет решение, если о нем не думать. Как Вы говорите, если отбросить важность. Есть стремление — будет решение. Так оно и вышло.

Настоящие джинсы, именно такие, как хотела, мне подарила подруга, через несколько месяцев. Ей их привезла тетя из Германии, и на нее они были не по размеру. Очи были МОИ. Для меня шиты. Компьютер появился через несколько лет. Купила б/у, за копейки. Хороший. До сих пор детали от того, первого компьютера служат верой и правдой. Сейчас у меня их три, по последним технологиям, и жизнь связана, собственно, с компьютером — я архитектор.

Через годик и с отношением к музыке все сложилось. Я работала долгое время диджеем на местной дискотеке. И, скажу Вам, до сих пор помнят люди эти времена. (И что мне больше всего во мне нравится — мои скромность.) Много такого было. Это только несколько примеров работы того, что Вы назвали Трансерфингом.

Но вот с парнем все не так просто. Вы сказали — любить и не требовать ничего взамен. По крайней мере, человеку будет приятно, что его любят безвозмездно. Я любила. И до сих пор люблю. И он знал это. И насколько могу судить, тоже любил.

Прошло 15 лет. Из них 12 я его не видела и ничего не знаю о его судьбе. Стремление было. Был слайд. Настолько реальный, что не передать словами. По я не ждала, что он прибежит ко мне. И были варианты отступлений. Если нет, то не умру же я одна. Были мужчины. За столько лет, сами понимаете. Но душа противилась и ждала его. Все критерии из книги — ощущение радости и ком форта связано с этим человеком. Но. Либо идеал, либо время не пришло.

И еще одно. У меня есть стремление попасть на один остров в Атлантическом океане. Нет безумного гонения — накопления денег на билет, и прочих сжигающих действий — попасть, во что бы то ни стало, и гори все огнем. Напротив, есть стремление без важности, и есть слайд. Я хожу по этому острову, беру руками его землю со священным благоговением, живу на нем, купаюсь в океане, вместе с местными хожу по базару. Все очень явственно.

Узнала, как туда попасть, где остановиться, культуру, несколько слов местных диалектов. Наверное, об этом острове я знаю больше, чем о собственной стране. И желание туда попасть не заикаливает. Душа стремится, Разум поддерживают. Уже те же 12 лет.

Но нет даже намека, что это может произойти. Где ошибка? Может сложиться впечатление, что я просто перестала верить в это. Но это чувство, о мужчине, что время прошло, и об острове, что не получится, мысль пришла только после книги. До этого верила и стремилась. И сейчас верю и стремлюсь. Главное — душа стремится.

Объясните, где ошибка?»

Душа, может, и стремится, а вот разум — не особо. Намерение рождается в единстве души и разума. Но разум часто тормозит, ленится, боится, откладывает на потом, не верит, не видит решений. Разум, а ум в особенности — архитектор всех наших бед и ошибок. Ваша ошибка (и не только ваша, а многих) в том, что вы думаете, что жизни хватит на все ваши мечты, а потому их можно отложить на потом. На самом деле времени на мечты совсем нет. Жизнь пролетает незаметно, и то, что когда-то откладывалось на будущее, так же незаметно оказывается в

прошлом.

Такой вот парадокс. Вы живете мечтой, живете с ней рядом, по привычке, лелеете ее в будущем, а потом вдруг обнаруживается, что ваше будущее обратилось в ваше «прошедшее». Ничего так и не осуществилось. А все потому, что разум не верил, не решался, боялся, в общем, занимался своей обычной инфантильной возней.

Характерный пример такого инфантилизма известная песня: «Кондуктор не спешит, кондуктор понимает, что с девушкой я прощаюсь навсегда». Еще в раннем детстве, когда я слышал эту песню, никак не мог взять в толк: если такая трагедия, тогда зачем же расставаться? Сейчас понимаю, что смысл в самой трагедии — в том, чтобы плавать в луже своих соплей и завывать: «что с девушкой я-а-а-а...»

Вот в этом многие и видят весь смысл, и даже получают своего рода мазохистское удовольствие. Но в действительности это просто обыкновенный инфантилизм и малодушие разума. Как никудашный родитель пропивает последние деньги, вместо того чтобы потратить их на ребенка, так и разум растраниживает драгоценное время жизни, вместо того чтобы начать жить сейчас, для души.

Если ты любишь девушку, так какого ж хрена ты с ней прощаешься навсегда? Ради такой мечты можно горы свернуть, а что тому мешает — к чертям послать. Надо не думать, а действовать. Мой опыт работы с обширной почтой читателей показывает, что главная ошибка людей в том, что они больше думают, чем действуют. И тот же опыт показывает, что «думанье» никаких плодов не приносит. Ну абсолютно никаких.

Разум считает, что он умный, что ему известно реальное положение вещей. Джинсы мир подарил, ну так что, это случайно, повезло, а если денег нет, значит, подержанный компьютер нужно три года ждать, не меньше. Любимый человек появился, ну так что, подождет, зачем за него бороться — другие найдутся. А остров в океане, что за глупая блажь?

Так вот, повторяю основы Трансерфинга: вам не надо думать — *действуйте*. Вам не придумать, каким образом цель может быть достигнута — рисуйте конечный результат — ■ делайте это, на бумаге, на компьютере, в мыслях, в воображении. Интересуйтесь всем, что касается цели, живите в цели, создавайте свой виртуальный мир, не забывая делать шаги в реальном мире. Что и как делать — покажут попутные двери — в пути, в движении, в действии.

Вы совершаете целенаправленные действия в мыслях: рисуете свой мир, каким хотите его видеть. Эти действия инициируют отклик реальности:

1. Открываются двери (возможности), указывающие пути и способы.
2. Виртуальный образ постепенно перетекает в материальное воплощение.

В то же время вы совершаете целенаправленные действия в реальности:

1. Не сидите сложа руки, а делаете все, что требуется.
2. Не думаете о путях и способах, а ищете глазами двери.
3. Не плаваете в своих инфантильных переживаниях и раздумьях, а решительно действуете.

Это ваша жизнь. Не откладывайте ее. Создавайте свой мир. Времени на мечтания нет. Возьмите себе девиз:

*Я не строю планы — я создаю реальность.*

**Вы это действительно можете. Только меньше думанья — больше действий.**

**Я все решу сама**

*«Год 2008-й. Небольшой промышленный украинский пород. Весна. Утро. Будильник звонит как обычно, в 6.30. Да я, собственно, и не спала. Опять он пришел*

вчера пьяный, упал на диван рядом, храпел всю ночь. От запаха перегара заснуть было невозможно. Как хорошо, что он уже ушел. Не будет ругани. Я не выспалась. Как обычно. Надо собираться, готовить завтрак, будить детей. Старший проснулся: «Ой, нам же деньги сдать в школу надо, сегодня последний день!» Я: «Да где же ты вчера был?»

Накидываю пальто, сапоги на босу ногу, ч бегом к банкомату. Грязь по колено, весна ведь! Ненавижу весну! Приходится бежать через пустырь, ну да ладно, отмоюсь дома. Прибегаю домой, вручаю старшему деньги, одеваю младшего, позавтракать уже не успеваю, ну да ладно, не умру, кофе выпью на работе...

По дороге в садик у калитки детского сада какая-то женщина вдруг начинает на меня кричать: «Ваш ребенок вчера всех детей в саду побил! Я пожалуюсь заведующей!» Сдала. Приняли. Какие же они там маленькие все! Ну вот, семь из десяти плачут. Как она с ними справляется?

Да, наконец-то, утренний кофе. В туалете смотрю на себя в зеркало — опять не накрашена, глаза красные. Да ладно, вчерашний макияж тоже вроде ничего. Ой, сапоги, какие грязные! Хорошо если никто не заметил. Переобуваю туфли. Улыбаюсь себе в зеркале — не улыбка, а какая-то извинительная гримаса. Ну да ладно, мне еще

8 часов работать. Наушники. Громкость побольше. Я не хочу ничего слышать, кроме этой бессмысленной попсы!

Все вроде хорошо. Осталось каких-то полчаса. Жутко болит голова слишком большое напряжение на глаза. 8 часов ежедневно пялиться в монитор — это уже испытание для меня. Да неважно. Супермаркет. Как обычно — макароны, гречка, сахар, куриные окорочка, колбаса... Ой, опять на фрукты не хватает, ну да ладно — умчи есть. Иначе я не дотяну до следующей зарплаты. Домой. Меня окружает свора бездомных собак. Быстреей домой, я их боюсь!

К плите. Нажарила, поели, немножко полегчало. Грустно, тоскливо. Позвоню-ка я «милому»\*. Не отвечает. Книжку на ночь младшему. Так не хочется читать, болят глаза и уши, зачем было так громко включать музыку?

Тоскливо и одиноко. Окно в кухне, за окном пустырь, так высоко... девятый этаж... ведь это так просто... одним махом... И больше ничего нет... зачем я туш? Что я шут делаю? «Мам, не плачь!» «Ой, А тебя не заметила!» вот он, маленький мой спаситель, обнимает за ногу. Смотри какая, разревелась! Грустно ей! «Идем, почитаем книжку на ночь».

Я не могу уснуть. Ах да, весна, дача начнет зарастать сорняками. Ненавижу весну! Кто мне поможет, кроме меня? Муж, что ли? Не пришел. Да не все ли равно, где его носит, что пьет и с кем спит! Нет больше любви. Есть только бесконечная боль и обида. Я опять реву в подушку. Наволочка в черных пятнах от туши, опять не смыла тушь с ресниц. Ну да ладно. Устала. Не хочу. Не могу. Страшно засыпать. Страшно просыпаться. Зачем я живу?!

Даже сейчас, через 5 лет, мне все еще больно. Но это прошлое. Оглянешься — окаменеешь!

Каким-то чудом мне попала в руки книга «Трансерфинг реальности». Читала долго. Вчитывалась в каждое предложение. На какое-то время было ощущение, что ушла в невесомость, какое-то сплошное дежавю. Я ведь Фома неверующая, тем не менее взяла на заметку принцип осознанного существования и поняла, что где-то есть моя дверь!

Как же долго я спала! Затекли кожа... чувства... мозги...

Итак.

Год 2013. Уехала. Один из крупнейших мегаполисов. Я снимаю часть дома на берегу огромного озера. Весна. Утро. Просыпаюсь раньше будильника. Это собственно и не будильник, а отсчет времени приготовлений в школу. Дыхательные упражнения, зарядка для лица. Подъем! Пора в школу! Младший бежит вприпрыжку: «Сегодня же

пицца-ланч!»

Выходим. «Он, смотри, белка! Л вон еще две! А слышишь, как птицы поют?!» Я безумно люблю весну! Нице немного потеплеет — будем кататься на великах!

Я еду в школу, учу английский. По вечерам у меня репетиции. Я пою в оперном театре, аматорском, правда, но наши солисты поют не хуже солистов Большого театра! У меня прекрасное лирическое сопрано. Я уже поняла, что такое аплодисменты, но еще только учусь правильно на них реагировать. Мой учитель — итальянец, взрастивший десятки прекрасных певцов.

По вечерам мы иногда гуляем в даунтауне — эти небоскребы заряжают меня энергией! Выходим на озеро — спокойная, чистая, прозрачная вода... чайки... утки... лебеди... и, ну конечно — белки!

Я безумно люблю этот город возможностей, город сбывания мечт!

Я не работаю, но мой доход в 6 раз выше прежнего. Практически свободно владею английским, изучаю теорию музыки. Я выгляжу лучше, чем 5 или даже 10 лет назад. Обычно, когда я говорю, что сыну 18 лет, у людей округляются глаза и следует вопрос: «Ты его что, в пять лет родила?»

Я ем фрукты и зелень каждый день и не думаю о том, как прожить до зарплаты. Что такое мясо — вспоминаю только когда готовлю детям. Они сами потом выберут — есть или не есть.

Кажется, я нашла свою дверь. И немного повысила осознанность. Но как бы далеко я ушла, если бы более четко следовала всем принципам Трансерфинга? Недавно мне попала книга «Взлом техногенной системы», я наконец осознала, как далеко я уже от предыдущей реальности и сколько еще мне предстоит вершин и озарений!

Остаются вопросы, например:

Как же все таки отказаться от мертвой еды?

- Как более четко формулировать цель?

Скажем, я хочу петь на профессиональной сцене, но пока я в аматорском театре.

— И как же все-таки выйти замуж?!?! Так хочеЦ Па!

Есть еще другие. Но я все решу сама».

### **Зачем я здесь?**

«Мне нужна ваша помощь, или консультация, или промывание мозгов, не знаю, как правильно это назвать. Я погрязла по уши в проблемах, изо всех сил стремлюсь поддерживать координацию намерения, повторяю амальгаму «Мой Мир», но не всегда получается, точнее, не получается.

Дело в том, что уже год я живу в жуткой депрессии, меня на работе ограбили цыгане на крупную сумму, я решила сама решить этот вопрос, не ставить начальство в известность. Скрывать недостачу получалось, поскольку я сама делала отчеты по продажам, но потом у нас появилась «управляющая», она вскрыла факт недостачи и выставила все это дело так, будто я украла эти деньги.

Сейчас выплачиваю долг прежним работодателям, а они являются хорошими знакомыми моих родственников. Понятно, с одной стороны, сама не права, надо было сказать, а я испугалась, и стыдно было как-то, что такую взрослую девушку, и какие-то цыгане окрутили, вот и не рассказала им.

Л мне не верят, что я не брала денег, даже родственники, они даже логику не включают, что за то время, когда это случилось, я ничего не покупала, ни домой, ни себе, и что у меня такой большой суммы даже не появлялось, потому что если бы она появилась, это бы сразу стало видно, поехала бы в отпуск, или еще что-то.

Но они даже не хотят разобраться — им как все представили, так и верят. А мне жить не хочется. Я по утрам просыпаюсь и не понимаю, зачем я здесь, меня ничего

не держит на этой земле, в этом мире, семьи нет, детей нет, а жить — смысла не вижу, хочу одного — умереть, уснуть и не проснуться.

Со временем, после этой ситуации, открыла свое дело на пару с одним мужчиной, работали, все нормально, начали зарабатывать, но опять, он просто взял и кинул меня на крупную сумму.

Я стремлюсь проанализировать, где я перегибаю палку? На меня давят, с одной стороны — родственники, с другой — поставщики, я устала. Когда есть силы, то говорю себе, что это просто переезд на уровень выше, а сейчас просто нужно выбросить прежний хлам, и в отношениях, и в жизни вообще. Я стремлюсь расширить зону комфорта, но сразу со всех сторон какой-то геморрой тут же вылезает, все от меня чего-то хотят, все командуют, как и что мне делать, это просто не жизнь, а выживание.

Понимаете, я просто НЕ ХОЧУ ЖИТЬ, я устала жить, мне не интересно жить, я не нахожу того, «что превратит мою жизнь в праздник». У меня даже нет желания собой заниматься. У меня вообще ни к чему желания нет. Подскажите, как мне выбраться, где найти силы, у меня их уже просто нет».

**Не переживайте вы так. Вы далеко не одиноки в своих проблемах. Вопросы — «зачем я здесь» и «что превратит мою жизнь в праздник» — остаются нераскрытыми для подавляющего большинства людей, можете мне поверить. И это самые сложные вопросы. Главная причина всех бед в том, что вы пока не вышли на Свой Путь.**

У меня самого в жизни был период, когда я себе говорил то же самое: «не хочу жить, нет желания собой заниматься,

вообще ни к чему желания нет, хочется только одного — заснуть и не проснуться». И сам я далеко не сразу вышел на Свой Путь. Но мне в определенном смысле «повезло» — из сточной канавы, куда «слилась» моя жизнь, меня, вместе с накопленным хламом и мусором, вынесло на чистую воду. Я прошел не один, а целый ряд очистительных и очень болезненных кризисов, прежде чем начал что-то понимать в этой жизни. И возможно, именно поэтому я обрел способность четко формулировать, что можно, а чего нельзя делать.

Так вот, чего вам не следует делать однозначно, так это — разочаровываться в своей жизни. Вы не должны думать, что она не удалась. Ни в каком возрасте нельзя так думать. В этой жизни все не зря. И *все еще только начинается* — в любое время, при любых условиях и обстоятельствах. Единственное обстоятельство, при котором будет поздно говорить, что *все только начинается*, это когда вы уже в гробу. О следующих ваших жизнях я и не говорю. Речь об этой жизни. Поверьте, ничто в ней не зря, всему свой срок, своя плата, и все к лучшему, как это ни банально звучит.

Но для того чтобы действительно все было к лучшему, и поскорей, сейчас нужно не падать духом. Даже наоборот, когда настало такое время, что вам кажется, будто вы дошли до точки, теперь можно, наконец, вздохнуть с облегчением и сказать себе: ну вот, теперь все хорошо, я заплатила сполна, хуже быть не может, а потому дальше все будет только лучше. Теперь все будет хорошо.

Сейчас в вашей жизни, как и у меня в свое время, происходит своего рода чистка. Вы правильно подметили: «*это переезд на уровень выше, просто нужно выбросить прежний хлам, и в отношениях, и в жизни вообще*».

Эю не значит, что следует намеренно браться за метлу и производить генеральную уборку: из головы выбрасывать ненужные мысли, а из своего мира — ненужные отношения, условия, обстоятельства. Вы и не сможете их убрать. Бороться с хламом бесполезно. До тех пор пока вы с ним возитесь, боретесь, пытаетесь избавиться — хлам будет в вашей жизни. Не зря ведь говорится,

«ремонт нельзя закончить — его можно только прекратить».

Оно все само отвалится, что не нужно. Именно так часто и происходит — когда человек прекращает свое барахтанье в каком-то захватившем его потоке, а берет курс на цель и начинает двигаться целенаправленно, все ненужное самоустраняется. Но не сразу. Сначала, наоборот, наваливается куча новых проблем. Ну а как может быть иначе?

Представьте, вы плыли в окружении какого-то «сопроводительного мусора», кое-как отталкивая его от себя, но потом решили вырваться из этого окружения. В любом случае, чтобы выйти на чистую воду, придется пробраться через строй проблем, порожденных прошлым. Но вы должны знать — они уйдут, эти проблемы. Не оглядывайтесь в прошлое — смотрите только вперед.

Что вам следует делать сейчас? Я не могу и не вправе дать вам сложное решение сложных проблем. Что бы я вам ни сказал по поводу ваших проблем, вы не сможете с ними разобраться. В условиях, когда «хуже некуда», вы не сможете проанализировать, «где вы перегибаете палку». И не сможете избрать какую-то «правильную тактику», чтобы «сопроводительный мусор» к вам не приближался.

Слава богу, это и не требуется. Трансерфинг не имеет отношения к лечению проблем. Решение простое: *теперь все будет хорошо*. Просто примите это за аксиому. Все, что от вас требуется на данном этапе, — вставить в свой «кинопроектор» эту ленту — и далее крутить ее — транслировать, не переставая и не обращая внимания на скопившийся вокруг мусор. Просто раздвигайте его руками, как это бывает на грязном пляже, и идите вперед, зная, что впереди — чистая вода.

Понятно, что сейчас вам трудно. Но вы должны твердо усвоить — какая лента у вас в голове, такое же кино, рано или поздно, начнет крутиться и в вашей реальности. Ходите, транслируйте свою программу, словно ходячая радиостанция — *<Теперь все будет хорошо, все равно, во что бы то ни стало >* — и подмечайте перемены. Перемены обязательно появятся.

Позже, когда немного воспрянете духом, можно будет приступать к поиску Своей Цели. Для поиска используйте тот же принцип: *какая лента у вас в голове, такое же кино в реальности*. Рано или поздно, но так будет — таков закон. Опять, не обращая внимания на текущую реальность, транслируйте кино будущего:

*< Каждый день моей жизни — праздник. Моя жизнь наполнена смыслом и радостью. Жить легко. Я приношу пользу этому миру, а мир дает все, что мне нужно. Я на своем месте. И я не пустое место. Я ощущаю свою ценность в этом мире. Я здесь не зря, не просто так. Я выполняю свою миссию, и моя жизнь удается. У меня все идет как надо. Сила со мной, Сила ведет меня, и я иду к своей Цели >*.

Просто проговаривайте эту мыслесформу почаще, и представляйте себе *праздник своей жизни*, как вам это видится, как можете. Гак, как сейчас можете. Неважно, как. Эта техника все равно работает, даже если у вас не очень хорошо получается с визуализацией. Просто проговаривайте, вслух или про себя, те мыслесформы, которые я вам предлагаю. Потом у вас появятся силы создать свои собственные.

*< Я на пути к своей Цели. Я найду свое предназначение в любом случае, потому что постоянно транслирую свое намерение. Это безусловно работает, так что Цель почти у меня в кармане. Мое от меня никуда не денется.*

*Я неизбежно выйду на путь к своей Цели. Я уже на пути к своей Цели, потому что постоянно транслирую свое кино. Какое кино у меня в голове, такой же будет и реальность, рано или поздно. Я — в режиме трансляции, и мое намерение неизбежно реализуется. Чувствую, я уже близко к Цели >*.

Конечно, не следует сидеть сложа руки. Бы не только проговариваете свою реальность, но и действуете соответствующим образом:

< Я расширяю свой кругозор, впускаю в себя новую информацию. Мой разум наблюдает, а душа выбирает, как ребенок игрушку. В один прекрасный миг моя душа оживится и скажет — вот оно! А разум согласится — да, так и есть! И я нахожу свое Предназначение, свою Цель, свою Миссию >.

Общий принцип состоит в том, что *вы можете получить то, чего у вас нет, и стать тем, кем не являетесь*, если вставите в свой «проектор» соответствующую киноленту. Принцип, конечно, странный, но он работает. И в том числе для поиска своей Цели.

Если вы зададитесь целью найти свою Цель и будете систематически крутить такое кино, Цель отыщется. Эта техника

универсальна. Какое намерение вы транслируете, такую реальность и получаете. От вас требуется только переключиться в этот режим *трансляции* и систематически работать с мысле- формами и слайдами.

Техника трансляции впервые и вкратце была рассмотрена в книге «Излом техногенной системы». В дальнейших книгах и рассылках я буду раскрывать ее более детально. В частности, в издательстве ВЕСЬ уже готовится к выходу издание «Проектор отдельной реальности». \*А. на рассылку можно подписаться на авторском сайте: [zeldands.ru](http://zeldands.ru)

## Часть 2 ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛИ

### Начинаем движение

*«На момент, когда я начала слушать Ваши книги (4 года назад), у меня была ненавистная работа, куча долгов и желание иметь настоящую большую семью (мои родители развелись, когда мне было 14, я осталась с папой, а маму ненавижу, наверно, до сих пор).*

*Для меня это Знание было очень необычным, неправдоподобным и сказочным. Тем не менее я начала применять все на практике (иногда казалось, что не получается). В результате через 3 месяца после прослушивания я уехала отдыхать. Потом встретила потрясающего человека — и через 9 месяцев получила от него предложение. Вышла замуж, через год родила дочку, а затем через 1,5 года и сыночка. Живем мы у родителей мужа вполне достойно и намереваемся построить дом в следующем году. Все, как я мечтала, все ТАК, как я визуализировала!!!! Сейчас пишу, и даже не верится, что за 4 года моя жизнь так круто изменилась.*

*Вот только не знаю, что произошло, что изменилось, но я несчастна. Я поняла, что не люблю мужа, он меня, скорее, всего, тоже. Я не люблю своих детей: я то и дело кричу на них, обижаюсь и не хочу ими заниматься. Дочка, по-моему, растет очень капризной, нервной. Я думала, что причина во мне, я обязана проявлять любовь и внимание к детям, но меня хватало на день максимум, а потом я срывалась снова.*

*У меня нет сил уже, муж мне в воспитании не помогает. Он пропадает теперь на работе, которая не приносит денег. Он тоже срывается и кричит на детей. У меня нет времени теперь сосредоточиться и заняться визуализацией. Я морально истощена.*

*После рождения сына решила перейти на живое питание. Но, видимо, осень-зима неподходящее время. Я стала очень уставать, сплю урывками в общей сложности 12 часов, и не хватает, чтобы выспаться, состояние здоровья ухудшилось у меня и сына (кормлю грудью). Видимо, меню недостаточно полноценное сформировала.*

*У меня ешь дело, которое мне нравится и требует от силы 3-4 часа в день, приносит хороший доход. Но меня все время оття- гивает за руку дочь от компьютера. Раньше я могла заниматься им, когда дети спали, но теперь они, как договорились, не спят днем.*

*Я всегда боялась быть похожей на свою мать, но в итоге стала ее копией. Я не хочу мучить своих детей и мужа. Вот так в итоге я запуталась, не знаю даже своей Цели, а только вязну в этом болоте. Начала пить, не таю даже за чем — меня это и не расслабляет и удовольствия не приносит. Требую от мужа понимания, сострадания.*

*Жалуюсь на детей. Часто думаю уйти из жизни, только дети держат. Боюсь оставлять их мужу, он очень вспыльчивый. Где же я оступилась? Почему все пошло наперекосяк? Как теперь все исправить...»*

**Первоначальная цель, «желание иметь настоящую большую семью», либо не реализовалась, как хотелось бы, либо в какой-то мере себя отработала. Исправить ситуацию можно только постановкой другой цели. Вообще, любая сложная ситуация разрешается простым алгоритмом: ставится (новая) цель, начинается движение к ней. Придумать умом, как выйти из положения, редко удается. Проблемы сами снимаются — в движении, в пути.**

**Дополнительная мера — пересмотреть свое отношение к жизни. Пели вы связывали свое счастье и благополучие с близкими людьми, а этого не получилось, значит, надо перестать связывать. Переориентируйте свое внимание и намерение, найдите цель, которая привнесет в вашу жизнь смысл, надежду на улучшение вашего положения, и, по возможности» праздник. Только без связи и расчета на других людей. Положитесь на себя все уже есть в вас. Вы сами становитесь способными на многое, если перестаете рассчитывать на кого-то.**

*«Все 5 ступеней прочитал легко и залпом, все это про меня, вы из пессимиста превратили меня в жизнелюбивого человека.*

*Живу один, мать в больнице, инвалид второй группы, отца видел один раз в жизни, он живет с другой семьей, в школе все меня дразнили, ПТУ л бросил, не выдержал издевательств, работать в коллективе с людьми не могу, всю свою молодость провожу на стройках, в бетоне, в грязи, а потом вечером алкогольные напитки, когда начинаю бросать курить, много нервничаю и бросаюсь на людей, буквально вчера поругался со своим родным дядей, мой последний аэродром, после прочтения ТС стал как робот, переругался с друзьями, с родственниками, у меня появилось очень много энергии, не знаю, куда девать, все свои маленькие цели выполнил, по большее не могу себе позволить или принять.*

*(Например, если я буду вечером идти с новеньким айпадом, то ведь могут отобрать.)*

*Живу в маленькой деревне, в степи, вокруг меня все соседи работяги, работают за копейки, ругают правительство, а потом все это запивают большим ведром самогона, и так каждую неделю, меня такая жизнь в системе не устраивает, меня здесь не любят, за мой язык, я прямой и простой, хочу куда-нибудь уехать, в город, начать новую жизнь, но как мой дом? Л как я оставляю свою мать одну здесь?*

*Не могу выбрать свою цель в жизни».*

**Вы не сможете одним лишь умом разрешить свои проблемы. И я не смогу. У меня нет готового решения. Решение вы найдете в пути, оно вам само откроется. Для этого надо поставить себе достойную цель, на первых порах даже неважно какую, и начать движение к ней. Пока будет продолжаться бесцельное существование, ничего не изменится и никакого просвета не откроется. Поймите, просвет, какой бы ни было, открывается только в действии, в движении. Поэтому все-таки надо поставить себе достойную цель.**

**В единстве души и разума**

*«С самого раннего возраста у меня начало проявляться какое-то непонятное сопротивление всему установленному и всем правилам. Особенно хорошо помню споры с преподавателями и родителями. За каждую попытку доказать, ч>по они заблуждаются или могут ошибаться, я получал по зубам, и меня пытались опять поставить в строй.*

*В 18 лет меня одного забросило в чужую страну, где я сейчас про хожу обучение по сей день. Тут я испытал и голод, и настоящие трудности, и бесконечное*

одиночество. Я начал замечать, что благодаря полному обеспечению государством своих граждан всеми благами они невероятно скучные и в большинстве своем с недоразвитыми женоподобными характерами.

Именно тут я начал раздвигать свою зону комфорта и борьбу со страхами и комплексами: неодобрением людей, страхом выглядеть дураком и т.п. Я занимался уличной магией, общался с людьми на улицах, кидал себя во всякие тупые ситуации, которые заставляли меня крутиться, ломая страхи и комплексы, и еще куча всяких вещей, которые для неподготовленных людей выглядят как признак повреждения головного мозга и не имеют никакого смысла.

«Ты еще такой ребенок...» — часто слышал от, как ни странно, своей сумасшедшие-закомплексованной сокурсницы. И как следствие, я стал видеть вещи в ином свете. Мне стало понятно, что бесконечный круговой бег за одобрением других людей, за «попами» с экрана и стандартный путь офисного работника — не моя дорога.

Как ни странно, за эти три года я страшно одичал в прямом смысле слова. У меня все не так как, у людей. Я читаю старые книги, у меня нет девушки и всего один друг, хотя я достаточно общительный и постоянно думаю, думаю и думаю обо всем на свете.

Я редко чувствую в людях желание мыслить по-иному и самим создавать свои правила игры, рвать к чертям оковы, которые ограничивают наш разум, поэтому я чувствую себя иногда очень одиноко, хоть волком вой. Говорят, что люди притягиваются друг к другу по уровню развития, осознанности, интересам. Что ж, мне не повезло в таком случае.

Я просто заблудился, и все вокруг как будто бы своим всем видом показывают, что нужно бросать к чертям свою мечту и работать. Все как будто дико орут мне прямо в ухо: «Остановись, дурак, иначе ты разобьешься вдребезги и сдохнешь в одиночестве».

Мне не нужна ни машина, ни дом, я просто хочу иметь возможность бросить все, купить билет и уехать в другую страну, и жить там столько, сколько захочу, уехать в какую-нибудь глухомань и учиться у духовно развитых людей. Я все равно умру рано или поздно, и все пути ведут в никуда, все ценности превращаются в ничто, я просто хочу увидеть этот мир, почувствовать его, пока у меня еще есть время».

**Вы правильно рассуждаете. Вам нужно слушать себя и двигаться своим путем, только с оговоркой: не очертя голову, не бросаясь в омут и не сжигая мосты, а прагматично. Лучше**

**s здтк jr^dJM и kt**

**сдавать себя в аренду, работая до лоры до времени на чужую мечту, чем все бросить и ринуться неизвестно куда и на какие средства. В этом смысле, должно быть единство души и разума. Чтобы выбранный путь был не только желанным, но и реальным.**

«Я уволился с преуспевающей компании, где занимал хорошую должность и получал высокую зарплату. Ушел по той причине, что мне не нравилась работа. Семо месяцев я был безработным: занимался домашними делами, много читал, пытался найти для себя какое-то направление, но все безуспешно. В итоге начал работать снова, но продержался только три месяца и снова уволился. Не могу работать на кого-то, или работа не для меня.

Моя цель — самостоятельный рост, я всегда хотел иметь свой собственный бизнес (к сожалению, не могу понять, с чем он должен быть связан). Не знаю, возможно, я слишком много думаю об этом, создавая тем самым избыточный потенциал, или дело в другом. Часто работаю с целевым слайдом: вижу себя в своем

кабинете, вижу свой персонал (более того, для каждого сотрудника у меня есть имя, я даже представляю их образ), вижу мебель в офисе, планировку, провожу совещания, обсуждаю проблемы и т.д. То есть живу желаемой жизнью с закрытыми глазами, но ситуация не меняется».

**Уходить с работы, не зная куда, нецелесообразно. Для поиска цели требуется душевное спокойствие и опора. Слайд, что вы сидите в офисе, если в нем отсутствует предмет бизнеса, слишком расплывчат. Сначала необходимо определиться с целью, чем хотите заниматься. Для этого надо расширить свой кругозор, пойти туда, где не бывали, посмоi реть то, чего**

**не видали. А вот конкретизировать имена и образы сотрудников — этого как раз делать нельзя. Тем самым вы создаете жесткие рамки, которые внешнее намерение будет не в состоянии выполнить.**

*«У меня есть цель дойти до уровня, когда буду получать хорошие для меня деньги. Я в компании полтора месяца, а записи в «два блокнота» веду всего три недели. У меня нет никакого результата, но я не сдаюсь. И вдруг у меня возникает сомнение, может я неправильно выбрал цель? Не знаю, зачем это пишу, наверно, хочу подтверждения, что не напрасно все делаю, что все работает и я когда-нибудь получу свое».*

**Все работает. Проверено. Только наберитесь терпения, не все сразу.**

**В одном шаге от прекрасной жизни**

*«Несмотря на мой возраст, я давно уже стремилась попать, как устроен этот мир, каковы законы здесь, да и вообще, как работает реальность. Всегда чувствовала, что есть разгадки, есть ответы, и тут нашлись наконец-то Ваши книги. Будто большая тайна повисла в воздухе, и вот она перед носом у всех, но се никому не видно. В моем городе — уж точно, кроме, наверно, меня, и как-то норой не по себе от этого. Уже скоро два года, как я осознанно вижу мир, стара юсь видеть, следую Вашим советам, делаю я это в одиночку. По меня кое-что волнует.*

*На первом месте в моей жизни не вещи и какие-то простые, грубо выразиться, «эгоистические» желания, а нечто другое. Всегда, когда о*

**3 одам ШАГЕ от ПР&РАООй •ШК'**

*чем-то думаю, или когда звучит вопрос «что дня вас на первом месте в жизни» так это о своих родных, о тех, с кем я живу, мои родные, мама, папа, брат, его жена, ну и домашние животные.*

*Семейка у нас веселая, иногда сумасшедшая, иногда скандальная, но только все между собой у нас это. Дело том, что я не могу донести до них эти знания, чтобы они стали жить лучше. Они живут как обычные люди, едят обычную еду, иногда жалуются, иногда радуются. Мама у меня воспитана верующей, следовательно, и вся моя семья и я всегда ходили в церковь.*

*Не могу сказать, что все дома глупые, нет, даже наоборот, у них есть способность \*осознаться», они вполне умные, рассудительные. На религии и церкви не прям уж и помешанные, в меру соблюдают традиции, но икон дома много, почти в каждой комнате, на которые у меня энергетические паразиты в свое время заводились, я просила у икон почему-то прощения, просто так.*

*Мама у меня как-то занималась настройками энергетических потоков, читала эзотерическую литературу, пила коралловую воду, ну и папу моего «воспитывала» в этом плане. В общем, они знают уже многое для осознанной жизни. Но почему-то не действуют. Застрали в своих серых днях. Они мне настолько дороги, что иногда ругаюсь с ними, хоть и стараюсь держать эмоции в равновесии.*

*Например, папа у меня много матерится, много психует и нервничает, пока ему громко не скажешь: «Ну посмотри, как ты разговариваешь, почему я должна это*

слушать, ты же знаешь, как работает мир!» Иногда он перестает, а в отсутствие мамы, когда разговаривает по телефону по работе, одни маты через каждое слово — механик. Он вроде бы все понимает, но спит!

И вот еще, кто-то из врачей знакомых ему сказал, что выпивать 50 грамм спирта в день — это полезно. Ну слов нет! И вот уже на протяжении долгих лет, почти через каждый день, а чуть ли не каждый, на пару с мамой это и делают. Верующие! Занимающиеся своей энергетикой люди! Мы уже с братом об этом открыто говорили:

«Хватит пить». Нет, не до свинячьего визга, но просто они пьют эти долбаные 50/100 грамм. Не хотят понять, что это не полезно, гг наоборот!

В общем, я бы и с радостью махнула бы рукой, что в итоге мне приходится иногда делать, но наблюдаю, как у одного что-то побаливает, у другого, слушаю эти ругательства, и мне так неприятно на душе становится, плакать хочется, ведь это мои родные, я привязана к ним, они неглупы, вполне разумны и добры.

Перед сном представляю их здоровыми, счастливыми, для меня это всегда было и есть первое желание. Я хочу превратить это в намерение. Чтобы родные стали здоровыми, бодрыми и счастливыми. Может, я перегибаю важность, или зависима, маятник меня цепляет через родных? Но жизнь их не меняется, даже когда перестаю думать об этом.

Я просто живу и наблюдаю, и это единственное, что меня так гложет, я не могу мечтать о чем-то другом, хотя в моей жизни полно возможностей, я пишу музыку, собираюсь снимать фильмы, творчество о разгаре, в общем, целей море, как грандиозных, так и мелких. Желание творить посещает меня все чаще, но первая цель - сделать так, чтобы родные осознали, стали вести правильный образ жизни, хочу, чтобы они ели живую пищу, пили живую воду, ведь они могут это делать, но не делают! Они послушали, покивали «да-да» и забыли!

Меня это тянет вниз. И я намерена поменять весь образ жизни своих родных. Грубо говоря, приучить их, но я пока не могу понять, как это сделать. Как подсказать правильно им, чтобы они послушали, ведь кто будет слушать младшую в семье. Слушают, но не до конца. Подскажите, ну как мне поступить?

Чтобы маты ушли, потому что даже кошка, попадись они под ноги — «сука!», и ой, каких только не бывает, наехали на кочку в машине — слушать приходится молча. И как мне сделать, чтобы родители перестали пить эти сто грамм? Не говоря уж о том, чтобы мясо, сто раз перегретое в микроволновке, не есть.

Я очень эмоциональный человек, стараюсь контролировать все, что чувствую, больше наблюдаю. Но тема родных для меня какая то непробиваемая, я просто не могу смириться с этим, что они живут в одном шаге до прекрасной жизни».

**К сожалению, с вашей проблемой ничего нельзя поделать. Точнее» это вовсе не ваша проблема, и не проблема вовсе. Вы не можете научить людей прекрасной жизни. Вообще, человека нельзя научить чему-то извне, чего внутри у него нет. Можно только пробудить то, что у него есть изначально. Дать намек, затронуть какие-то струны души. Если нужные струны присутствуют, в ответ вы получите целый аккорд. А если ничего подобного нет, никакие «научения» ни к чему не приведут.**

**Точно так же рояль может сокрушаться по поводу того, что барабан никак не может и не хочет повторить то, что умеет рояль: «Ну как же так, почему ты не хочешь сыграть сонату? Посмотри, как хорошо у меня получается, какой я мелодичный! Ну это же так просто — возьми и повтори то, что я делаю!»**

**Научить уму-разуму нельзя, понимаете? Можно лишь пробудить то, что есть внутри. Так что позвольте себе быть собой, а другим быть другими.**

Что не так? Складывается впечатление, что открывается дверь, а потом прямо перед тобой резко захлопывается! Что я не так делаю?»

Д  
вигает  
ся к  
цели  
«  
С

детства мечтал стать летчиком. Но отучился и пять лет проработал авиатехником. Не видя перспектив и заработков, ушел в бизнес. Там имел успех и признание, как конкурентов, так и правоох-

ранительных органов. Но душа «не лежала», всегда мечтал летать. Даже чуть было не купил мотодельтаплан - отоварили, мол, на них только камикадзе. Параллельно прыгал с парашютом, два раза рвались стропы управления. Последствия: растяжение связок, а второй раз серьезный перелом.

Решил заняться сельским хозяйством, посадил виноградник. Сначала думал только о заработке, чтобы летать, но потом «прикипел» к своему детищу.

В итоге финансовые проблемы, кредиты, развал семьи, развод. Все что заработал, потерял, виноградник пришел в упадок. Остались взаимная любовь с младшим сыном, мечта летать и жить среди виноградника.

Начал изучать Трансерфинг. Изучать — не то слова! Прослушал с десятков раз: И каждый раз открывал для себя что-то новое! Очень медленно стало налаживаться в жизни. Восстановился в авиации, перешел на живое питание (1,5 года, переход был резким). Но в экипаже "белая ворона», очень чувствуется неприязнь. Первую командировку пришлось досрочно закончить, конфликт с напарником — выслали обоих.

Продолжаю обрабатывать виноградник и работать над собой. За несколько недель до сбора урожая предлагают в командировку от другой авиакомпании. Долго колебался. Шесть месяцев труда променял на перспективу дальнейшей работы в авиации. Опять открытая враждебность к моему питанию. Проколов не было, на конфликт не иду, никому ничего не навязываю, но постоянно оказываюсь в центре скандала.

В итоге урожай собрали другие, а вместо меня отправляют в командировку другого. Денег тоже не заплатили. Во?п тогда я маленько «пошумел» и уволился.

Зато сейчас времени предостаточно для работы над собой! В руки попал «Впом» сильная КНИГА! Но сдвигов нет. Зато есть депрессия, одиночества. Вывшая жена назвала неудачником!

**Одна возможная причина в том, что ставите несовместимые цели. Например, нужно выбрать что-то одно: либо виноградник, либо командировки. Если одно другому мешает, успеха не будет ни тут, ни там.**

**Другая возможная причина — нерешительно двигаетесь к цели, изменяете ей. Нели мечтали летать, так надо было сделать все, чтобы летать, а не соглашаться на «странно-компромиссную» должность авиатехника.**

**Первоисточник неприятия вашего питания идет не от ваших коллег, скорей всего, а от вас. Либо вы приемлете еще до конца сами свой образ питания, либо противопоставляете себя окружающим. Конфликты на пустом месте не возникают. Кому какое дело до того, что у вас в тарелке? Видимо, все-таки нет у вас к этому вопросу твердого и нейтрального отношения.**

**Наконец, к достижению целей своих, возможно, подходите поверхностно, непрофессионально. Например, если виноградник, так почему бы не попробовать передовые методы. Про ЭМ-технологии слышали?**

*«Вот у меня вопрос по технике визуализации целевого слайда: Вы пишете, нельзя смотреть на слайд как на внешнюю кинокартину, надо находиться внутри воображаемых событий. Находясь в центре слайда, вы представляете, как имеете все*

то, к чему стремитесь. Это мне в принципе понятно и ясно, но вот есть еще такое мнение, один известный профессор подчеркивает один важный момент, он утверждает, что многие допускают ошибку, когда, мечтая, иапри-

мер, о новой машине, представляют себя уже сидящим в машине, смотрящим на приборы, дорогу и т.д. Бессознательное понимает это, как будто вы уже достигли цели, вы уже там. Он говорит, нужно видеть цель, например машину, со стороны, и обязательно себя возле этой цели, тогда бессознательное поймет: «А, так вот что ты хочешь, и куда нужно идти».

---

К цели вас приближает не какое-то туманное «бессознательное», а Сила, которая крутит движок реальности. Когда вы рисуете себя в слайде натурально, как было бы наяву, например сидя в машине и управляя ей, вы тем самым создаете разность потенциалов. В реальности этого нет, но ваш «кинопроектор» упорно показывает картину, где это есть. Возникающая разность потенциалов и притягивает слой вашего мира туда, где виртуальная картина начинает совпадать с реальной. В данном примере Сила, разность потенциалов и внешнее намерение — одно и то же. Именно Сила двигает реальностью, а не «ваше бессознательное».

Одно лишь условие привлечения Силы: необходима твердая установка, устремленность на достижение цели. Вы должны не просто сидеть сложа руки и летать в облаках-мечтах, а действовать целенаправленно:

**А. Крутить целевой слайд систематически;**

**Б. Держать глаза и уши открыт ыми, чтобы не пропустить открывающиеся двери;**

**В. Входить в эти двери и снова — действовать.**

*«Есть проблема в моей жизни, что не дает мне покоя. Я студентка, учусь на маркетолога, подрабатывая одновременно бухгалтером. Моя мать работает бухгалтером на двух фирмах и устроила меня на одну из них, уступив свое место. По ее инициативе после 9 класса я поступила в колледж учиться профессии бухгалтера. Мне тогда было 14 лет, я не была против, потому что понятия не имела, чего хочу от жизни. Я осознала свою цель позже. Возможно, звучит слишком размыто: хочу заниматься творчеством. Больше всего меня привлекает актерское мастерство. И пение тоже. Искусство — единственное, к чему тянется моя душа.*

*Мама — человек, влиянию которого я очень подвержена. Одна ее фраза способна повернуть мою жизнь на 180 градусов. Например, одно время я заболела идеей стать танцовщицей, хореографом. Занималась я танцами с детства, но осознанно встала на этот путь в 15. Мама постоянно твердила, что у меня нет данных, ничего не получится.*

*Было больно это слышать, но вера была сильнее. Я начала готовиться к одному кастингу. Но в самый переломный момент в моей жизни сломалась после очередных ее слов и полностью охладела к танцу. Она права во многих вещах, но было бы лучше, если бы мама давала мне свободу самой выбирать. С пением сейчас похожая ситуация с ее стороны, но я намерена доказать, что она не права.*

*Тайком от всех делаю вокальные упражнения. По что мне лучше применить: визуализацию, аффирмации, технику с водой, или все вместе, чтобы как можно быстрее раскрыть творческие способности, чтобы у меня все получилось?»*

**Когда ваша БОЛЯ не самостоятельна, а сильно зависима от мнения окружающих, Траисерфингом заниматься трудно. Необходимо сначала освободить свою волю поступать так, как считаете нужным вы сами. Для этого нет нужды вступать в конфронтацию и разрывать отношения. Можно сдавать себя в аренду в одном направлении, которое дает твердую почву под ногами, в чем ваша мама**

права, и одновременно пробовать свои силы в направлении творчества.

Когда добьетесь видимых результатов и обретете твердую уверенность в том, что ваша стезя — это творчество, тогда окружающие сами оставят вас в покое либо, более того, поверят в вас. Что для этого делать? Визуализация + тренировка своих талантов. При условии, конечно, что вы себя не обманываете, и задатки действительно имеются. Точнее, правильно ли вы определили свои таланты. У каждого они свои.

Двигайтесь своим путем, не копируйте чужой опыт, не ведитесь на рекламные штучки маятников, не прельщайтесь суррогатными целями, слушайте голос своего сердца. Ну а по развитию своих талантов самая действенная техника описана в книге «Проектор отдельной реальности».

*«Иы писали, что если проходит достаточно долгое время, а дверь все не открывается, то, возможно, избранная цель не моя. И еще, что время исполнения зависит от сложности цели. Так вот, можно ли как-то узнать, долго это или нет. Я регулярно думаю о цели (о собственной квартире) около 3-х месяцев, но никак к ней не приблизилась.»*

*Разве что очень много вокруг слышу разговоров о покупке жилья».*

Нужно не думать о цели, а жить в ней. Виртуально, но намеренно. Создавать виртуальный образ, но делать это целенаправленно, собираясь переехать туда. Вы должны не просто думать, плавать в своих думах, а заниматься целенаправленной работой — снимать свое кино, создавать свой мир. Вы должны понимать и знать, что, проделывая эту конкретную работу, создавая свой образ, вы тем самым трансформируете

виртуальное в материальное. Вы это можете. Только намерение должно не плавать пассивно, а иметь вектор — устремление. Точно так же можно просто сидеть в лодке, «думая о цели», а можно грести. Вы должны быть устремлены своим намерением к цели. Тогда вам будут открываться двери, а не слышаться лишь «разговоры».

*«Я кик-то в один день очень сильно визуализировал, после чего возникло не очень приятное ощущение в голове и даже боль, а в последующие дни визуализировать не было никакого желания, хотя о цели думать приятно. Подскажите, что сделать — либо ослабить визуализацию, проводить ее менее интенсивно, либо просто с другой стороны думать о цели?»*

Техника визуализации не должна превращаться в тягостную повинность. Чрезмерное старание и чрезмерная самозагрузка тоже ничего хорошего не дадут, может даже обратный эффект получиться. Все должно быть гармонично, в меру, в удовольствие. Не перегружайте себя, но и не расслабляйтесь излишне. Двигайтесь посередине дороги.

#### **Наблюдаем**

*«Я представлял машину определенного цвета, марки, нюансы ну просто до мелочей. Это длилось приблизительно 2-2,5 месяца, в итоге что происходит — появляется точь в точь такая машина у друзей моей девушки! Прямо как в моих представлениях.»*

*Стало обидно за проделанную «работу», так как не со стороны я смотрел на нее (машину), а как ее действительный владелец — все это прокручивалось в моей голове.*

*На этом все, думаю, ладно, значит, не мое. Задумался о недвижимости — знаю, какую хочу, сколько комнат, в каком доме (все опять до мелочей)- И <sup>что</sup> вы думаете — та пара, которая купила «мою» машину, — покупает такую, как я хотел, квартиру!*

*Я был поражен после таких событий. У меня сложилось впечатление, что я своими «умственными» действиями создаю реальность*

Намерение — это решимость иметь и действовать. Когда вы что-то себе представляете, это не значит, что по какому-то волшебству оно непременно должно у вас появиться. Сначала объект появляется в вашем окружении. Потом, если вы продолжаете визуализацию, *открываются двери, куда нужно войти и что-то сделать, для того чтобы объект стал частью вашего мира.*

Если же вы ничего не предпринимаете, а только ждете, что объект сам упадет в ваши объятия, тогда на какое чудо надеетесь? Внимание, в тот период времени как вы занимаетесь визуализацией, должно находиться в режиме наблюдения, чтобы не пропустить возможности, которые подкидывает вам окружающая реальность для осуществления вашей цели.

Ну а если вы на полпути бросаете одну цель и устремляетесь к другой, тогда кино прокручивается заново: сначала объект появляется в вашем окружении... И так далее.

#### **Начинаем действовать**

*«На днях две самых лучших подруги сообщили о своих предстоящих свадьбах. Все хотят меня в свидетели. ведь я одна свободная.*

*С трудом пытаюсь сохранить беспристрастность и следовать принципу координации намерения. Да, это у меня в голове, и теперь я еще больше замечаю парочки, все вокруг будто специально говорят о свадьбах или отношениях.*

*Я понимаю что надо наплевать на стереотипы и нормы, принятые в окружающем меня обществе. Но дело не только в нем. Хоть и не показываю вида, но мне хочется свою родную половинку. Я не знаю, что со мной не так, но у меня никогда не было серьезных отношений. Когда были поклонники, и довольно много, я отвергала их из-за боязни этих самых отношений.*

*Хотя себя обманывала, что это «не мой шип», «он мне не нравится» и т.д. Наверное, причина боязни родом из детства, но я не могу вспомнить, что там не заладилось. Или уверенности не хватало. If обцем, поклонники пропали. Совсем. В моем окружении вообще нет мужчин. Я работаю самостоятельно письменным переводчиком, а это значит, я и есть весь мой коллектив. Отчего хочу сменить профессию и ищу другую работу.*

*Но и это не самое главное. Благодаря знакомству с Трансерфингом, я наконец начала ходить в фитнес-клубы, бассейн, спортзал и т.д. То есть где познакомишься. Но важность никак не хочет хоть немного снизиться. Ведь тут нужно смириться с поражением. Это что, мне нужно смириться с тем, что я всю жизнь буду одна, а все окружающие меня люди будут жалостливо смотреть и давать дурацкие советы, что мне сделать, чтобы найти мужчину?*

*Не могу даже гипотетически с этим смириться. Мне кажется, если я отпущу свои мысли и попытки найти мужчину, окунусь в работу, займусь собой, то время очень быстро пролетит, а я так и останусь одна. Может, есть другой способ снижения важности?»*

**Вы не сможете сбросить данную важность иначе как действием. Действие снимает любые избыточные потенциалы наилучшим способом. Вы считаете, вам нужно смириться с поражением? С каким? Поражение может быть следствием каких-то действий. По вы к действиям еще даже не приступали. Пока что ваше внимание занято гирями, которыми вы себя обвешали: надо найти половинку, надо выйти замуж, как все советуют, надо как-то знакомиться, надо сменить профессию, чтобы где-то знакомиться, надо сбросить важность.**

**Действие по Трансерфингу состоит из трех главных шагов:**

1. Оторвать внимание от зеркала.
2. Создать перед зеркалом нужный образ.
3. Увидеть открывающиеся двери и войти в них.

**Почему оторвать внимание от зеркала?** Потому что вам кажется, что там находятся ответы на вопросы: что вам следует делать (что делают другие), как вам это делать (что советуют окружающие), где это делать (в зеркале?). Однако у каждого свой путь. Вам вообще не надо беспокоиться, что там и как. Все вопросы снимаются в процессе, в движении.

**Почему создать образ?** Потому что в отражении ваших половинок нет, они там не появятся до тех пор, пока вы не создадите себе четкий образ, чего вы хотите. Нарисуйте себе слайд отношений с абстрактной личностью, но с определенными параметрами, и крутите его. Нарисуйте четкий образ себя, где вы — любите и любима. Ходите и представляйте себя светящимся существом, излучайте любовь.

**Почему увидеть двери и войти в них?** Потому что у вас есть склонность, как вы сами признали, избегать отношений. Если присутствует какой-то подсознательный страх, надо поймать себя на этом, понаблюдать за собой, боящейся, и сделать магический шаг — шаг намерения — шагнуть навстречу своему страху. Идти навстречу своему страху на самом деле не страшно, а любопытно. Обо всем этом я уже писал не раз» в частности, почитайте «Взлом техногенной системы».

#### **Открываем двери**

*«Я учусь в ВУЗе, в городе, однако сама из провинции, на дорогу каждый день уходит масса времени, и вот, решила не терять его понапрасну, начала слушать аудиокниги и по Трансерфингу. По мелочам все реально работает — удается и бесплатно прокатиться в автобусе, и преподаватели как-то особенно относятся.*

*Свою цель я определила моментально — двухкомнатная квартира в городе, недалеко от ВУЗа. И вот почти круглые сутки кручу целевой слайд — душа прям поет, и разум доволен. То есть единство души и разума достигнуто, мыслю я позитивно, почти сразу стала замечать, что жизнь становится праздником каждый день просто лучше предыдущего, в общем, пока все хорошо.*

*Но Вы в книге говорите, что нужно ДВИГАТЬСЯ к цели. Я уже и дизайн-проект составила, и ежедневно просматриваю объявления о продаже квартир, и мебельные каталоги. Что мне еще посоветуете?»*

**Что именно делают, подскажут двери, когда они откроются. А до тех пор, пока вы не знаете, каким образом цель может быть реализована, нужно заниматься визуализацией целевого слайда.**

*«С вашими книгами очень давно знаком, и помогли они очень сильно в разных ситуациях. Но все время меня что-то мучило. С детства я знал, что надо всего лишь искать истинно свою стезю, и после знакомства с Трансерфингом стал этим активно заниматься. Но то многое, что я примерял на себя, мне в конечном итоге не нравилось, приходилось себя заставлять. И я скатывался назад. Одно только по-настоящему зацепило — живое питание.*

*Сейчас стал понимать, что меня не устраивает жизнь в цивилизации. Мне хочется вырваться из города, хочется природы, своего дома. Думаю об этом, и сразу груз с плеч как будто спадает. Вроде мелкое желание, но получается так, что средств даже на такое не находится.*

*В голове стала образовываться страшная каша из того, что я когда-то прочитал в Трансерфинге и других книгах. Вроде стезю свою искать надо, чтобы средства нашлись на такие вещи, как дом и прочее. А чтобы сейчас существовать, тоже ведь надо работать. Но и в городе совершенно неохота сидеть: стресс накапливается уже*

*который год и подтачивает здоровье так, что живое питание не помогает. Квартира шумная, переехать не получается. Хочется уже просто сбежать, но ощущение такое, будто в какой-то тюрьме, хотя никто не держит.*

*Я понимаю, вовсе не уникальные жалобы, и не стал бы время ваше тратить, но банально даже не с кем обсудить. Родственники рассуждают так — выдумки это все, надо работать и сидеть на месте, как все, а не выдумывать, пугают голодом и холодом вне города, вплоть до того, что там не выживешь».*

**У многих одно и то же распространенное заблуждение, будто вы способны своим разумом выдумать, высчитать, вычислить, каким образом цель может быть реализована.**

**оппдом ДВЕМ**

**Да ничего вы не придумаете и не выдумаете. Задача вашего разума совсем в другом: вставить себе в голову слайд, где вы живете в своем доме на природе, и крутить его систематически, прилежно. Когда двери откроются (и не одни), сами увидите, где лежит путь к вашей мечте.**

*«У меня сложная, неразрешимая ситуация. 7 лет назад я вышла замуж. Мой муж сначала был нормальный человек. Но вскоре стал грубить, оскорблять, унижать меня, вплоть до мордобоя. Оскорбляет даже при посторонних. Поводов для такого я никогда не давала, никогда сама не выясняю отношения, не скандалю. Оказалось, что я живу с очень эгоистичным человеком, который меня никогда не слушает и не слышит.*

*Уйти мне от него некуда. Не дает устроиться на работу, своих средств для существования у меня нет. Родственников тоже нет. У меня есть профессия музыканта, пианизм и композиция, но кому она нужна? Я совсем не лукавлю и не преувеличиваю, в этой жизни у меня нет ничего хорошего. Что мне сделать для того, чтобы куда-нибудь уйти, построить свою собственную жизнь?»*

**Ситуация «некуда уйти» — лишь у вас в голове. Это иллюзия, что некуда. Если не видите выхода из ситуации, крутите слайд, где вы свободны, уверенны, счастливы. Выход сам найдется. Элементарный Трансерфинг. Вам не нужно думать — нужно выполнить рутинную работу, прилежно и систематически, до тех пор, пока нужные двери сами не откроются. Ваша реальность определяется той лентой, которая у вас в голове. Ленту свою вы описали в письме. Теперь нужно ее выбросить и вставить другую.**

*«В следующем году я собираюсь поступать в вуз, нашел специальность, которая правится разуму, и дуга не противится, но я хочу получить полное образование. Я живу один и работаю, но учиться и работать одновременно — немного напряжно. И откуда вопрос — возможно ли и ставить себе какие-либо промежуточные цели, или же цель должна быть одна? Есть ли смысл разбить свою, так скажем, долгосрочную цель на несколько краткосрочных, поэтапно? Потому что сейчас я хотел бы поступить и учиться, и в то же время не тратить время на работу (во время учебы), и быть обеспеченным».*

**У меня нет ответа на ваш вопрос, каким образом можно учиться и не работать. Или учиться и работать так, чтобы все сливалось в один процесс. Но вы этот ответ можете добыть сами. Используйте стандартные методы Трансерфинга: крутим слайд, где и работа, и учеба, и цель — «в одном флаконе», и все дается «не напряжно». Просто представляйте картину, в которой вы успешно учитесь, и времени у вас хватает, и на жизнь хватает, и все хорошо. А может, и подрабатываете попутно по специальности, чтобы набраться опыта. То есть все в одном, и все прекрасно.**

**Ответ придет сам, в ходе трансформации реальности. Реальность обязательно**

**начнет трансформироваться, если станете целенаправленно и систематически крутить свое кино. Все сами увидите.**

*«После того как я начал читать Ваши книги, у меня многое изменилось — гораздо меньше раздражаюсь по мелочам, практикую мелкие заказы, такие как парковка, отсутствие пробок. Стал по-другому вести себя в конфликтных ситуациях. Использую правило «меня*

*никто не имеет права судить, я имею право быть собой, а другие другими» — очень помогает.*

*Правда, с повышением зарплаты пока что-то не получается, может я неправильно визуализирую цель и целевой слайд? Я визуализирую тот момент, где директор подходит ко мне и говорит, что «с этого момента твоя зарплата такая-то», я представляю его и себя в этом слайде. Я на правильном пути?»*

**Следует не только визуализировать цель, но и не забывать следить за изменениями в окружающей действительности. Должны открыться двери — возможности, шансы. Директор не подойдет к вам с идеей повышения вашей зарплаты просто так, ни с того ни с сего. Вам нужно не проглядеть свои двери.**

*«Если конкретно представляешь себе цель, но открываются сов сем другие двери, что тоже неплохо, но ведь я не буду этим удовлетворена и продолжу свои попытки. Приведу пример, я хочу работать в определенной отрасли и знаю, в каких компаниях этой отрасли хотела бы найти работу. Меня даже приглашали на собеседование, но я не прошла (впрочем, они никого не взяли и закрыли позицию).*

*А мне подвернулась совсем другая работа, на которую я согласилась, т.к. на прежней оставаться совсем не хотелось! Здесь все проходит достаточно легко и гладко, но это не то, над чем я работала. Правильно ли я понимаю, что это и есть «мои двери» и мне нужно*

*остановиться на этом?»*

**такой, как вы хотите, но доступный на данном этапе. Входить ли в эти двери, или ждать следующих — решайте в единстве души и разума.**

«  
Опонт  
мне  
начат  
ь

**Далеко не всегда и не всякая цель дается сразу. Вам может быть предложен промежуточный результат — не совсем**

*с.пайдишь материальное благополучие, как сразу же, откуда ни возьмись, появляются дельцы сетевого маркетинга и приглашают меня во всевозможные пирамиды. С чем может*

*быть связано подобное?»*

**Какая цель, такие и двери открываются. Но поскольку цель подменена, перепутана со средством, двери так же появляются бутафорные. Не надо путать цель и средство, а тем более цель и атрибут, коим являются деньги по отношению к цели.**

*«Целью поставил квартиру в центре Москвы, точнее сначала новый Tuareg, затем квартиру, затем Любовь, отношения и семья, (кажу сразу, что все это не прижилось. Слайд не лег на действительную картинку. По работа со слайдом дала плоды: сейчас я и представить не могу иной жизни, кроме как в соответствии с созданной мной в воображении (от чего, собственно, и психоз).*

*Уволился год назад с работы, так как внутри все говорило: «Лали отсюда, поскорее». Но с того момента с трудоустройством беда совсем. В сценарии и в*

картинке цели работа у меня на последнем месте, тоже, наверное, причина, что она и не появляется.

Визуализацию довел до совершенства (до сумасшествия), уже живу в мире, который создал в голове, но в реальности, с ее деревьями, небом, птицами и людьми, ничего не продвигается, как бы я ни менял своего отношения. Мыслями я управлять научился, ой-ей как!

Пишу Вам и уже подозреваю, каков будет ответ, и сам его знаю: «Парень, ты Замечтался». Но «камень преткновения» лежит в том, что я не вижу при всем своем желании той двери и дороги к ней! НЕТ ни Дверей, Ни дорог, даже Знаков нет никаких. Может, все проще, чем я накручиваю. НО! Пока я в этом подвешенном состоянии, могу думать только о своих мечтах.

Намерение внутреннее у меня напряжено как 100 000-тонная марсианская пружина! Для движения к цели я готов «свергнуть правительство». Но инструментов-то нету! Стучусь в двери, отправляю резюме, покупаю лотереи, участвую в акциях, стараюсь не пропустить возможность, и все равно НОЛЫ Магия не работает!

Как таковая не работает! Мир не сдвигается! Ничего паранормального! Как будто реальность прячется. Вот, в общем-то, так. Наверное, сам ответил на свои вопросы: 1. Замечтался, но активно не действую. 2. Нет терпения. 3. Систематическая Констатация отсутствия результата. (На самом деле я просто ищу любые признаки успеха.)».

**Ответы ваши неправильные. Диагноз, вероятней всего, состоит в том, что вы держите мир за горло мертвой хваткой. Настаиваете на своем сценарии развития событий. Не позволяете дверям открыться, потому что ваш разум считает, что он лучше знает» как и в каком виде должна быть реализована ваша цель. Если конечная цель труднодостижима (квартира в центре Москвы — это все-таки не место на парковке), то реальность может вам (пока) подкинуть промежуточные варианты, попроще. Но вы их не хотите видеть, потому что слишком зациклились на своем представлении. Потому и кажется, что двери никакие не открываются.**

Надо отпустить хватку и внимательнее наблюдать за окружающей реальностью. Александр Македонский отличался тем, что умел мгновенно менять тактику на поле боя, если что-

#

то шло не так, как было задумано. Так же и вам следует принимать непредвиденное в свой сценарий и позволять ему пластично меняться. Что не означает, конечно, подмену целей. Цель должна оставаться на месте — пути и средства могут меняться — но опять же, не в соответствии с вашими ожиданиями, а так, как получается. Вам надо быть в большей степени наблюдателем, чем режиссером.

«Как отличить дверь, которая ведет меня к моей цели, от маятника, который ею прикидывается? У меня с этим проблема, меня все последнее время швыряет от одного к другому, и вот почему.

Я сейчас нахожусь на пути следования к моей цели и знаю, какой деятельностью хочу заниматься, и иду к этому. Я, можно сказать, фрилансер. Но все это время был лишь партнером и работал по партнерским программам, получая только 10% за свои старания.

Так прошло пять лет, и я решил, что хватит заниматься «детским садом», прибыль от партнерок сейчас не так велика, да и душе стало уже скучно с ними возиться. Чувствую, что надо организовывать свое собственное дело, бизнес. И я придумал такой онлайн-сервис, который совпадает по всем параметрам с моей хотелкой.

На момент написания этого письма сервис находится на стадии дизайна. Я

представляю, как он совершает фурор в среде сетевиков, как молниеносно набирает популярность, как мои доходы от него растут с каждым днем.

*НО. Я интересуюсь и другими способами заработка. А так как сейчас просто взрывной бум инфобизнеса, всюду маячат инфобизнес-мены со своим «узнай, как легко и быстро заработать 300 000 рублей в месяц!», и так далее. Это для меня внушительная сумма. И вот я начинаю втягиваться в их вебинары, семинары, покупать их методики и коучинги.*

*Меня терзают противоречия. Я ловлю себя на мысли: «Черт возьми, чем ты занимаешься, куда сливаешь деньги?!» А потом: «Так*

*это новые знания, они полезны и пригодятся мне!» Так что же это такое? Двери, в которые мне нужно войти и которые позволят мне ускорить движение к МОЕЙ цели? Или все-таки маятники, которые всеми способами пытаются меня оттащить, сбить с пути? Я совсем запутался и не могу различить, где дверь, а где маятник.*

*Скажу, что когда меня внезапно посетила моя ИДЕЯ, у меня просто мозг взорвался, все внутри перевернулось и зажглось, а глаза, наверно, округлились до тарелок. Меня реально «штырило» от того, насколько классная эта идея и что она может дать людям и мне. Это было два месяца назад. Меня штырит до сих пор от нее. То есть это не мимолетное увлечение. И все же, в связи с такими событиями закрадывается мысль: почему все идет не так гладко, если моя душа поет, а разум потирает руки от этой идеи?»*

**Все идет не так гладко возможно потому, что вас «штырит». В том нет ничего плохого, не нужно гасить свои эмоции. Просто поначалу, если намерение сильное или эмоции зашкаливают, могут возникать «круги на реальности».**

**Чужой опыт в какой-то определенной области можно изучать лишь до определенной меры, чтобы составить себе примерное представление о теории и практике, не более. Дальше не только можно, но и нужно полагаться на свое мнение, видение, свой разум.**

**Надо только учитывать, конечно, что в каждой области имеется своя мера. В высшей математике она одна, в сетевом маркетинге, например, другая.**

**Вам может казаться, что вы еще мало знаете, что другие могут вам раскрыть нечто такое, без чего вам не обойтись, какие-то секреты. Однако этот процесс «объятия необъятного» может продолжаться до бесконечности. Самый короткий путь**

**к успеху — начал» изобретать свои секреты. Другими словами, иметь от вагу пользоваться своим умом, как говорил философ Кант, а также отвагу следовать своим уникальным путем.**

*«Я очень быстро смогла определить свою цель — жить в собственном доме с участком, наслаждаться цветочным садом и выращивать экологически чистые овощи, фрукты и ягоды. На момент определения цели финансовых средств на ее осуществление не было, доход нашей семьи был недостаточен для оформления кредита.*

*И вот, месяц назад (прошло около четырех лет с момента начала «работы») мы с мужем и сынишкой переехали в свой новенький, только построенный дом с видом на бескрайнее поле!*

*Удивителен тот факт, что в финансовом положении нашей семьи не произошло никаких перемен, наш основной доход остался прежним. Как все получилось, сами не можем объяснить! Открылись возможности, о которых мы раньше и подумать не могли! Просто непостижимо! Помимо достигнутой цели, ощущение от жизни стало более легким, праздничным, ушло былое убеждение о том, что хорошее — это удел других. Я перестала испытывать чувство вины и неизбежной расплаты за пережитую радость, смех и счастье!»*

## Действуем

*\*Вы пишете, что снижению важности Цели способствует (помимо приема, когда ты смиряешься заранее с поражением) поиск альтернативного варианта, чтобы «не ставить все на одну карту», грубо говоря, соломки и матрасики себе расстелить. При этом не сомневаться ни на йоту, что намерение все равно будет достигнуто! Цель будет моей, и точка.*

*С тех пор, как начала читать Наши книги, удалось уже очень здорово снизить важность своей Цели, я прямо сама себе поражаюсь и сама себя не узнаю. Еще каких-нибудь полгода назад я относилась к этому совсем иначе, занималась активным анти-Трансерфингом — сомнения постоянные, лихорадочные поиски путей, как можно Цель осуществить, возжеление, страх, что не сбудется, и т.д. В общем, во всей красе и буйстве цвета. Конечно, ничего не сбывалось.*

*Так вот, важность, может, и не совсем до нуля снизила (все-таки моя Цель — это не совсем та «газета», которую Вы все время приводите в пример и советуете сходить за ней в ближайший киоск), но уже хорошо так, процентов на 60-70% точно.*

*В чем мой вопрос/проблема. У меня нет альтернативного, запасного варианта развития событий. Цель моя несколько специфична (не просто «хочу дом, но соглашусь и на квартиру» или «хотела зеленую машину, но пусть будет и красная»). Она связана с определенным местом жительства и с определенного рода деятельностью.*

*Цель — 50096 моя, я это знаю с детства, причем одна вытекает из другой (место жительства и любимое занятие напрямую связаны). Заниматься любимым делом я хочу там, где хочу жить, да и с чисто практической точки зрения (это уже разум обдумал) мое занятие принесет мне дивиденды и отдачу именно там.*

*Другой вариант мне не подойдет никак. Хоть застрелюсь, но не могу я себе представить, что живу где-то еще, помимо этой страны. Как влюбилась в нее в 12 лет, так и по сей день — чувствую, что именно там мой дом, и нигде больше.*

*Долго копалась в себе, проблем с прислушиванием к «шелесту утренних звезд», к зову души никогда не было, даже до знакомства с Трансерфингом. Разбиралась, а правда ли это все искренне, действительно ли хочу жить там, и прочее бла-бла-бла. Всегда прихожу в итоге к одному и тому же все именно так, как оно есть».*

**В вашем случае завышение важности может быть по причине «большого ума и усердия». До знакомства с Трансерфингом вы, вероятно, сами изобретали сложности и препятствия на пути к цели. А после знакомства начали изобретать сложные способы реализации цели по Трансерфингу.**

**Если цель на 500% ваша, надо просто идти к ней, как сквозь стену. Люди, которые ничего не знают о принципах Трансерфинга» а просто действуют - получают свое. Например, интеллигентный и умный человек может годами изобретать способы и копить средства, чтобы перебраться в страну своей мечты. Он подходит к этому процессу всесторонне, основательно, продуманно и при этом сам наворачивает гору сложностей и препятствий.**

**А какие-нибудь неграмотные и непосвященные «во все тонкости процесса» мигранты просто собирают пожитки и двигают туда, куда им надо. Вся Европа уже заселена такими вот «несведущими», но активными элементами.**

*Вам нужно помнить один хороший принцип: потенциалы важности, а также препятствия, устраняются в действии, а не в уме.*

*«Я открыла свой бизнес, потом пришлось закрыть, приобрела немало долгов — кредиты. Столкнувшись с финансовым крахом, я не смогла платить по некоторым из них — писала им письма с просьбой об отсрочке, банковских каникулах, ну и т.д.*

*Прошел год с того времени, я уже как полгода работаю (нако-нец-таки), получаю нормальную оплату (с двух работ). И только почувствую какое-то успокоение, как вдруг в голову лезут эти долги — когда-то придется по ним платить! И что самое*

*страшное, придется платить гораздо больше, чем я воспользовалась. Я работаю юристом и, конечно, ищу отходные пути, дабы защитить себя, но все равно страшно.*

*Вот и думаю, то ли не платить им вообще. Одно судебное решение я уже отменила. В общем, страшно мне. Как быть о такой ситуации — не думать о них или все-таки верить > что карма придет и придется расплачиваться?!»*

**Сложная ситуация решается только постановкой цели и движением вперед. Оглядываясь назад, вы не сможете решить проблемы прошлого. Думая о долгах, вы не сможете их вернуть. Поэтому выход только один — все внимание устремить в будущее, к цели, и двигаться к ней, не раздумывая о проблемах. Проблемы сами решатся, в движении. Каким образом — там видно будет. Это не надежда на авось, а намерение в действии.**

*«Стала заниматься визуализацией слайда. Результат не заставил себя долго ждать, и уже через неделю (!!!) все в точности воспроизвелось в реальность, хотя до этого и намек не было. Конечно, это меня очень впечатлило, и у меня не осталось никаких сомнений в том, что таким образом я смогу продвинуться еще ближе к своей цели и полностью ее реализовать.*

*На данный момент, уже четыре месяца, как я визуализирую слайд, применяю транзакцию, мне это приносит удовольствие, даже невольно при этом начинаю улыбаться. Сейчас читаю «Апокрифический Трансерфинг» и узнаю шокирующий для себя факт: оказывается, за цель нельзя принимать счастье с конкретным человеком. А суть моей визуализации именно в этом и была... Я крутила слайд, где мы оба счастливы просто находясь рядом друг с другом во взаимных объятиях в конкретных условиях.*

*Мы не вместе, но, что интересно, на первой стадии визуализации были достигнуты явные результаты с точным воспроизведением в реальность всего, что я представляла, i.e. были определенные моменты, когда мы были вдвоем счастливы, было четкое ощущение, что именно с этим человеком состояние счастья возможно. Потом я продолжила крутить слайды по полчаса в день, вдохновившись результатами. Но в реальности все остановилось».*

**Счастье с конкретным человеком может быть целью. Но конкретного человека нужно не слайдить, а строить с ним конкретные отношения. Включать человека в слайд можно лишь в крайнем случае, когда других средств познакомиться и сблизиться с ним нет. Но знать при этом, что такое занятие может дать обратный эффект. Все-таки с людьми, как живыми сущностями, имеющими свое осознанное намерение, лучше общаться вживую, это намного эффективней.**

*«Вопрос у меня вот какой: когда вы говорите, что надо читать, (1 не слушать книги, вы имеете в виду аудиокнигу и печатное издание? То есть желательно читать в печатном варианте?»*

*П второй вопрос: в книгах периодически говорится, что помимо визуализации необходимо совершать действия в реальной жизни, так вот, что вы имеете в виду под действием?»*

*Например, в моей жизни после прочтения книги все именно так: мир ведет меня за игрушкой, попутно угощая мороженым и катая на любимом аттракционе, и я воспринимаю это с благодарностью и любовью. И мне кажется, что все хорошо.*

*Однако кликуши говорят, что нужно все равно что-то делать конкретное. Поэтому я решила спросить у Вас, это «конкретное» с точки зрения Трансерфита?»*

**Лучше читать, особенно при первом ознакомлении, потому что на слух многое упускается. Потом можно слушать. Что нужно делать, в смысле**

**«переставлять ноги», подскажут конкретные обстоятельства. Например, если ищете работу, не будете же вы просто лежать на диване и слать резюме, надо разослать резюме, посмотреть объявления, ходить на собеседования и т.д.**

*«Около года назад прослушал все ваши аудиокниги, все звучит весьма убедительно. Я даже постоянно стал в свободное время практиковать визуализацию, но коренным образом жизнь не поменялась. Единственный вероятный путь получить все, о чем я мечтаю, это заниматься скупкой недвижимости и сдачей ее в аренду, но купить квартиру, это не за газетой в киоск, это проблема еще какая. Я уже завизуализировался за год, подвижки очень маленькие, такое ощущение, что бесполезно бьешь лбом о дверь, которая на самом деле в другую сторону открывается».*

**Вы движетесь не к цели, а к средствам ее достижения. Точнее сказать, «достижения непонятно чего». Тем более что с таким убеждением, будто известен лишь «единственный вероятный путь получить все, о чем я мечтаю», вы закрываете для себя все остальные двери. С чего вы взяли, что можете знать путь? Вот и получается, что вы, как сами заметили, «бьетесь лбом». Надо бы книгу внимательно прочитать, а не прослушать. Там черным по белому написано, что внимание следует фиксировать не на средствах достижения, а на самой цели. И уж никак не ограничивать исполнителя — внешнее намерение — только одной дверью.**

*«Трансерфинг мне очень помог. Я в один момент поменял всю свою жизнь. Жил раньше как все, но душа просила большего. Год назад, в середине третьего курса ничемного университета, я задумался, что же делать дальше, как жить, чем зарабатывать».*

*На тот момент я работал охранником, день через два, играл в университетском КВНе, подрабатывал на радио, а по вечерам играл во дворе в футбол. Я всегда хотел стать знаменитым, но, понимая, что это лишь следствие той или иной деятельности, задумался, что же я смогу, и главное, хочу сделать, чтобы достичь высот, что превратит жизнь в праздник».*

*Прочувствовав, именно прочувствовав по отдельности все свои увлечения, понял, что больше всего захватывает дух футбол. Без него не могу. Хотя я и не проходил никакую детскую футбольную школу, играл с пацанами, а вообще восемь лет отдал карате».*

*Определившись, стал работать с целевым слайдом, пошел тренироваться в команду за юношей, три дня в неделю, и три дня за мужскую команду. После «целенаправленного витания в облаках» открылось дверь в футбольную академию в Италии, съездил на просмотр и прошел. Вернулся, закрыл сессию, сделал документы и уехал. Вся прошлая жизнь уместилась в 15 кг багажа».*

*Прошел год. С какими командами только не играл в Италии! Задумывал количество мячей, которые забью в ближайшем матче, и все получалось как в сказке. Голы на любой вкус, игра — просто блеск!»*

### **Снимаем свое кино**

*«Я начал отслеживать свои мысли, выкидываю дурные, в прямом смысле начал «передумывать» свои мысли. Подумал плохо, заметил это, передумал мысль, то есть подумал хорошо. И жизнь поменялась! Но потом осознанность упала, и жизнь перестала быть сказкой (снова). Но тогда я понял, что цель моя — делать какое-то очень большое и полезное дело для всего человечества! Пафосно, но больше ничего в голову не пришло».*

*Уже шесть лет занимаюсь музыкой, но пою только для друзей и порой на концертах, которые ничего, кроме одной и той же публики, не сулят. Начал читать Трансерфинг > и подумал, что цель моя быть музыкантом, писать свои песни и стихи».*

*Начал использовать слайд, как я пишу стихи и как я выступаю на концерте со своими песнями и стихами. Важность, кажется, не завышаю, живу с тремя амальгамами «мой мир заботится обо мне», «мой мир несет меня к моей цели», «мой мир шепчет мне самые великолепные песни и стихи». Зеркальные принципы тоже стараюсь соблюдать. Иногда я очень четко вижу, как стою на сцене, и в зале люди, и все смотрят такими глазами! И душа моя прыгает и хлопает в ладоши, ну и я в восторге.*

*Через месяц примерно снова начали писаться стихи! И уже сов сем по-новому, они какие-то другие получаются. Мне очень нравятся. Мелодии тоже приходят, даже мотивы песен. Но все равно вопрос: «А вдруг я дую себе голову?» Успехи не такие ошеломительные, но  
ведь и цель не совсем стандартная».*

**«Отслеживать свои мысли» — хорошая привычка. Не теряйте ее. Управляя ходом своих мыслей, вы управляете реальностью.**

**Нет, вы не «дурите себе голову». Все это действительно работает, и вы сами видите тому подтверждения. Например, ваш слайд, где вы на сцене и па вас смотрят «такими глазами», привел к тому, что «стихи стали писаться совсем по-новому».**

**Почему они стали новыми? Потому что вы объявили новое намерение. Сила обратила на вас внимание и начала помогать. Теперь, если вы будете систематически и непреклонно крутить кино, в котором «вы творите шедевры, а публика в восторге», оно неизбежно воплотится в действительность. Сила поможет.**

**Сила, о которой говорили джедаи, это не фантастика. И я тоже мистикой не занимаюсь, а говорю все это вполне серьезно. Сила всегда помогает тем, кто крутит свое кино. Потому что задача Силы — та же самая — она движет реальностью — она сама — движок этой реальности. Пассивные зрители Силу не интересуют. Она обращает внимание только на тех, кто занимается тем же — крутит кино реальности.**

*«Внимательно прислушиваюсь к написанному в книгах о Транс-серфинге. Реальность не заставляет себя ждать. В том-то и проблема — мне идут навстречу, я же от этого отказываюсь. Я хотел бы описать ситуацию, после которой будет конкретный вопрос.*

*Работаю в магазине воздушных шариков и подарков. Работа так себе, душа хочет совсем иного. Сейчас есть цель, на апрель, и на нее нужно 500 долларов. Думал накопить их с зарплаты, хоть до апреля и сложно дотянуть (работа реально достает).*

*Помимо продаж в магазине, занимаюсь доставкой шариков. Недавно, когда я шел с кипой шаров, меня окликнул солидный мужчина и предложил перекупить шарики. Он предложил сумму в 1000 гривен (шарики стоили 350), я начал отнекиваться, что это доставка, и т.д., что не могу подставить клиента... В конце концов он предложил сумму именно 500 долларов. Я все равно отказался и ушел ни с чем.*

*Сейчас понимаю, что из этой ситуации можно было попытаться выйти победителем. Но поздно. У меня теперь пошла полоса неудач, и с работы я все равно ухожу. Есть такое ощущение, что я не воспользовался тем, что мне было даровано, и второго шанса не будет. Так ли это? Что означают все эти неудачи после утраченного шанса?»*

**Дело не в том, упустили вы шанс или нет, а в том, чтобы не фиксировать внимание на своих поражениях и неудачах, не жалеть ни о чем, не оглядываться с**

сожалением в прошлое. Смотреть надо только вперед, двигаться к цели и непреклонно крутить свое кино — кино своей цели, победы, праздника.

Мне снова и снова приходится повторять простой принцип: какая лента крутится у вас в голове, такое кино вы наблюдаете в своей реальности. У меня нет другого выхода, как повторять это снова и снова, потому что вы читаете, все понимаете, а через мгновение обо всем забываете. Поэтому, для того чтобы отформатировать свое сознание под этот принцип, вам нужно так же снова и снова повторять его для себя. Рано или поздно он врежет кя в сознание и начнет работать.

*«Пытаюсь практиковать Трансерфинг. Прислушиваюсь к себе (к шелесту утренних звезд), стараюсь идти своей дорогой, независимо ни от кого и ни от чего, когда необходимо, сдаю себя в аренду, стараюсь правильно питаться, заниматься собой и т.д.*

*Но у меня есть проблема. Я живу по принципу «не сомневаюсь только в том, что существует сомнение». Вы писали, что если человек сомневается, значит, душа говорит нет. В ситуациях важного выбора я руконодаивалась этим принципом.*

*Казалось, что судьба давала все, что я хотела, оставалось только сказать: «Да!» Но я этого не делала, предпочитала промолчать, начинали терзать сомнения. Я думала, что это не моя цель. Возможность уходила. Потом долго жалела, сожаления превращались в депрессию и бессонницу.*

*Может, я еще не осознала свою цель, а может, это страх негативных последствий оттого, что получу желаемое? В данный момент я опять стою перед выбором. Опять все повторяется. Как понять, это душа сомневается или разум испугался?»*

**Это в привычку разума превратилось — сомневаться во всем. Заведите другую привычку — вместо того чтобы сомневаться в том, что создано не вами, создавать самой свою реальность. Ведь вы и сомневаетесь лишь потому, что оно создано не вами, верно?**

*«У меня имеется цель, так сказать, «цель моей жизни», которая превратит мою жизнь в праздник. Ее визуализация уже дает свои плоды. А как же быть с мелкими целями? Например, цель удачно сдать экзамен? Я должен визуализировать свою глобальную цель и помимо этого свои небольшие цели отдельно Или как?»*

**Как хотите. Вы — сценарист и режиссер своей жизни. В кино ведь тоже имеются и главные сцены, и второстепенные. Просто крутите свое кино, каким хотите его видеть, расставляя акценты и приоритеты по своему усмотрению. Главное — приучить свой разум к мысли, что виртуальное кино рано или поздно воплотится в действительность.**

*«Можно ли технику «Генератор Намерения» выполнять два или более раз в день? К примеру - утром с одной целью работаю, о днем с другой».*

**Сколько хотите, до той степени, пока не станет Р тягость. Нельзя превращать технику в тягостную обязанность. Это должно быть ваше влечение, шаг намерения.**

*«В книгах говорится, чтобы заняться визуализацией процесса, надо задействовать разум. Ведь без разума иначе никак не получается даже приблизительно представить, как все это будет происходить. Но с другой стороны, в Трансерфинге говорится, что разум плохой помощник в достижении цели. Надо концентрироваться не на цели, а на процессе. Визуализация цели расширяет зону комфорта, но будет лучше, если работать над слайдом процесса. Но как понять?»*

*Ведь разум не может знать».*

Если точнее, в книгах говорится: задача разума - фиксировать внимание на конечной цели, а также на процессе ее достижения, в том смысле, что думать о пути следует лишь в том случае, если путь достижения уже открылся. Пока вам неизвестен путь, вы крутите в мыслях только целевой слайд.

Когда открываются двери (возможности), то есть когда вам становится ясно, куда и как следовать, тогда к целевому слайду можно добавить визуализацию процесса, которая в общих чертах выглядит так: «я все делаю гениально и блестяще, у меня все получается великолепно, все идет как надо, с каждым днем мои результаты все лучше и лучше», и т.д.

**Вот образец, как можно крутить свое кино:**

*«Мне 16 лет. Год назад начала заниматься Трансерфингом и не пожалела. За достаточно короткое время нашла свою цель и не перестану крутить с ней слайд. Я чувствую, что все в моем мире идет к этой цели. Удача улыбается мне все чаще, например, недавно я сдавала экзамены, по общественному вытаскала самый легкий билет, а по физике один из тех, которые хотела.*

*Вообще, Трансерфинг перевернул всю мою жизнь. От прежней меня почти ничего не осталось. Все мои проблемы и опасения испарились.*

*Моей целью 2-3 года назад была небольшая квартирка с мужем и 2-3 детьми. Мы бы находились на грани нищеты, и он бы мне постоянно изменял. Я даже придумала, как бы я это выяснила» хех.*

*До Трансерфинга я постоянно испытывала чувство вины. Постоянно жалела о своих поступках. На меня никто из противоположного пола не обращал внимания, и из-за этого у меня был комплекс неполноценности, хотя я достаточно привлекательна и с нормальной фигурой. В лагерях надо мной издевались, и я каждый раз уезжала из них раньше окончания смены.*

*Теперь же, благодаря Трансерфингу, я нахожусь с лидерами, на меня обращают внимание мальчики, я полюбила себя, я поняла смысл жизни, я наконец-то ощутила, что мой мир заботится обо мне, в семье отношения стали более уравновешенными, моя жизнь превратилась в праздник! Я действительно чувствую, что способна на все. Мне стало намного проще жить, и я уверена в завтрашнем дне».*

**Как снимать свое кино**

*«Не могу никак понять про визуализацию процесса, получается, целевой слайд не работает без нее, не могли бы вы рассказать поподробней, что это такое визуализация процесса, как ее использовать вместе с целевым слайдом».*

**В Трансерфинге основными инструментами достижения цели являются визуализация цели и визуализация процесса. Первое можно определить как декларацию, второе как констатацию.**

**Декларация подразумевает установку вектора внимания и намерения на цель, прокручивание мыслеформ и целевых слайдов.**

**Констатация это постоянное подтверждение того, что процесс идет, дело движется, у меня все получается, двери открываются — такая своего рода «самоподдержка», или даже «самоубеждение» в том, что все действительно работает.**

*«Своей целью я вижу обретение развитой интуиции, способности чувствовать свой истинный путь, предвидеть опасности к благие возможности. Установку формулирую так: «В каждой ситуации я выбираю лучшее для моей судьбы решение и воплощаю его с радостью и наслаждением». Душа и разум согласны, что именно это превратит мою жизнь в сказку, даст мне истинную свободу. По у. — аудиал, и мне*

*трудно что-то воображаемое увидеть с закрытыми глазами».*

**Если воображение не совсем удастся, можно просто проговаривать про себя или вслух мыслеформы. Это тоже работает.**

*«Я зарабатываю на продажах своего сайта. Постоянно и монотонно, около 15-20 дней, повторял про себя и писал на листочках, а затем сжигал: «Мой сайт продает на 800 т.р. в месяц», или: «Ежемесячно я продаю через свой сайт на 800 т.р.». И данный факт свершился, деньги пришли на счет одновременно от нескольких покупателей.*

*Но, убрав эту постоянную, монотонную систему, а делая упражнения от случая к случаю, в месяц уже удается продавать не более чем на 200-250 т.р. Также начал систематически повторять про себя «Мой мир полон радости и богатства\*. Везде на рекламной продукции сайта лозунг «Фаворит в своем деле».*

*Скажите, перечисленные эти и выше аффирмации можно ли улучшить и тем самым усилить результат?»*

**1. Монотонные аффирмации, как молитва, конечно, работают, но лучше запускать свои мыслеформы не столько часто, сколько с чувством уверенности, убежденности, намерения, в те минуты, когда вас посещают такие чувства. Ловите эти минуты вдохновения и объявляйте свою декларацию намерения.**

**2. Точную сумму задавать нежелательно, как и сроки исполнения. Задавайте пределы, например: «Мой проект приносит мне сотни тысяч прибыли в месяц. Продажи увеличиваются, и деньги идут ко мне все возрастающим потоком. Я уже зарабатываю миллионы».**

**3. Избегайте абстрактных формулировок типа «мой мир полон радости и богатства». Больше конкретики.**

*«Сложно сконцентрироваться на визуализации, вечно что-то дергает, не хватает времени сесть и сконцентрироваться, и отсюда страх: «О господи, я же сегодня слайд не крутил, значит, цель отдаляется». Подумываю о том, что лучше заниматься техниками по расписанию. А еще до меня не доходит, как это крутить слайд в фоне?»*

**Для слайдов и мыслеформ лучше всего выделять специальное время, например по 10-15 минут утром и вечером. Можно использовать технику «два блокнота», «генератор намерения», «стакан воды». Эти техники, а также специально выделенное время фиксируют ваше внимание и намерение.**

**Крутить слайд в фоновом режиме означает вспоминать о своей цели в любое время, когда вспоминается. Например, вы смотрите кинофильм. Часть внимания обращена к происходящему на экране, а другая часть, как бы в фоновом режиме, не забывает о своей цели. Таким образом, вы соотносите происходящее на внешнем экране и у Других людей с тем, чего хотите достичь сами. Там происходит вот так, а у меня будет вот так и так, и я своего добьюсь, потому что кручу в мыслях свое кино, снимаю свое кино, а за внешним лишь наблюдаю.**

*«Хотел бы узнать. После прочтения, понятно, что деньги не могут быть целью вообще, и что они приложатся только через некое «дело жизни», так сказать. Ну а вот допустим, если в определенный момент у человека нет времени ходить искать всякие «кредо», а просто тупо нужна определенная сумма денег? Например, мне нужны деньги на учебу. Так можно ли притянуть сумму денег к себе?»*

**Для того чтобы реализовать краткосрочную цель, нужно сосредоточить внимание на слайде, где эта цель реализована, не думая о средствах. Например: вы уже учитесь. Каким образом, на какие средства, не важно - этого нет в слайде.**

**Просто учитесь в том заведении, где хотите, и все. Если такая цель может быть реализована в принципе, деньги найдутся.**

*«Еще не будучи знакома с Трансерфингом, записана в своем дневнике: «Пусть это будут последние выходные, когда я одна». Сработало. И закружилось. Друзья вернулись из отпусков, да и жизнь перестроилась. Грустно больше не было.*

*Уже вовсю работая с вашей книгой, решила «отпустить» свою любовь, которая совершенно меня не замечала. Тогда лишь записала: «Хочу выйти замуж за любимого человека». Через две недели мой телефон разрывался от пропущенных звонков и эсмэсок.*

*Еще через год устала работать и учиться. Написала: «Хочу больше никогда не работать в офисе». Через месяц узнала, что беременна, о. через три вышла замуж за любимого человека. Одновременно защитилась и родила. Такого малыша, какого хотела: мальчика, Стрельца, озорного, здорового и веселого. И все. А дальше — пробел.*

*Получилось, что в один год достигла всех целей, которые формировались лет 10. И вот, сижу уже два. Л что дальше, никто не научил. Во всех моих целях и желаниях никогда не было материального. Считала, что это само собой. Д в итоге осталась со всеми своими достигнутыми целями в полной яме.*

*Муж полтора года мыкался, не мог устроиться, работал за бес- платно. Набрались такие суммы долгов, которые мы и в руках не держали. Последний год работает с небольшой зарплатой по 14 часов, и еще 4 тратит на дорогу. Долги медленней. по продолжают расти. Я не могу выйти на работу, так как придется отдать ребенка в сад. Отдать в сад не могу, потому что живое питание.*

*Открыть в себе творческие способности не удастся пока, придумать что-то на дому — тоже. Регулярно мужу выдают на работе после всех штрафов ровно столько, сколько нужно, чтобы не сдохнуть с голоду нам троим. Перед родителями приходится делать «хорошую мину при плохой игре». Так как расстраивать маму тем, что ничего не клеится, не хочется, а помочь никто из четверых родителей нам не в силах. Все на пенсии.*

*Долго вынашивали в себе идею хоть какого-нибудь бизнеса, нако ней нашли то, что показалось не сложным и пришлось по душе. Кофейные автоматы. Написала бизнес-план, все рассчитала, нашла первое место под автомат, получилось взять кредит для установки одного автомата. Все шло достаточно просто, без особых проблем. Трансерфинг ведь всегда со мной!*

*И вот, два дня назад приезжаю на место, уже с деньгами — а там категорическое НЕТ. И теперь с кредитными деньгами на руках, за которые начисляются проценты, не знаю что делать. У меня такое чувство, что кто-то сидит наверху в стальных рукавицах и отсекает любую возможность для нашей семьи. Задыхаюсь».*

**Намерение, как способность управлять своей реальностью, подобно деньгам. Сегодня оно есть, а завтра будто забывается и незаметно исчезает. Вы либо управляете своим движением по реальности, либо вас несет, куда вынесет. А вынести может куда угодно: повезет — в удачу, а нет — в проблемы.**

**Вот, было время, вы решительно взяли управление своей жизнью, как весла, в свои руки. Даже ваша фраза с «запретным словом» — «Хочу выйти замуж за любимого человека» — подействовала, потому что была наполнена решимостью — намерением. Вы сказали себе: все, хватит, отныне как я задумала, так и будет.**

**Но потом, получив желаемое, вы расслабились и бросили весла. А реальность течет себе и несет вас с собой, но вовсе не обязательно в ту сторону, где вам хорошо.**

**Так вот, чтобы подобного не происходило, не бросайте весла. У вас уже был положительный опыт вспомните его. Заведите себе два блокнота и записывайте**

туда свое непреклонное намерение. Слово записанное — намного сильнее задуманного. Нарисуйте себе новую реальность. Опять же, подробнее об этом в книгах, например «Взлом техногенной системы».

*«Я хотел сделать что-нибудь, чтобы увидеть действие внешнего намерения, много времени крутил слайд, где у меня есть свой дом (особняк), чувствовал, был участником этого слайда, но я не могу понять, что не так делаю, ничего не изменилось в жизни».*

**Если работаете со слайдом систематически и достаточно долго (хотя бы несколько недель), в реальности должны произойти какие-то изменения, открыться какие-то двери, которые укажут путь, способы и средства достижения цели. Вообще никаких изменений быть не может. Может быть лишь одно — плохо смотрите и не видите.**

*«Как-то в книге упоминалось, что нельзя настраиваться на разные цели, так как течение вариантов не сможет повести нас к разным целям одновременно. Л не будет;т считаться нарушением принципов, если, допустим, я выполняю технику «генератор намерения» и наговариваю себе то, к чему стремлюсь, а после — заняться прокруткой слайда, где я отдыхаю в Японии*

**Мыслеформы и слайды разных целей можно совмещать, если они не противоречат друг другу.**

**Например, и одном сеансе «генератора намерения» вы вполне можете транслировать мыслеформу: «я успешно реализую свой проект, а потом отдыхаю в Японии». Почему нет?**

*«Как зависит достижение цели от времени прокрутки слайда?»*

**Время прокрутки слайда — сколько хотите, сколько считаете нужным, без напряжения, без превращения в обременительную обязанность.**

*«Можно ли одновременно заниматься несколькими слайдами? Дело в том, что у меня есть основная цель в жизни и в то же время второстепенные цели. Это не будет означать, что я распыляю свою энергию впустую?»*

**Целей можете брать сколько «унесете», лишь бы они не противоречили друг другу. Слайды разных целей также можно крутить либо по отдельности, либо вместе, в комплексе, как единую картину жизни.**

*«Не понимаю одной вещи- В технике исполнений желания, помимо визуализации и всего прочего, есть один момент, когда нужно вести такой образ жизни, как будто бы «заказ» уже исполнен. Моей целью является финансовое обогащение и путешествия. К деньгам отно*

*шусь ровно. Не боюсь их потерять, потратить. Не боюсь остаться без денег, важность на нуле.*

*Я еще задолго до Трансерфинга вел такой образ жизни, что называется, не по финансам, покупал дорогую одежду, ходил в хорошие заведения, дарил подарки, старался ни в чем себе не отказывать, подписывался на все поездки со знакомыми, хотя заранее не представлял, будут ли у меня деньги или нет.*

*Так вот, по Трансерфингу, я должен переместиться на ту линию, где финансово независим, а по факту проваливаюсь в денежную яму, долги, кредиты, денежные обязательства, неполадки с бизнесом... Но меня это совсем не беспокоит. Только вот путешествовать тоже*

*хочется. Что я делаю не так?»*

**«Вести такой образ жизни, как будто заказ уже исполнен», надо понимать не буквально, конечно. Игра состоит в том, что вы притворяетесь, будто цель уже достигнута, действуете «понарошку». Прежде всего, это визуализация целевого слайда, где цель достигнута или находится в процессе успешной реализации. В этом смысле вы относитесь к своей мечте так, будто она уже сбылась - создаете виртуальный образ и живете в нем. Осознанно и целенаправленно витаете в облаках.**

**С другой стороны, нужно активно впускать в себя информацию и атрибуты вашей мечты — внедрять ее в свой мир, так или иначе, насколько это возможно на данном этапе. Однако одно дело — сознательно создавать виртуальный мир, чтобы он со временем стал реальным, и совсем другое — проваливаться в иллюзию. Если вы начинаете жить не по средствам — можете нажать неприятности — это уже нарушение правил игры.**

ч

*«Правильно ли я оформила слайд по целям:*

1. *Сейчас я работаю на новой работе.*
2. *Сейчас я наслаждаюсь жизнью в своем доме.*
3. *Сейчас я имею автомобиль.*
4. *Сейчас я имею бизнес.*
5. *Сейчас у меня на счете в банке... (сумма)».*
- 6.

**Не надо говорить «сейчас», потому что это самообман. Вы же не можете поверить, что все это есть у вас сейчас? Надо просто записывать и представлять себе виртуальную картину, в которой вы имеете все, что хотите. Смысл в том, чтобы создавать себе виртуальный образ, понимая в то же время, что это образ намерения, чтобы притянуть реальную материализацию, а не обманка какая-то.**

*«Визуализирую свою цель уже давно. Около двух лет. Были незначительные «передышки» 2-3 месяца. Первый год все шло хорошо. Уделял цели как минимум 30 минут в день \* по утрам практиковал генератор намерения. Второй год визуализировать стало трудней. Как только я не расширял зону комфорта, перебрал ВС И, что только можно.*

*Моя цель — стать рок-звездой. Мечтаю об этом с детства. Группа у меня есть, песен навалом (мелодичных, драйвовых). Вот недавно отстроили студию и собираемся записываться. Движение к цели, несомненно, есть, но по прошествии года визуализировать стало просто нечего. Перебрал все возможные стороны встречи с фанатами, запись платинового альбома, контракт с именитым лейблом, выступления на самых крутых площадках и фестивалях.*

*Даже визуализировал гримерку, как я готовлюсь к выступлению, а после иду по коридору к сцене. Сейчас, после того как все это отшлифовано, визуализировать стало не так интересно. Отсутствует душевный подъем, яркие краски, и становится очень скучно. Как мне быть?»*

**Наверно, забываете про визуализацию процесса. Визуализация цели может сначала воодушевлять, но потом надоедает, если не видно движения и нет результатов. По-настоящему воодушевляет не конечная цель, а успешный процесс. Две важные составляющие успешного процесса: декларация + констатация подвижек, а также непосредственная работа.**

**Вы должны не просто хорошо работать над своей целью, но постоянно накручивать себя: я все делаю гениально и блестяще, я создаю шедевры, от которых люди приходят в восторг, я делаю то, что всем нравится, и я вижу, как у меня все замечательно получается, и с каждым днем все лучше и лучше. Вы должны жадно ловить любые подвижки, любые подтверждения успеха и смаковать их.**

**Так, накручивая себя (пусть даже искусственно) и выискивая проявления успеха, вы буквально вытаскиваете себя на уровень гения. Это неизбежно. Какая лента у вас в голове, такое кино и будете смотреть в реальности. Подробнее — смотрите «Взлом» и «Проектор отдельной реальности».**

*«Вы говорили, что в своем слайде надо жить, а не смотреть на него как сторонний зритель. Значит, нельзя свой слайд представлять от третьего лица? То есть нельзя наблюдать за своими действиями со стороны, видеть, как я собираю чемоданы? Но это очень*

*сложно. У меня совсем так не получается. У меня даже в воспоминаниях все от третьего лица, всегда все со стороны вижу, в том числе и себя. Я боюсь, что мое кино не даст результатов».*

**В технике слайдов нет жестких ограничений, вы можете ею пользоваться по-хозяйски, как вам удобно. Не я изобрел технику слайдов, и не я установил какие-то правила. Лично для вас будут работать те правила, которые вы сами себе установите. Просто крутите свое кино, как хотите, как считаете нужным.**

*«В августе 2011 года я себе загадала четкий план: в сентябре обязательно хорошо отпраздновать 25-летие любимого, в ноябре отметить мой юбилей (еще с большим размахом), после Нового года отправиться кататься на лыжах, а в апреле 2012 сыграть свадьбу.*

*Скажу честно, что дела на то время были хуже, чем плохие, но я была непоколебимо спокойна насчет всех моих планов, и они, как по взмаху волшебной палочки, все осуществились.*

*Но кроме исполнения моего плана, мой мир постоянно заботился обо мне. За это время я переехала в новый офис, отделившись от своих горе-партнеров, наняла себе помощницу, купила дорогую и радующую глаз мебель, а в мае всего-то лишь объездила с любимым пол-Европы. И даже не за деньги, подаренные на свадьбу, а на наши доходы, заработанные буквально за две недели, что ранее казалось нереальным.*

*Следует заметить, что при формировании намерения я всегда использую слово «должна», оно мне помогает больше всего почему-то. Например: я должна увидеть Европу, я должна хорошо одеваться и всегда быть обаятельной, я должна нравиться людям, я должна попасть на концерт Мадонны, я должна выиграть это дело и т.д.»*

**У каждого могут быть свои методы и свои слова. Главный принцип — крутить свое кино, так, как вам нравится, главное — крутить, намеренно, непоколебимо. Как сказано в письме: «я была непоколебимо спокойна насчет всех моих планов».**

#### **Снижаем важность**

*«Как же сбросить важность? Возможно, этот вопрос много раз задавали, но, что бы я ни делая, все равно какие-то цели остаются важными для меня, не получается контролировать эту самую планку».*

**Потенциалы важности возникают в основном в состоянии желания, ожидания, тревоги, бездействия. Устраняются они только постановкой цели и действием. Подробно об этом в книге «Взлом техногенной системы». Нужно ставить цель и двигаться к ней, не думая о путях и средствах. Пути и средства**

**найдутся в пути, в движении.**

*«У меня такая ситуация: несколько лет практикую Трансерфинг, все хорошо, за это время жизнь наполнилась буквально волшебством. Но есть одно «но». В двух сферах жизни Трансерфинг работает непонятным образом или вообще не работает, уже и не пойму.*

*Дело обстоит так: я визуализировала романтические отношения (никого конкретно не представляла), просто наслаждалась процессом, познакомилась с парнем, отношения были безумные, а потом он уехал, к через пару дней я узнала, что у него есть другая, в той стране, откуда он родом, более того, они вроде бы как собираются пожениться. Ни мои смс он отвечая, что «у нас никогда с тобой ничего не было и все». Было больно, долго переживала, ничего не могла понять, но прошло время, и все более или менее забылось.*

*Год назад снова начала визуализировать романтические отношения, результат — познакомилась с женатым парнем, у них с женой на тот момент грудной ребенок был. Фактически ничего у нас с ним не было, и мы расстались. С февраля месяца занялась более конкретной визуализацией, представляла, как мы вместе отдыхаем с парнем, как нам хорошо, мы живем вместе, и т.д. А в апреле встретила мужчину, женатого, он мне очень нравится, вижу, что я ему тоже. У нас легкий флирт и ничего большего. Меня к нему тянет, ему нравится общаться со мной.*

*Буквально вчера с ним заговорила на тему «как ты относишься к тому, что девушка встречается с женатым мужчиной», он ответил, что это кощунство, хотя отношение ко мне не изменил, так же флиртует, у нас много общего, нам интересно вдвоем.*

*В отношениях с этим парнем использую принцип фрейлинга. Больше ничего. Не знаю, что делать, и не пойму, почему знакомлюсь с женатыми, а потом остаюсь одна? Посмотрев отстраненно на все эти отношения, понимаю, что ни страха, ни дикого восторга не было. К тому же в ТС не новичок, о всех неприятных сторонах знаю, везде все работает, а здесь не пойму, что такое».*

**Не надо «заказывать» себе романтические отношения. Тем самым вы немного, самую малость, но все-таки идеализируете отношения между мужчиной и женщиной. Л может, и не самую малость, а достаточно сильно идеализируете. В результате равновесные силы подкидывают отношения, в противоположность романтическим.**

**Отношения с уже «занятыми» мужчинами — не романтические, а скорей рискованные. Рискованной ставкой в таких отношениях выступаете вы сами. Мужчины в этом случае ничем не рискуют. Так что рекомендации для вас:**

- а) рисуйте себе нормальные, земные отношения;**
- б) избегайте женатых мужчин, с ними всегда сложно.**

*«В последнее время я совсем запуталась. Учусь в университете на 4 курсе и с ужасом понимаю, что вся моя учеба и будущая профессия ничего, кроме смертельной скуки, у меня не вызывает, но менять университет сейчас, это выкинуть о никуда три года тяжелого труда, да я и совершенно не могу понять, чем бы мне хотелось заниматься.*

*Энергии вроде полно, но за что бы ни взялась, все скучно. Уже пора идти работать, а куда, непонятно, по профессии совсем не хочу. За три года в универе знаний никаких, все экзамены сдавались только благодаря Трансерфингу (то есть чудом).*

*Любая конкретная цель, которую я перед собой ставила, становилась реальностью, но я понимаю, что это были цели, которые нужны разуму, но не душе. А найти свой путь за четыре года так и не удалось, и вроде делаю все как надо, однако не поет душа и все».*

Цель очень редко находится сразу. Четыре года — это тоже не срок. Всему свое время. И все не зря. Тот путь, которым вы сейчас следуете, вам, скорей всего, просто необходимо пройти для того, чтобы выйти на свою стезю. А если все не зря, есть повод обрести спокойствие и дать себе установку, что мое от меня никуда не денется.

*«Вы говорите, что наши мысли и слайды формируют зеркальное отображение, то есть нужно всегда настраивать себя на позитив и думать о своей цели так, будто я уже ее достигла. Но Вы же и предлагаете заранее смириться с поражением. Так в чем же суть?»*

Бообще-то поражения как такового быть не должно. Есть либо ваши цели/двери/половинки, либо чужие. Надо договориться со своим разумом. Сказать себе: *получится — хорошо, не получится — тоже хорошо*. И если не получилось, значит, все равно хорошо.

Но почему? Разуму нужно привести обоснования и доводы, поскольку он не принимает ничего на веру. Объяснить ему, что есть принцип координации намерения, и что этот принцип работает: *если притвориться и превратить неприятность в приятность, тогда именно так и будет*. Но опять, почему этот принцип работает? Почему будет хорошо? Успокойте свой разум следующими объяснениями:

- Значит, это мне не надобно, меня ждет кое-что получше (так часто и бывает).
- Мне удалось избежать чего-то плохого (ужасного).
- Еще один урок пройден, и пройден не зря (ничто в этой жизни не зря).
- Уплачено в счет будущей удачи (и так часто бывает).
- Не моя дверь (половинка) — будем искать свою (мое от меня никуда не денется).

*«Сказать, что я не могла сдать на права очень долго — ничего не сказать. В общей сложности я сдавала площадку 10 раз, а город 18. Начала сдавать в 2009-м, а долгожданные права получила в 2011-м.*

*Важность была настолько завышена, что каждую субботу я с тоской вставала и ехала в ГАИ, где долго ждала своей очереди, то под палящим солнцем июня, то в ноябрьский промозглый день.*

*От волнения у меня начинал болеть живот, мысли на что-то другое переключаться не хотели, и как я ни пыталась сдерживаться и убеждать себя, что это — всего лишь экзамен, каждый раз испытывала ужаснейшее разочарование. Я с тоской смотрела на тысячи машин и думала: «Ну вот, столько людей ведь ездят, у них же получается... Что же со мной не так?!» В конце концов мне эти пытки надоели, я бросила и больше года о получении прав не думала.*

*В январе 2011-го я решила, что все-таки надо права получить, нашла инструктора, стала заниматься. И снова сдать не получалось, я неплохо ездила на уроках, но стоило прийти на экзамен, и я начинала совершать глупейшие ошибки. При этом хочу отметить, что по отношению к ГАИ я настроила себя положительно и доброжелательно, и могу сказать, что все разы я ошибалась сама, меня не заваливали, гаишники со мной иногда шутили, иногда подбадривали, иногда помогали. На деньги никто не намекал.*

*Мне было и смешно и грустно одновременно — ладно, когда заваливаешь 3-ю попытку, но после 13-й руки опускаются. С другой стороны, меня веселило, что у меня все так нетипично и не по шаблону — внукам потом буду рассказывать. Вот только получить бы права. 15-ю попытку я уже праздновала — в блины воткнула свечки в виде числа «15» и задула их.*

*И тут вдруг я нашла работу мечты. Я испытывала колоссальный подъем — еще*

бы, мечта неожиданно сбылась буквально за два дня! Получение прав вдруг как-то померкло для меня. У меня оставалась неделя перед выходом на работу, и я решила все-таки еще раз попытаться счастья в ГАН.

Уже почти равнодушно, лежа на дереве, я читала книжку в ожидании экзамена, болтала с какой-то девчонкой. И как будто дверь открылась — на площадке молодой обаятельный гаишник немножко

подсказал мне, а в городе меня вообще оставили последней перед обедом, машины вокруг куда-то испарились, ехала я минуты две, гаишник уже думал об обеде... И я услышала долгожданные слова о том, что завтра можно приходить за правами!»

### **Освобождаем внимание**

«У меня такая проблема: не могу контролировать свои мысли. Чего только не пробовал: разные теории контроля мыслей, разные методики релаксации и т.д. А ведь это основной момент для техники слайдов».

Если вам не удастся намеренно управлять ходом мыслей, нужно этому учиться. Могу предложить один хороший метод для развития сосредоточенности и «присутствия». **Задаетесь целью думать только о том, чем в данный момент занимаетесь. Когда конкретно ничем не заняты, найдите объект внимания, например: на прогулке — наблюдайте за окружением, в поездке — читайте книгу. Сначала будет немного трудновато, потребуются определенные усилия. Зато через некоторое время вы заметите, что мысли стали более управляемыми.**

«Есть кое-что, чего я еще не понимаю, такие скелеты в шкафу, доставшиеся из прошлого. Обычно мои мысли проносятся примерно так: «Ммм, вот нужно написать этому человеку! Так, что написать?... О, надо еще ногти покрасить. Ой, зайду-ка я в контакт-».

И все, час-вечер-ночь насмарку. Сейчас зритель чаще включается, но пень его легко обманывает: «Сделаем завтра, ОК?»

Насиловать себя не хочется, но, к сожалению, феномен «старого комода» меня настиг еще в детском или подростковом возрасте (вот ведь ужас, даже не помню когда). И надо, блин, это «еле-еле», с которым я почти все делаю, как-то исправлять. Настроить режим дня — это мечта всей жизни, которая так и остается пока мечтой, а не намерением.

Как бороться с ленью и «откладыванием на потом»? Я понимаю, что «нужно прекратить свою битву», но как не бороться с ленью? Как повысить уровень самодисциплины? Или пусть так и будет? Дезорганизованность у меня, может, от бардака мыслей? Тогда как упорядочить мысли? А нежелание что-то делать от пищи? Или с повышением уровня осознанности, увеличением движения и переходом на живое питание отвлекающие крючки маятников сами отцепятся?

Да у меня даже не получается раньше встать, чтобы зарядку сделать, о чем вообще речь! Или я просто пытаюсь найти себе оправдание? Не знаю. Хотя даже и с этой патологической ленью многие считают, что я большая молодец отличница, говорю на английском, чем-то вечно занимаюсь, там была — здесь была. И еще мне хотелось бы быть более опрятной, стильной, но что-то все до сих пор остается на этапе «хотелось бы».

Таким образом, вся жизнь — скаканье, с периодами безделья, хотелось бы побольше системы в этот хаос. Как с этим бардаком справляться? Как его структурировать?»

**Сейчас всем не хватает времени. Оно сжалось, потому что в последние годы**

**резко увеличился поток информации. Информация — э го как столбы на дороге. Если дорога узкая, а столбы**

**(или деревья) на обочинах стоят плотно, тогда даже при движении на небольшой скорости кажется, что летишь. И наоборот, если дорога широкая, с редкими столбами по краям, можно мчаться на большой скорости, но будет казаться, что едешь медленно.**

**Так же и со временем — оно может реально уплотняться или разряжаться, ускоряться или замедляться, в зависимости от плотности окружающей информации. Это объективное явление, а не субъективное восприятие. Для того чтобы разрядить время в слое своего мира, необходимо уменьшить поток входящей информации.**

**Возьмите листок бумаги и перечислите все свои источники информации. Например, социальные сети, телевизионные программы, Интернет, сериалы, ток-шоу, новости, форумы, блоги, разговоры по мобильнику, эсмэсины, и так далее, и так далее. Все эти матричные присоски являются одновременно и источниками информации, и занятиями, отнимающими ваше время.**

**Прикиньте, сколько времени отнимает каждая такая присоска, и сколько информационных помоев через нее прокачивается в ваш мозг. Расставьте приоритеты, оставьте только самые необходимые, а остальные выбросьте из своего мира как ненужный хлам. Сведите к минимуму поток информации, который будет поступать из оставшихся.**

**Точно так же следует поступить со своими целями и увлечениями. Напишите список, расставьте приоритеты. Прикиньте, что вы можете реально осуществить, а что висит на вас гирьками-обязательствами, бесконечно откладываясь на потом. Избавьтесь от всего ненужного хлама, отнимающего время, освободите себя от излишних обязательств перед собой.**

**В течение дня занимайтесь в первую очередь теми делами, у которых приоритет выше. Следуя хотя бы этим элементарным правилам, вы освободите себе значительную часть времени и существенно упростите свою жизнь.**

*«Шесть лет назад у нас с мужем родился ребенок, требующий к себе несколько больше внимания, чем обычные дети. Я решила перестроить нашу жизнь так, чтобы основная нагрузка по заработку легла на мужа, а я могла бы больше времени уделять дочери.*

*Жили мы в квартире, имели одну машину тиа двоих. Я «заказала» особняк, бизнес и каждому по машине. Посоветавшись, решили создать мужу автобизнес, поскольку ему это близко, и автомобили и до сих пор его единственное увлечение. Он уверял, что справится. Я взяла порядочный кредит в банке и арендовала, а потом и купила ему грузовик.*

*И тут начало происходить невероятное человек, беззаветно любящий меня и дочь, изменился на глазах. Общий стаж нашего брака 11 лет. Он забросил все, ничем не стал заниматься, связался с аферистами, у него появились секреты от меня. В конце концов, пользуясь моим доверием, а иногда и запугивая, он пустил прахом все: и машины, и дом, который мы купили, еще и людей обманул от моего имени на приличную сумму. Все наши деньги и имущество он попросту роздал. Теперь я бездомная, опозоренная, с судимостью и кредитами, живу из милости у родственников.*

*Делать что-то после такого даже руки опустились. Не работаю, живу ни пособие дочери, занимаюсь ею, как решила. Горбатиться, чтобы все опять зарабатывать, нужно время, а его нет. Здравый смысл говорит мне, что надо было не полагаться на мужа, каким бы надежным он ни казался, а делать все самой. По кто же занимался бы тогда моим ребенком? Ведь в сутках всего 24 часа.*

*Так же ясно встал вопрос — избавиться от этого человека. Но у меня нет зла на него, даже после всего, что он с нами сделал. Может,*

в память о лучших временах, а может, потому, что мы обвенчаны. И дочь его любит.

*В чем моя ошибка!' На ситуацию я вроде не давила, избыточных потенциалов старалась не создавать, была уверена, что все ведет меня к моей цели, и все к лучшему, с другими себя не сравнивала, успехами не гордилась, делала все для успеха, вопреки неудачам начинала все сначала. Почему же результат вышел прямо противоположный задуманному? И что мне теперь делать? Прямо скажу, если бы не дочь, я бы ушла из жизни, настолько неинтересным и непривлекательным кажется мне будущее. Впервые в жизни у меня нет цели,*

*и мне ничего не хочется».*

**Вашей ошибки здесь нет. Просто вы не можете управлять реальностью, которая зависит не только от вас, но еще и от действий близких людей, с которыми вы связаны. В вашей ситуации теперь надо полагаться только на себя. Это не трудно — так даже проще и надежней. Вы должны знать, что в жизни вы получаете то кино, которое крутится в вашем «проекторе». Вы должны знать, что если вы решили изменить свою жизнь и начали целенаправленно крутить в мыслях «свое кино», оно обязательно воплотится в вашей будущей реальности, какой бы ни была сегодняшняя. Такое знание должно вас воодушевит],. Все еще впереди, и все в ваших руках.**

*«К сожалению, одного понимания здесь не достаточно, надо еще делать это — постоянно и по-честному. Это трудно! И насилие над собой здесь не проходит! Наверное, правильно говорят, что счастье спрятано в нас самих, потому что лучше спрятаться оно не могло».*

**Повторяю, в жизни вы получаете то кино, которое крутится в вашем «проекторе». Вы только подумайте: ваша реальность находится в прямой зависимости от направленности ваших мыслей. Вы способны управлять своими мыслями, если захотите, а значит, способны изменять реальность. Разве этого мало? Ладно бы у вас не было такой возможности. По ведь она есть.**

**Представьте, большинство людей вообще не имеют понятия о том, что реальностью можно управлять. Многим кажется, что от них ничего не зависит, особенно в ситуациях, когда «поделаться ничего нельзя». Но ведь у вас есть Трансерфинг. И есть такая штука, как *управление вниманием*.**

**До тех пор пока ваши мысли погружены в окружающую вас действительность, она не изменится. Какое кино снаружи, такое и внутри — какое внутри, такое и снаружи, снова и снова.**

**А теперь *поверните зеркало обратной стороной* — это оно вас сбивает с толку. Не смотрите пассивно внешнее кино, не живите в нем — крутите свое кино, живите в своей, пусть пока еще виртуальной реальности. Тогда снаружи рано или поздно проявится то, что у вас внутри.**

**Что касается «насилия над собой». Действительно, сменить ленту с негатива на позитив бывает не всегда просто, особенно если нет настроения. Однако если вы все же хотите что-то изменить, придется что-то сделать. *Сделайте работу*. Иногда ведь приходится делать работу, хочешь или не хочешь. Писатель, создавая свое произведение, занимается, по большей части, не столько творчеством, сколько рутинным трудом. И если работа была выполнена добросовестно, в единстве души и разума, фабула писательского творения находит свое воплощение в реальности.**

**Вот и вы, возьмите и опишите свою реальность, какой ее хотите видеть. Пишите каждый день, как роман, хотя бы понемножку. И проговаривайте почаще ключевые фразы — мыслеформы, в которых ваша реальность описана емко и лаконично.**

Со стороны может показаться, что это какое-то тупое и бессмысленное занятие. Но, задумайтесь, вы так же тупо *считываете* картину окружающей вас реальности и *прокручиваете* у себя в голове, тем самым подтверждая и укрепляя эту реальность. Так что же на самом деле является бессмысленной работой? И что насильем над собой?

**e-puzzle.ru**

### Разрываем шаблоны

**Некоторые письма можно приводить без комментариев, в них есть много чему поучиться.**

*«С августа прошлого года строю свою реальность. Решила, что будущее будет новым. Таким, как я хочу. В частности, мне нужна была творческая работа и большая зарплата. Начала формировать будущее намерением, и реальность откликнулась уже на четвертый день.*

*Начальница изменила список моих должностных обязанностей с жесткой формулировкой: «Не нравится, увольняйся».*

*Я как то иначе этот процесс представляла. Думала, придет крупный клиент или меня схантит большая корпорация. Но если играешь, играй до конца. А я дала слово, что хотя бы три месяца буду читать аффирмации и следовать своим чувствам. А чувство мне подсказывало — вали. И я уволилась в никуда.*

*Первое и последнее предложение о работе пришло уже на следующий день. Отправляя письма, я добавляла в конце: «Коллеги, ищу работу». Ответил мне совершенно неделовой контакт. Пикантность ситуации в том, как мы познакомились. Год назад я была на тимбилдинге для СМИ, где мы подшофе прыгали в тазиках на скорость. Да-да, в тех самых тазиках, в которых стирают белье. Я даже приз какой-то выиграла.*

*И вот мне снова предлагают «прыгать в одном тазике». Даже задание прислали. Вначале я обрадовалась — система то работает! А потом, когда прочтала, пришла в ужас. Нужно было сделать анализ работы на рынке крупной компании, с учетом действий конкурентов, и написать свои рекомендации. Это — маркетинг, а я-то — пиарщик. Страшно. Не могу, не сумею.*

*И я залегла на дно. Сижу, грущу, читаю вашу книгу. Ту самую, с главой про незадачливого программиста. «Самое первое предложение бывает самым верным», — эта фраза не давала покоя. Предложение хорошее, но как. черт побери, написать отчет, который не умеешь писать?*

*И тут - о чудо, мне приходит второе письмо. Это просто мечта поэта. Они каким-то образом услышали мои страхи. «Вы близки нам по духу. Приходите к нам работать. А отчет мы напишем за вас». Мне стало стыдно. Отчет я написала сама, как смогла. И — устроилась на новую работу.*

*Приятным бонусом оказалось наличие ассистентки, которая делала основную часть моей работы. Такого ништяка еще не было! А вот уровень зарплаты остался невысокий. Фактически я получила то же самое, а ставила целью в два раза больше. Я продолжила читать с намерением свою цель. Каждое утро.*

*В результате через месяц я снова осталась без работы. Рекламное агентство, проработавшее на рынке 17 лет, решило закрыться. Внезапно. Для всех это был удар. Это какое-то тотальное лузерство, думала я. И продолжала верить в силу намерения. К стрессу добавилось то, что ножом в спину настигла какая-то прошлая карма. У меня обнаружилось незакрытое ИП десятилетней давности, и нависла перспектива огромного штрафа.*

*Но я же играю! Надо было разорвать шаблон. Я заняла денег, но передумала — и вместо налоговой поехала отдыхать на Гоа. Выло внутреннее ощущение, что работа скоро появится, и надо использовать свободное время для отдыха. ИП 10 лет*

просуществовало, ничего не случилось. А страхи в голове верещали про то, что я дура, напоминали и рисовала картины мрачного голодного будущего.

Но я продолжала играть! Моделировать будущее, лежа под пальмами, оказалось куда приятнее. Хотя и тут временами я впадала в истерику — денег нет, по уши в долгах... Как можно верить в такую неосязаемую вещь, как «намерение»? Даже искала в Интернете страшные истории о том, как люди остаются без штанов после визитов в налоговую, и продолжала себя терзать.

Потом у меня сгорел нетбук. Очень понятный знак. Истерика закончилось через пять дней, когда пришло письмо от давнего знакомого с предложением о работе с зарплатой в два раза выше (то, что надо!). Коллектив у него чудесный. Мечта поэта, а не работа! Минус один — работа стартует с февраля, а сейчас — 20 ноября. Считаю, что это был привет из уже смоделированного будущего от Вселенной, чтобы я так не нервничала. Будет тебе все, что хочешь, сказали, готовим.

2,5 месяца надо как-то прожить. А у меня долги. И тут добрая Вселенная подкидывает мне подработку. Сотовый оператор выходит на рынок со связью 4G, и я помогаю организовывать запуск. Заплатили сумму, достаточную, чтобы купишь необходимые вещи, раздать долги и жить.

Сейчас начинаю прорабатывать личную жизнь по той же схеме. С первой зарплатой пойду в налоговую, правда моделирую намерением хулиганскую ситуацию — чтобы налоговая мне сама заплатила. А почему нет? Я могу ей какие-нибудь консультационные услуги оказать! Единственное, о чем жалею — о потраченных нервах. Особенно на море не стоило думать о трудностях, которых не существует.

Эти полгода показали, как мир обо мне заботится. Все так славно сложилось! Так что система перехода о другую реальность работает отлично! Продолжаю двигаться дальше. Желаю всем удачи!»

#### **И далее:**

«ИП закрывают бесплатно (я попадаю под амнистию государства). Работаю пиарщиком о агентстве, клиент Евразийский Банк. Система работает. Начинаю мечтать себе жилье!»

#### **Проходим сквозь зеркало**

«Можно ли считать страх, как сопротивление души? Есть, например, вещи, которые хочет делать моя душа, но страх порой не дает мне это сделать. Единственный способ побороть страх — это повернуться к нему лицом и просто тупо идти на него и пережить это все. Но ведь в этот момент мы, по сути, <•ломаем» самого себя».

**Ломаем себя? Не совсем так. Наверняка у каждого человека есть такие качества, которые ему мешают, от которых хотелось бы избавиться. Во многих случаях это не душевные качества, а «наросты», как например, комплексы. С комплексами, так же как со страхом, бороться нельзя — их нужно принимать и двигаться к ним навстречу, как к отражению в зеркале.**

**Как только вы пересекаете черту — проходите сквозь зеркало \*— ваши страхи, недостатки, комплексы — выворачиваются наизнанку и превращаются в достоинства. Например, застенчивость — в обаяние (ранее скрытое), страх — в отвагу (в результате приобретенного опыта), неполноценность — в самоуважение (начинаете верить в себя).**

**Для этого, повторяю, надо прекратит!, борьбу со своими «наростами», принять их и двинуться им навстречу — как бы сквозь них, сквозь свое зеркало.**

«Я наконец-то (в 30 лет, что по казахстанским стандартам как-то поздно, а я казашка и живу в Астане) начала понимать, что создание семьи также относится к

числу моих целей. Причем, думается мне, мой человек — не казах, несовпадение у меня с ними. Хотя на этом не зацкливаюсь, встречаюсь с теми, кто действительно нравится. Наверное, эта цель лежит несколько подалее в простран стаяе вариантов, потому что я вижу, что на пуши попадают хорошие люди, но еще не пришло устойчивого чувства, что «*вот это оно, мое!*». Хотелось бы ускорить этот процесс».

**Работайте с целевым слайдом для расширения зоны комфорта. Граница этой зоны состоит еще, и главным образом, в том, что вам следует довольствоваться данной вам реальностью, а не создавать ее. Данная граница находится как раз на поверхности зеркала. Это зеркальная иллюзия, к которой мы все привыкли, заставляет нас думать, что реальность нам дана, а от нас самих мало что зависит. Точнее, реальность создается кем-то или чем-то, а нам следует как-то управляться с тем, что есть.**

На самом деле мы действительно можем создавать свою реальность — определять ее, какой она будет. Для этого нужно перешагнуть через ложное убеждение, что реальность нам дается, а не нами создается. Шагните в зеркало, навстречу этой иллюзии, и все-таки заставьте себя поверить, «не мытьем, так катаньем», что это вы определяете, какой будет ваша реальность.

Когда таким образом пройдете сквозь зеркало, у вас появится новое ощущение: реальность определяется вашими установками, если вы ей *даете установки*. Понимаете, кто не дает установок, для того работает обычный закон, но эту сторону зеркала.

*«Целыми неделями ходил, смеялся, радовался, занимался позитивом. Кроме этого учил сам предмет экзамена (гражданское право). В последние дни перед экзаменом даже сделал копию зачетки и поставил там оценку Л. Визуализировал, сферические взрывы представлял. При этом просил свой мир помочь мне. Перед экзаменом полностью подавил панику и страх, отбросил всю важность, и билет попался самый легкий. Позитив, море радости и намерение сдать! Но не тут-то было, препод меня завалил».*

**Слишком долго готовились, так что «переготовились». Изучать предмет надо, а вот «тщательная подготовка к успеху» только избыточные потенциалы нагнетает. Краткосрочные и простые цели надо не готовить, а просто идти и брать. Видеть только конечную цель и идти прямо к пей, не видя препятствий.**

*«Надо признать, техника работает в большинстве случаев, но пока совершенно не работает, когда дело доходит к моей цели — я очень хочу быть (работать) дома (вместо ходить на работу) и делать это в своей квартире вместо съемной. Вот тут у меня успехов нет никаких. Возможно, Вы скажете, что времени прошло очень мало — всего 2 недели работы с этой техникой, но для меня и это время тянется очень-очень медленно».*

**Вы слишком нетерпеливы. И реализация краткосрочных целей, и долгосрочных — все работает. Не по волшебству, а по свойствам реальности. Техника потому и называется, *Трансерфинг реальности*, а не «Трансерфинг чудес». В реальности присутствует известная доля инерции. Вы крутите свое кино с одной скоростью, а реальность реагирует с другой, с запозданием, и как бы в замедленном темпе. Учитывайте эту разницу.**

**Представляйте себе картину, как вы работаете в своей квартире - снимайте это кино, в своих мыслях, виртуально. Даже кинофильмы, и то снимаются по несколько месяцев. А что же вы хотите от реальности? Ваша виртуальная картина непременно перетечет в материальную. Только имейте терпение и будьте**

**последовательны**.

*«Небольшие ТС-ки, как тренировки, у меня получаются. Что-то значимое, которое должно перевернуть судьбу, — нет. Напри мер, иду в поликлинику, сдавать кровь на анализ, известно, очередюги жуткие, представляю, что иду первой, делаю это просто из любопытства. У кабинета толчея, известное дело. Стоим, ждем. Вдруг, бабушка, что первая, обращаясь ПРЯМО ко мне, предлагает поменяться местами, так как забыла направление. Несколько секунд был*

*ступор. Потом удивление спило, и я про себя подумала; «надо же, действительно ТС действует».*

*Потом еще несколько моментов: круглосуточный магазин, с вывеской «по техническим причинам» не работал, который работает всегда, в любые праздники, даже if Новый год. Это я тренировала ТС и 10 минут представляла, что приду к закрытым дверям. Но что-то более серьезное, жизненно необходимое, не получается уже длительное*

*время — более 4 месяцев».*

**Для реализации небольших ТС-ок, как вы выразились, используйте принцип: иду, не задумываясь, через стену, не видя препятствий, в голове только конечный результат, спокойно и безоговорочно беру свое — ДЕЙСТВУЮ. Примеры: парковка, собеседование, экзамен, знакомство, краткосрочная цель, задача, работа, проект.**

**Для реализации больших целей: систематически пишу, проговариваю, представляю конечную цель (декларации) и процесс движения к ней (констатации), внимательно наблюдаю, какие открываются двери, вхожу в них, делаю все что требуется, опять транслирую намерение — ДЕЙСТВУЮ-НАБЛЮДАЮ-ДЕЙСТВУЮ.**

**Смысл в том, что в достижении краткосрочных целей ваше намерение и действие сливаются в едином порыве, в одном движении — вы полны решимости и действуете.**

**В реализации долгосрочных целей вы находитесь во взаимодействии с зеркалом: посылаете в зеркало мира свой образ — декларируете намерение, наблюдаете за откликом — констатируете подвижки, замечаете двери, входите в эти двери и опять**

**посылаете намерение и действуете. Это уже не единый порыв, а процесс. Сколько он будет длиться, зависит от сложности цели и в а шей последова т сльност и. Если станете действовать систематически и целенаправленно, цель будет достигнута.**

**Эта Вселенная — ВАША**

*«Я трансерфер, с Вашей легкой руки, со стажем более 5-ти лет. Я достиг многого благодаря Трансерфингу, в списке достижений собственный дом, семья с любимыми дочерьми, круг успешных друзей и «оранжевый мир».*

*И одновременно крах всего этого, крах, который я совершил сам, осознанно. Причины слишком личные, чтобы о них говорить. Создал новую семью, родил сына, новый круг успешных друзей, стал писать рассказы в инете, есть свой круг читателей. Вроде бы все хорошо, окружающие удивляются, как быстро с нуля создал новую жизнь после того, как оставил в прежней все.*

*Нет покоя в душе, зарабатываю все больше, стоит заказать уровень дохода — он приходит максимум через год, а то и меньше. От этого tie становлюсь счастливее> да и долгов становится все больше. Я стал понимать, что цель в деньгах и материальном уровне жизни меня не удовлетворяет. Это химера, погоня за которой только изматывает.*

**Появилась цель — обрести свободу — свободу, которую пока нс в состоянии**

выразить конкретными мазками. Работаю над этим. В качестве новейшего опыта расскажу, как обрел крайне важную для себя потерю.

В общем, еду в банк, в кармане паспорт с солидной суммой денег и важными документами, по дороге заезжаю на вокзал, встречаю дочь. Точно помню, достал паспорт, показал дочери, (прятал во внутренний карман пальто. Приезжаю в банк, паспорта нет.

Обшарил все, ВСЮ МАШИНУ<sup>7</sup>, нет паспорта, нет документов. Я в шоке, документы нужны как воздух, завтра вылетать в командировку, деньги вообще не мои!

Пытаясь себя успокоить, вспоминаю вашу историю в книге об утерянном телефоне (прочел накануне ночью!). Понимаю, что только этим и могу себя успокоить, езжу по городу, вырабатываю целевой слайд, что нащупываю паспорт рукой, где — не важно.

Через несколько минут обнаруживаю его на соседнем сиденье. Я человек-инструкция, положить паспорт мог только во внутренний карман, к тому же деньги лежали отдельно, машину обшарил сверху донизу, не мог не увидеть паспорт на сиденье!

Я представлял, что нащупаю паспорт, и в нем будет вся сумма и документы. Невероятно, деньги были в паспорте, и документы тоже. Родные говорят, что я сам не понял, как положил все в паспорт и кинул его на сиденье. Пусть так. Но я знаю, что именно Ваша история с телефоном спасла меня в этот момент.

Энергия, которую я испытал во время притяжения потери, была колоссальна. Я сразу обнаружил, что брелок на ключе зажигания из горного хрусталя весь потрескался в мелкую сетку, хотя я его не ронял, да и при желании его сложно сломать.

Эффект, который я отношу к «склейке линий жизни», меня просто потряс! Если сможете мне ответить и помочь, как четче поставить себе цель в жизни, буду Вам безмерно благодарен. В любом случае спасибо Вам, именно Вы объяснили мне, что эта вселенная —

МОЯу.

**Характерный пример трансгрессии. Никто не знает, почему так может происходить. И я не знаю. Это невероятно, но это реально. Еще раз доказывает, что мы способны на очень многое, если возьмем реальность в свои руки.**

**Главное, над чем вам стоит хорошенько задумываться, и не раз и не два, а многократно и постоянно: «Эта Вселенная — МОЯ». Данную мысль (или скорей не мысль, а осознание) не я вам объяснил, поскольку объяснить такое невозможно — можно только прочувствовать.**

**Если вы глубоко осознаете и прочувствуете, что «Эта Вселенная — МОЯ», без эмоциональной окраски, без логических объяснений, как очевидную данность, тогда любые ваши желания и цели тоже будут ВАШИ - в нужный момент, в нужном месте — «в кармане» или где-нибудь «на сиденье».**

Задаем свою реальность

«Прочитал все ваши книги, для меня они стали неким руководством, как правильно относиться к происходящему вокруг, и дали огромный толчок моему духовному развитию. Результат был ошеломляющим поначалу, но в последнее время не могу вернуть то прежнее состояние осознанности. Ниже опишу, как это было.

Трансерфингом я увлекся еще в 2008 году, когда у коллеги по работе подслушал и выпросил вашу аудиокнигу, и открыл сразу 3-ю ступень, про транзакцию. Попробовал сразу, и результат меня шокировал, это были непередаваемые ощущения, я проснулся наяву и увидел больше, чем обычно! Правда, это длилось недолго. Потому я взял у друга все части аудиокниг и каждый день слушал и вникал, книги были для меня просто озарением!

*Начал практиковать, все удавалось и происходило довольно легко. Были даже знаки, по которым я определял, что сейчас все работает это частое ощущение дежавю, или включающийся для меня зеленый свет на светофорах, указывающий, что дорога открыта. Происходили разные интересные вещи, такие как свободная парковка, нужные люди в нужный момент, а также и другие удачные стечения обстоятельств.*

*Кстати, хочу отметить, что у меня были также большие результаты в спорте. Спустя какое-то время я стал работать над целевым слайдом. Я тогда хотел получить работу, о которой давно мечтал, в крупной иностранной компании. И тут меня вдруг сокращают с моей предыдущей работы, но когда мне об этом сообщили, внутренне я был безумно рад, даже не знал почему! Потому что я внутренне ощущал, что все идет правильно.*

*Спустя несколько дней мне вдруг звонят из компании, куда я хотел. Предложили зарплату в три раза больше предыдущей. Я был безумно рад! Помимо того, у меня появились и свои проекты по разработке веб-сайтов, которые тоже вдруг стали приносить деньги. В общем, получалось буквально все, я был на гребне волны и жил как будто проснувшись! Я понимал буквально все, о чем говорилось в Ваших книгах, и принял это всей своей душой. В перерыве между первой и второй работой я съездил отдохнуть на море.*

*Но по приезде с отпуска стали сыпаться неприятности, одна за другой. Неприятные новости, большой раздор и развод моих родителей, потом сестра попала в аварию, потом через неделю попал в аварию я сам. Притом что все обстоятельства сложились против меня. И хотя я был потерпевшей стороной, виновник намеревался выставить виноватым меня и даже повесить дело за пострадавшего пешехода, которого он сам сбил, будучи за рулем на чужой машине без документов и въехав в мою машину сзади.*

*В общем, сколько проблем мне это принесло, долго описывать. Суть в том, что весь мир настроился против меня, хотя я упорно продолжал верить в то, что все это к лучшему. Купил себе другую машину, т.к. предыдущую нельзя было трогать. Проходит неделя — и снова авария, пьяный пешеход бросился мне под колеса. Правда, будучи умудренный опытом, на этот раз решил все довольно быстро. В общем, мир дал мне по башке и всем своим видом*

*мне показывал, что нет никакого Трансерфинга. Ничего не работало, все было назло!*

*Кстати, в то время я работал в той иностранной компании, по как будто за троих. Правда, я понимал, что это был ценный опыт для меня, поэтому продолжал. Периодически было совсем тяжело — в такие времена я заново слушал Трансерфинг, который меня заряжал энергией и расставлял все по своим местам. Я просто сдавал себя в аренду по хорошей цене. Но, в конце концов, душа страдала, я как будто чувствовал удушье и уже не мог больше работать. Я уволился и решил заняться своим делом, разработкой веб-сайтов.*

*Первое время ничего не шло, но впоследствии нашел себе партнера, и мы решили работать вместе, т.к. в одиночку в этой отрасли не справиться слишком большая конкуренция. Мы много работали на имя компании, на портфолио, работали за небольшие деньги, рассчитывая на хороших клиентов в будущем. Работа сама по себе нравилась, были и хорошие клиенты, но денег приносила откровенно мало, приходилось постоянно экономить, что меня очень задевало.*

*Позже я помог другу сделать презентацию одного проекта, который он в итоге получил и предложил мне управлять этим делом. Я подумал — вот оно, то, что я хотел! Сейчас я управляю компанией, где в подчинении около 90 человек. Также у меня свой бизнес с другим партнером — веб-студия, плюс еще один стартап, интернет-магазин сотовых телефонов, который надо развивать.*

*Честно говоря, вышло так, что я погряз в этом всем очень сильно, каждый день*

*постоянный стресс, иногда просто не могу. Потом вспоминаю, что так нельзя, снижаю важность, решаю все бросить и тут становится легче. Правда, потом опять меня разрывают на части, я просто физически все не успеваю, несмотря на хороший тайм-менеджмент, я сосредоточиваюсь и снова растет внутреннее напряжение.*

*В общем, я немного запутался, не понимаю, где моя цель. И мое пи это то, что я делаю сейчас? В итоге, как это ни банально звучит, все упирается в деньги. Занятие, которое было по душе (веб-студия), не приносит тех денег, чтобы жить в достатке. Л то, что приносит деньги, — отнимает слишком много моих сил и времени.*

*Я постоянно чем-то себя занимаю работа, тренировки, друзья, книги и т.д. (жены пока нет), но как будто у меня не хватает сил. Частые головные боли, хочется лечь спать и ничего не делать. Пробовал бороться — ничего хорошего, т.к. это как бороться самому с собой, пробовал поддаться — это состояние затягивает в депрессию. Вот и стимулирую себя постоянно, стараюсь находить те вещи, которые я люблю делать, и просыпаться утром ради них.*

*Но не могу избавиться от своего сонного состояния. Моменты пробуждения происходят все реже».*

**Если головные боли — обратитесь в <http://www.atlasprof.ru/> — там все исправят — практически всем исправляют.**

**Если трудно работать — крутите слайд, что работаете легко, все дается легко и просто, что работаете быстро и эффективно, что ваша работа очень нужна людям, очень востребована, что работа приносит вам удовлетворение и вдохновение, что жизнь превращается в праздник, и опять, все дается легко и просто, и жить легко, и работать легко. Проговаривайте эти мыслеформы в течение дня, а утром и вечером записывайте, используя технику «два блокнота» (см. «Взлом»).**

**Все действительно просто. Нужно решить свои физиологические проблемы и крутить такое кино, какое хотите видеть. У вас это уже получалось, но сорвалось, потому что погрузились с головой в зеркало, перестали крутить свое, а начали смотреть чужое кино. Теперь опять вылезайте из зеркала и создавайте перед ним свой образ, каким хотите видеть отражение. И опять твердите себе, что жить легко и просто, что жизнь — праздник, что все дается легко. Что будете себе твердить постоянно, то и получите.**

*Поймите хорошенько, вы способны определять, задавать ту реальность, какую хотите иметь.*

**Сообщение из «сетевого мессенджера» на мою почту:**

*«Если есть кто живой и настоящий на том конце «провода». У вас компаса, настроенного на поиски добра и интересной полезной жизни, нет случайно? Л тол тут уже веревочку намыливаю. Вообще ни черта не подучается вывести себя на качественный уровень. Я понимаю, что у вас таких обращений сотни, но, может, именно мое попадет на глаза. Ну, бывает же, что яблоки в небо летят».*

**Веревочку намыливать — глупое и бездарное занятие — для идиотов, которые так ничего и не поняли в этой жизни. Что-то искать, ни с фонарем, ни с компасом, — тоже не требуется — можно самим создавать свой мир настоящий, а не в Сетях. Я — тоже настоящий, поскольку живу в реальном мире, а не, как вы, — в «мессенджерах». Помочь могу ответом на вопрос или выслать книгу, какую хотите.**

*«Спасибо Вам за ответ. Книги все есть. Вопросы: качество целевого слайда зависит от качества мышления. Верно? А что, если мышление «нищенское.» г< настроено на «выживание», а не развитие? Так и барахтаться в мнимом «не хуже других»? Как позволить себе думать иначе?*

*И еще вопрос, иногда мозг через два-три дня прекрасных визуализаций говорит тебе: «Ты, пока ищешь работу л согласиш с душой и разумом, бомжом станешь. Соглашайся на «синицу». Как здесь быть? Возможно, я и сама могу ответить на эти вопросы (и зачем нишу, спрашивается), но это будет теория. А мне нужна практика. Как кочка в болоте. Буду признательна, если пообщаетесь со мной немного. Вы пришлите мне, пожалуйста, какую-нибудь картиночку. Мне будет приятно».*

**Времени на общение нет. Используйте технику «два блокнота», описанную во «Взломе». Потихоньку, помаленьку, но систематически, регулярно, транслируйте свою новую реальность, какой хотите ее видеть.**

**Опишите свою реальность, нарисуйте ее, создайте свой мир, сначала в мыслях, в словах, в образах. Транслируйте, вслух или про себя, на экране компьютера или в блокнотах — просто делайте это, как у вас получается, как сами считаете нужным.**

**Только делайте, не сидите сложа руки и не жалуйтесь. Вы можете сами определять, какой будет ваша реальность. Вы можете создавать свой мир. Сначала потихоньку, помаленьку, но вы увидите, что это реально работает.**

**Повторяю: систематически, регулярно, транслируйте в мир свое личное представление о том мире, какой хотите создать. Повторяйте это, как заведенная теле-радио-студия- станция.**

**Смотрите за изменениями в реальности, подмечайте все эти изменения и снова повторяйте, транслируйте, в мыслях, словах, образах. Работайте с внешним зеркалом — посылайте**

**Б него мысли, слова, образы, а затем жадно ловите отражения, констатируйте их, ищите подтверждения, что это работает, и это БУДЕТ ДЛЯ ВАС РАБОТАТЬ, С КАЖДЫМ РАЗОМ ВСЕ СИЛЬНЕЕ.**

**Поймите простую вещь — ВЫ МОЖЕТЕ ЗАДАВАТЬ ВНЕШНЮЮ КАРТИНУ ФОРМИРОВАТЬ ЕЕ. ТОЛЬКО ДЕЛАЙТЕ ЭТО. А пока вы сидите в социальных Сетях и тратите свою жизнь впустую — ничего не изменится.**

**Опять повторяю, транслируйте свою реальность во внешний мир, и увидите, как он начнет поддаваться, трансформироваться, потихоньку, помаленьку, но начнет, а потом все сильнее и сильнее, на ваших глазах. Вы это увидите. Только ДЕЛАЙТЕ это.**

**Все не сразу, но будет. Но и в облака не улетайте. До тех пор, пока не научитесь создавать свой мир, сдавайте себя в аренду и ловите синицу. ВСЕ.**

*«Вы настоящий Зеланд? Крутые книги! Очень! Я визуализирую. Получается».*

### **Настоящий.**

Алгоритм достижения цели

**Какие мысли владеют человеком, когда он желает чего- то достичь? Все его думы о том, что готовит ему реальность. Понимаете, он исходит лишь из того, что ему может быть предложено, из имеющегося. Человек находится в позиции просителя, гадалея, ожидателя. Может, получится, а может,**

**нет. Что бы сделать такого, чтобы получилось? Ему не приходит в голову, что можно ЗАДАТЬ реальность, отправить гуда прямой заказ — невзирая на то, имеется ли товар в наличии. Или даже скорее не заказ, а приказ — *установку*.**

**Например, нужна хорошая работа. Что имеется в наличии? Длинная очередь таких же страждущих. Всеобщий кризис. Безработица. Хорошую работу найти очень трудно. Практически невозможно. Все места заняты. А у меня — ни**

способностей, ни талантов, ни опыта, ни связей. Мне придется довольствоваться тем, что есть. Все мои попытки кончались неудачей. Моя жизнь беспросветна. И выхода нет.

Человек практически все время пребывает во власти зеркальной иллюзии. Он забывает, что стоит перед зеркалом, забывает про образ, а все внимание устремляет в отражение. Иллюзия состоит в том, что реальность существует независимо, и на нее повлиять нельзя, кроме как попытаться схватить ее, притянуть, что-нибудь с ней сделать. Но разве можно ухватить отражение?

*Вы во все глаза смотрите на внешнюю реальность и делаете жалкие попытки манипулировать с конечной реализацией — тем, что уже случилось. Но разве можно изменить то, что уже произошло?*

*Вы во все глаза смотрите на внешнюю реальность и питаете слабые надежды: получится или нет? Но разве можно полагаться на авось? А если не получится, будете питать новую надежду?*

*Вы во все глаза смотрите на внешнюю реальность и делаете глупые движения разумом: что бы такого придумать, чтобы получилось? Но что вы можете сделать с реальностью, придуманной не вами?*

Придумайте свою реальность, какую сами хотите, какой она должна быть, какой она будет. Сейчас ваше внимание

погружено в зеркало, как в экран бессознательного сновидения. Вы думаете: *получится или нет, что бы такого сделать?*

А теперь вылезайте из зеркала и начинайте думать наоборот:

Не получится ли, а ПОЛУЧАЕТСЯ.

Не что бы сделать, а ДЕЛАЕТСЯ.

На самом деле это не «думанье наоборот», а изначально правильный образ мышления, откуда и надо начинать думать.

Вы даете установки: ПОЛУЧАЕТСЯ и ДЕЛАЕТСЯ. Каким образом — не знаю. Но ПОЛУЧАЕТСЯ и ДЕЛАЕТСЯ. Вы ТРАНСЛИРУЕТЕ в мир конечную картину — ОБРАЗ того, что хотите иметь в конечном результате. Не заботясь пока о способах, путях и средствах.

Вы не знаете, как оно получится и сделается. И вам не нужно этого знать. Это не ваша забота. Вы сначала *транслируете необходимый образ* в зеркало, а уж потом *наблюдаете*, что творится в отражении. Отражение среагирует так, что вы увидите либо уже готовый результат, либо пути, средства и способы реализации.

Вы не думайте. Поймите, ничего вы не можете выдумать. Ваше дело — послать образ. И даже после этого не думайте, а наблюдайте. Нужные двери сами откроются. Вам не надо думать. Вам просто необходимо переключиться в другой режим взаимодействия с реальностью:

*Сначала посылаете образ —*

*затем наблюдаете, что в отражении —*

*а уж потом принимаете решение, в какую дверь войти.*

Такой способ взаимодействия с реальностью можно свести к элементарному алгоритму:

1. Транслируем образ (визуализация цели).
2. Наблюдаем, что в отражении.
3. Появилась дверь:  
да -> следующий шаг. нет -> возврат в п.1.
4. Констатируем подвижки (визуализация процесса).
5. Входим в дверь.
6. Выполняем необходимые действия.
7. Результат достигнут:

да -> конец программы, нет -> возврат в п.1.

Если когда-нибудь изобретут искусственный интеллект, способный выполнить данный алгоритм, то его действия будут намного эффективней действий обычного человека.

**Конкретный пример поиска работы:**

1. *Я работаю в преуспевающей компании. У меня престижная должность (конкретизировать). Меня очень ценят. Моя работа очень востребована. Мне нравится моя работа. Я занимаюсь тем-то и тем-то (конкретизировать). Я блестяще реализую свои проекты. С легкостью решаю любые сложные задачи. Мне это доставляет удовольствие, клиенты в восторге, а коллеги в удивлении. Мне все дается легко. Каждый день праздник.*

*Я профессионал высокого класса. За моими мозгами охотятся. За свою работу я получаю достойное вознаграждение. Я обеспеченный человек. Денег на все хватает.*

**Это ваша трансляция. Вы должны все это сформулировать, конкретизировать, дополнить деталями, записать, а дальше — передавать свои программы в пространство — ходить как живая теле-радио-студия-станция — и повторять — на бумаге, в мыслях, в воображении, и снова записывать, проговаривать, представлять — транслировать.**

2. *Я не сплю, мои глаза и уши раскрыты, я наблюдаю за изменениями в реальности, они непременно появятся — таков закон — я транслирую свою реальность, создаю свой мир, и мое намерение реализуется.*

**Находясь в режиме трансляции, вы активно наблюдаете за происходящим, ловите любые намеки на отражение вашего образа. Что меняется, что происходит, какие двери открываются? Вы ничего не пропускаете осознанно двигаетесь по течению вариантов и принимаете к сведению любые изменения в окружающей действительности. И снова транслируете свою целевую программу, и поддерживаете свою осознанность.**

3. *Мне кто-то подкидывает нужную информацию: есть одна очень крутая компания, сейчас занимается набором кадров.*

**Само собой разумеется, вы не сидите сложа руки, а одновременно с трансляцией предпринимаете конкретные действия для поиска нужной информации, а также и своего профессионального роста.**

4. *Да, я вижу, реальность реагирует, мое намерение действительно реализуется, двери раскрываются, а значит, разворачиваются реальные перспективы.*

*Я не знаю, как я добьюсь цели, но добьюсь, потому что*

*транслирую активно свое намерение, кручу свое кино.*

*Что у меня в мыслях, той в реальности будет, рано или поздно. Двери открываются, все новые и новые, и я иду к своей цели.*

**Так вы снова транслируете свою реальность, подтверждаете, что все работает, и тем самым опять посылаете в зеркало свой образ — вы транслятор, и ваше намерение реализуется, а зеркало отражает все это в реальности.**

5. *Я посылаю свое резюме в компанию. Записываюсь на собеседование.*

**Вам в нужный момент открылась подходящая дверь не случайно, а в результате вашей постоянной и непреклонной трансляции. Какая лента у вас в голове, такое кино и в вашей реальности. В реальности других людей — может быть и есть — все гораздо сложнее: долгие бесплодные поиски, отсутствие перспектив, уныние от неудачного опыта, беспросветность. Но у вас — все иначе — вы сами задаете, определяете вашу реальность. Не в сей момент, не сразу, но так оно будет, если сами будете последовательны и непреклонны в своем намерении.**

6. *Попутно узнаю все об этой компании, их цели, специфику, стратегию. Проникаюсь духом этой компании. «Влезаю» в свою должность, кручу целевой слайд, ощущаю себя уже принятым, вижу конечную цель — успешно прошел собеседование, и*

*принят, и коллектив меня радушно принимает, и меня ждет дальнейший успех.*

**И опять перед собеседованием транслируете свою реальность. Не пялитесь в зеркало, не гадаете, получится ли, и что бы и как бы сделать. А определяете реальность, задаете ее: ВСЕ**

**ПОЛУЧАЕТСЯ, ВСЕ ДЕЛАЕТСЯ. И сами не думаете, не гадаете, не предполагаете, а ДЕЛАЕТЕ — транслируете свое намерение, видите только конечный результат — цель, и никаких препятствий.**

*7. Прошли собеседование, приняты? Констатируйте успех с особым акцентом: все работает, цель достигнута, каким путем, неважно, я не знал, и мне не надо было знать, я транслировал свое намерение, и оно реализовалось. Закрепите этот опыт, чтобы ваш разум усвоил новый способ взаимодействия с реальностью.*

**Ну а если не прошли — включаете принцип координации: не моя дверь, здорово, мне удалось избежать дальнейших неприятностей, меня ждет кое-что получше — мое. Возвращаетесь к пункту 1 и снова транслируете намерение, и смотрите вперед, и действуете. Ваша цель у вас уже в кармане. Это лишь вопрос времени.**

Часть 3 **НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ**

Серфинг, шоколад и КЛИБЕ

**В декабре 2012 года я был по приглашению во Францию на международном симпозиуме Quantum & Fragilities <http://www>.**

**Хочу поделиться с вами своими впечатлениями.**

**Вообще-то в публичных акциях стараюсь не участвовать, поскольку человек я не публичный. Исключение сделал для симпозиума, по той причине, что во Франции моя личность мало кому известна, да и поехал туда не себя показать, а посмотреть и послушать, чем дышит мир.**

**Симпозиум проходил в Стране Басков (Биарриц, Лиглет, Байонна), это юго-западное побережье Атлантики. Баски — гордый народ, имеющий свою уникальную культуру. Что интересно, до сих пор никто точно не может определить, откуда они пришли и к какой этнической группе относится их язык. Живут по наполеоновской конституции и стараются сохранить свою отдельность.**

**Биарриц — роскошный климатический курорт, резиденция королей и любимое место отдыха русской знати. В XIX веке треть населения составляли русские. Есть улицы и виллы с русскими именами. Сейчас там наших соотечественников уже совсем немного. Город небольшой, с населением около 30 тысяч жителей. Однако в летний сезон весь прибрежный район разрастается до миллиона, благодаря любителям водных видов отдыха.**

**Было любопытно узнать, что родиной серфинга является именно Биарриц, а не острова Тихого океана, как ни странно. Серферов там очень много, они неугомонны даже в холодную погоду — выходят охотиться за волнами в специальных костюмах. Со стороны наблюдать за ними очень забавно. Они, как пытливые птицы, лежат стайками на своих досках, «перебирают лапками», ждут волну. И вот, когда она приходит, они быстро-быстро, скорей-скорей, стараются ее поймать, встать на доски и хоть несколько мгновений продержаться в блаженстве. Волны во время моего пребывания были совсем небольшие, но серферы — очень жадный народ — ни одного мгновенья счастья не хотят пропускать. Не правда ли, показательный пример для нас?**

**Еще Биарриц считается родиной шоколада. Л еще там выращивают восхитительный красный перец. Сушат его вязанками, потом размалывают, смешивают с солью, и получается очень вкусная приправа. Я задался целью привезти с собой и шоколад, и перец, но все откладывал покупки до последнего**

дня. А в последний день, в воскресенье, прихожу в фирменный шоколадный магазин, в котором до этого мадам Коко Шанель держала свой салон, а он — не работает. И как оказалось, в воскресенье там вообще все магазины закрыты — таков порядок со времен Наполеона.

Но связку перца мне все-таки удалось купить, в аэропорту. Мой мир позаботился, она там висела, самая последняя, для меня. И шоколад тоже материализовался каким-то волшебным образом. В гостинице, перед отъездом, мне передали целый пакет с шоколадом. Сказали, подарок от какой-то дамы, которая не пожелала себя назвать. Спасибо вам, таинственная незнакомка!

Город Байонна поразил своей древней архитектурой. Когда мы с моими спутниками гуляли в средневековых кварталах, мне то и дело показывали: а вот это здание, например, — XIV век — и там до сих пор живут люди. Обычное дело. Даже воздух на улицах какой-то совершенно необыкновенный, древний. В современных городах так не пахнет. Казалось, убрать рекламные вывески и витрины, пустить на улицы дам в длинных платьях и монсеньоров со шпагами, и время обернется вспять.

Национальная кухня тоже понравилась, в особенности тем, что сохранила свои натуральные традиции. (Хотя в супермаркетах все та же синтетика.) Блины там пекут из муки грубого помола (зерно от оболочки не очищают), со всевозможными начинками. Вот, например, оригинальный рецепт: когда блин на сковородке переворачивают на другую сторону, на него разбивается яйцо, так что и то и другое жарится вместе. Потом блин заворачивается в конверт. Конечно, этот рецепт далек от принципов живой кухни и даже отдельного питания, но иногда попробовать можно — интересный вкус получается.

Рассказывать о Стране Басков можно долго, но это займет много времени. Теперь о симпозиуме. Направление — в основном эзотерика, биоэнергетика, саморазвитие человека, его существование во внешней среде, фэн-шуй и тому подобное. Среди известных личностей, Масару Эмото был там.

В моем докладе речь шла по темам, затронутым в книге «Взлом техногенной системы». Сейчас начну хвастаться. Мои выступления произвели на всех очень сильное впечатление. Доклад, он длился два часа, проходил в замороженном молчании зала. Но я видел блеск в глазах и сильную заинтересованность. В конце взрыв аплодисментов, затем вопросы, много людей просто так подходили, благодарили, просили автографы и т.д. (Французские издания

Трансерфинга продавались среди прочих там же, на стендах.)

Помимо лекции было еще два семинара, где я рассказывал о Трансерфинге и отвечал на вопросы. Переводчица нашлась очень хорошая, Maria Nallet, доктор филологии из Бордо, так что с этим мне повезло. Людей на мои выступления пришло на удивление много. В основном читатели книг. Не представляю, как они прознали о моем приезде и как вообще собрались... Мероприятие все-таки достаточно «камерное», не для широкой публики, да и местечко Биарриц не густонаселенное, на самой окраине Франции, от Парижа в полутора часах лёта. Организаторов такое количество людей тоже очень удивило, им пришлось выделить время на еще один дополнительный семинар.

Но главное — тема доклада вызвала оживленный интерес. Людям о таких вещах никто не рассказывает, особенно на Западе. Среди выступавших тоже, кроме меня, никто и словом не обмолвился о проблемах существования человека в техногенной среде. Хотя темы «человека в среде» были. Такое ощущение, что специалисты, занимающиеся эзотерикой, саморазвитием и околородными областями, уткнулись в одну точку и не видят, что мир уже совсем не такой, каким он был в те времена, когда жил Будда. Так что мой доклад в этом смысле был из ряда вон выходящий.

Этот блеск в глазах слушателей, кстати, и на меня произвел впечатление. До сих пор я наблюдал реакцию на «Взлом» по письмам, а тут увидел реакцию живых людей. Далее приводится полный текст доклада, из которого вы узнаете, в том числе, и что такое КЛИБЕ.

#### *ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И СВОБОДА В ТЕХНОГЕННОЙ СИСТЕМЕ*

*Экология духа*

Уважаемые дамы и господа!

Я хотел бы поговорить о тенденциях в развитии нашей цивилизации, которые лежат на поверхности, но в то же время остаются незамеченными, поскольку всячески замалчиваются средствами массовой информации.

Реальность, в которой мы существуем, уже совсем не та, что была каких-нибудь несколько десятков лет назад. Изменения происходят очень быстро и нарастают лавинообразно, с ускорением. Так, всем известен термин биосферы как среды обитания живых существ. Но мало кто знает и задумывается о том, что есть еще понятие техносферы. Техносфера — это все достижения техногенной цивилизации, начиная от бытовых электроприборов и заканчивая продуктами питания. Все, с чем соприкасается техносфера, подвергается не всегда заметной, но кардинальной трансформации, и в том числе сам человек.

Речь идет не об экологии окружающей среды. Есть другая, но не менее серьезная проблема, поскольку она, не раскрываясь пока в явном виде, несет в себе угрозу самому ценному, что есть у человека, — его свободе и индивидуальности. Это вопрос экологии духа, который почему-то мало кого заботит. Внимание уводится в сторону вопросов незначимых и несущественных, в то время как мир стремительно меняется с обратной, невидимой стороны. Может показаться, что ничего не происходит. На самом деле происходит нечто.

#### *ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И СВСЦА В ТЕХНОГЕННОЙ СИСТЕМЕ*

Внешне это никак особо не проявляется — вроде бы все идет своим чередом, наша цивилизация следует путем технического прогресса.

В действительности прогресс, в той форме, когда его плоды приносят пользу человеку, уже закончился и двинулся в направлении, выгодном техногенной системе как самостоятельно развивающейся структуре. Система, как опухоль, начала активно разрастаться сама, теперь уже независимо от воли человека. Все указывает на то, что данный процесс вышел из-под контроля.

Когда цивилизация вступила на техногенный путь развития, заработали такие законы, которые ранее себя никак не проявляли. Теперь действие этих законов приводит к тому, что техносфера неуклонно сворачивается в матрицу. Матрица — это некий конгломерат, система, где человеку отводится роль батарейки, питающей эту систему. Такие фильмы, как «Матрица» и «Суррогаты» (*Matrix, Surrogates*) - - вовсе не фантастика, а наше самое недалекое будущее. И дело здесь даже не в технике, которой человек себя окружает. Когда люди попадают в общее информационное поле, созданное всевозможными средствами массовой информации, они оказываются во власти системы. Уже не человек управляет системой, а она полностью контролирует и подчиняет его себе. Во всеобщей информационной паутине это делается легко.

Кому это может быть выгодно? А никому. Человек просто привык думать, будто все, что говорится вокруг него, происходит по воле каких-то других людей. На самом деле система развивается самостоятельно. Кто управляет джунглями? Никто — они сами растут и живут так, как им положено, с тех самых пор, как растения объединились и стали пытаться как-то сосуществовать вместе.

А вот системе выгодно следующее. Ей необходимо прийти в точку устойчивого равновесия, свернуться в оптимальную конструкцию, где люди, подобно киборгам, будут поддерживать ее существование. Что для этого требуется?

Ячейки матрицы должны быть заполнены послушными элементами. А элементы эти должны быть, во-первых, не вполне здоровыми, чтоб не имели свободной энергии, а во-вторых, не вполне вменяемыми, чтоб не понимали, где находятся. Энергии и осознанной воли должно хватать ровно настолько, чтобы исправно исполнять свои функциональные обязанности — не больше и не меньше.

Вы не задумывались, почему после работы многим не хочется ничего, кроме как упасть на диван перед телевизором? Усталость такого рода — это обычное дело, к этому привыкли. Но нормально ли это? Нет. Привычно — не значит нормально. А вам не приходило в голову, почему жизнь современного человека попадает буквально в ножницы между 20 и 40 годами? Как молодой специалист вы никому не нужны, поскольку у вас нет опыта, а после сорока вы не нужны уже потому, что из вас все, что можно, выжали. По той же причине после сорока вы неинтересны и противоположному полу. Опять, это нормально? Привычно — да, но, по сути, что-то здесь не так, не правда ли? Ну не должно так быть!

Еще одна вещь, которая выгодна техногенной системе, — это сокращение населения.

Казалось бы, уменьшение численности потребителей должно привести к снижению отдачи, которую полу-

#### ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ И СВОБОДА В ТЕХНИЧНОЙ СИСТЕМЕ

чает от них система. Но на самом деле, когда система свернется в матрицу, выжившие потребители станут подобными управляемым механизмам, а общество станет контролируемым тотально. Вот в этом и состоит цель и смысл подобной свертки.

И снова вопрос: стоит ли кто-нибудь за всем этим? Сейчас модно обсуждать туманные слухи о некоем мировом правительстве, известном также как Бильдербургский клуб, в который входят самые богатые и влиятельные люди планеты. Но это лишь уловка системы для отвода внимания. Многие наивно полагают, что стоит устранить эту горстку выскочек, которые тайно задумали подчинить себе все население Земли, и проблема решится. Ничего подобного. Если и огороде сорвать лишь верхушки сорняков, разве они исчезнут?

Люди, стоящие у власти, являются марионетками системы еще в большей степени, чем рядовые ее члены. Первых система дергает за нитки напрямую, а вторых — уже опосредованно, через рекламу, ложные цели, дезинформацию и прочую лапшу, которую спускают им первые.

В современном обществе не бывает так, что кто-то задумал что-то глобальное, например развязать войну, а затем осуществил это по самоличному плану. Банкир не сможет профинансировать такое дорогое «удовольствие», если к власти не прорвется подходящая группировка, а та, в свою очередь, не прорвется, если для того не созреют подходящие условия. В системе все взаимосвязано и сплетено. Но причины следует искать даже не в самих условиях, а гораздо глубже — там, где эти условия зарождаются.

#### *Манипуляция массовым сознанием*

Каким же образом осуществляются планы системы? Очень просто: во-первых, путем манипуляции вниманием основной массы людей, а во-вторых, еще проще, через ту пищу, которую они едят.

Управление вниманием — наиболее эффективный метод управления вообще. Не требуется даже заниматься какой-то особой идеологической пропагандой — вполне достаточно заставить ослика думать о морковке, подвесив ее перед носом, и он послушно последует куда угодно.

Принцип заключается в том, что внимание фиксируется на той информации, которая выгодна системе, а от жизненно важных вопросов всячески уводятся в сторону вещей несущественных.

Можно привести массу примеров, как это делается.

Выдумываются болезни, от которых всем надо срочно прививаться, а проблема рака, которая с каждым годом все обостряется, уходит далеко в сторону от ключевого решения. Сейчас очень часто в новостях проскальзывает информация о том что наконец нашли лекарство от рака. Даже смешно, но и грустно одновременно. А люди продолжают умирать. Между тем изначальная и основная причина была открыта еще в 1931 году доктором Отто Варбургом (Warburg), за что он получил Нобелевскую премию. Но об этом очень быстро забыли.

О том, что биосфера уже превратилась конкретно в техносферу, и что из этого следует, нигде прямо не говорится. Внимание уходит совсем в другом направлении — в сторону проблем, которые еще не наступили, и неизвестно, наступят

ли вообще. Например, всеобщее потепление, похолодание, наводнение, 2012-й

год и так далее.

В обсуждениях фильма «Аватар» внимание заостряется на зрительных эффектах, а от проблемы разделения общества на приверженцев техносферы и биосферы, которая ждет нас в самом недалеком будущем, всячески уходит. Именно поэтому «Оскар» достался не «Аватару», а фильму про американских парней, которые спасают мир от «агрессивных арабов».

Это, опять же, не значит, что средства массовой информации кто-то тайно направляет в нужную ему сторону. Все происходит само собой, как и положено в джунглях. Привлечь внимание современного человека, перекормленного информацией, уже не так просто. А чем легче всего его привлечь? Тем, что беспокоит, тревожит, пугает. Вот СМИ и работают так, как они работают, но не осознанно, а на уровне инстинктов журналиста.

Управление осуществляется настолько незаметно, исподволь и «естественно», что никто ни о чем не подозревает. Элементы системы и опомниться не успеют, как их окольцуют электронными чипами и сделают полностью подконтрольными, как кроликов в клетке. Только чипы будут вживляться не в голову, конечно, — это опять уловка для отвода внимания. Пусть себе народ вволю побесится, протестуя против такой бесчеловечной акции, лишаящей индивида его прав. Все будет сделано гораздо культурнее, например через водительские права или банковские карты, без которых кролики просто не смогут существовать. Им доходчиво объяснят, что это ради их же блага, удобства и безопасности. И подавляющее большинство, как всегда, поверит во всю эту лабуду, что им впишут, и послушно согласятся.

Казалось бы, с информацией все более-менее понятно. А пища здесь при чем, неужели с ее помощью можно управ

лять? Бертран Рассел, английский философ и пацифист, уже давно писал о том, что с помощью особого питания и «лечения» препаратами вполне реально создать такой тип людей, которые будут так же послушны, как овцы в стаде.

Вот конкретный пример. Американское правительство в 1974 году провозгласило задачу сокращения населения в странах третьего мира вопросом национальной безопасности. Каким же образом предполагалось осуществлять такую политику? В меморандуме национальной безопасности США прямо рекомендовалось, наряду с провоцированием войн, использование продуктов питания в качестве инструмента для сокращения населения.

Еще задолго до этого меморандума система закономерно породила такое течение, как евгеника (идея «расовой гигиены» и сокращения численности народонаселения). Первые пробные эксперименты приверженцев евгеники были

примитивны, негуманны, «недемократичны», как принято говорить сейчас, и находили живой отклик в идеологии нацизма и сталинизма. В настоящее же время все это делается более изощренно (чуть ли не изящно) и завуалированно, через химию и генно-модифицированные организмы (ГМО).

Сначала занимались разработкой биологического оружия, но потом поняли, что гораздо эффективней действовать «мирным путем». Трансгенная технология — гениальное изобретение системы, она сразу убивает двух зайцев: это одновременно и средство сокращения населения, и средство подрыва продовольственной безопасности отдельных стран, потому что семена модифицированных растений уже не прорастают, а следовательно, банк семян всегда находится в руках корпораций. Идеальный метод манипулирования. И войну развязывать не требуется. Просто отказал непослушным в поставках семян в нужное время, и делай с ними

что хочешь. Уже многие страны буквально поставлены на колени.

Система постоянно совершенствует свои методы. Ведь такая примитивная политика приверженцев евгеники, как насильственная стерилизация, конечно же, поднимет волну протеста общественности. Но это, опять-таки, лишь уловка для отвода внимания, своего рода кость, брошенная толпе на растерзание. Реальные методы работают незаметно и исподволь, подстраиваясь под общественное мнение и прикрываясь якобы гуманными целями. Такая мимикрия всегда внешне выглядит целесообразно, например: генная модификация растений необходима и выгодна, поскольку повышает урожайность и устраняет необходимость в пестицидах. Ну посудите сами, разве плохо?

На самом деле это миф, искусственно созданный корпорациями. Факты говорят о том, что урожайность трансгенных растений гораздо ниже, а вместо прежних вредителей и сорняков появляются другие, которые ничего не боятся и для которых нужно изобретать уже новые пестициды. На полях генно-модифицированной сои стоит мертвая тишина: не слышно ни пения птиц, ни жужжания насекомых, не наблюдается вообще никакого движения жизни, как будто эти растения из пластика.

Но тем, кто всего этого не видел, есть колбасу совсем не страшно, они даже не догадываются, что ингредиенты из ГМО добавляются уже практически во все виды пищи: в полуфабрикаты, колбасные, кондитерские, молочные изделия, в хлопья, шоколад, майонезы, соусы, напитки — во всю матричную еду, которую можно найти в супермаркете. Не стесняются даже в детское питание добавлять.

Но об этом мало кто осведомлен, потому что вся информация тщательно скрывается.

Вы можете спросить: неужели никаких исследований не проводится? А как же, проводится — по заказу корпораций, производящих ГМО. Результаты таких исследований, как очевидно, бодры и веселы: «трансгены абсолютно безвредны». Наверно, сейчас наемные ученые трудятся над тем, чтобы доказать, что они еще и полезны весьма. Единственное независимое исследование впервые проводилось доктором биологии Ириной Ермаковой, но вскоре было поспешно закрыто, потому что привело к шокирующим выводам.

В США даже приняты законы, один из которых запрещает выращивать фрукты и овощи на своем подворье, а другой запрещает снабжение продуктов, содержащих ГМО, с соответствующей маркировкой. То есть люди уже фактически лишены возможности выбора. Ешь что дают и помалкивай. Звучит дико, не правда ли?

Самое интересное то, что политика правительства США (или «мирового правительства» - называйте как хотите), направленная против стран третьего мира, обернулась непредвиденными последствиями для самих же США. Треть

Америки уже бесплодна. Еще треть Америки страдает непомерным ожирением. А ведь каких-нибудь тридцать лет назад это была бегающая нация, помешанная на органических (натуральных) продуктах. И, опять же, треть сидит на антидепрессантах. Вот такая простая и наглядная статистика. И все кругом наивно и беспечно полагают, что это нормально. Никого не удивляет, что синдром хронической усталости и стресса превратился в норму жизни современного человека. И это тоже якобы нормально.

*Свобода выбора зависимости*

Откуда же взялись такие разительные перемены? Что, биопродукты уже никого не интересуют? Причина очень проста: синтетическая ниша, особенно фастфуд, получивший наибольшее распространение в Америке, вызывает привыкание, ничем принципиально не отличающееся от наркотического. Все население Земли уже состоит из закоренелых п и шегол и ков.

Еще одна простая статистика: за последние несколько лет треть пчел погибли. Почему это происходит, никто точно не знает. Вероятные причины: электромагнитный смог от мобильной связи, трансгенные растения, химия, а возможно, и все вместе взятое. Что это означает меда не будет? Не т, гораздо хуже — не станет растений, которые опыляются пчелами. А таких три четверти — как минимум. В некоторых провинциях Китая пчелы были уничтожены пестицидами полностью, и теперь там культурные растения в буквальном смысле опыляют люди, вручную. Но эта проблема никого не волнует - все озабочены мифом 2012 года, который когда-то давным-давно придумали майя.

Все это очень грустно. Человек, вообразив себя царем природы, развернул самонадеянную и деструктивную возню по переделке уникальной биосферы, создававшейся в течение миллионов лет. Понимаете, что происходит? Это все равно что пустить обезьяну в химическую лабораторию. И что бы эта обезьяна там ни вытворяла, хоть с научных, хоть со сверхнаучных позиций и побуждений, обернется катастрофой.

Главная мысль, которую я хочу донести, состоит в том, что нами управляют не конкретные личности — мы просто дружно и неосознанно шагаем в матрицу, где будет тоталь-

ный контроль системы. Все это происходит под эгидой демократичных и гуманитарных преобразований, проходящих в рамках сотрудничества, мира, спасения человечества и т.д. Человек, поработанный системой, утрачивает не просто свободу выбора — он начинает хотеть именно то, что выгодно системе. И этот процесс иницируется и направляется не намеренно, а происходит сам собой, в соответствии с законами самоорганизации паразитирующей системы, то есть синергетически. Очень немногие это видят и понимают.

Господа из Вил ьдел ьбергского клуба могут воображать, что способны что-то контролировать, но это ошибка — система проглотит и их самих, причем в первую очередь. Ситуация уже давно вышла из-под контроля. Хотя, возможно, они это поняли, поскольку там собрались, конечно же, весьма неглупые люди.

Итак, новая реальность уже совсем не такая, как прежде, и правила выживания в ней уже не те. Мы проснулись в другой реальности. Цивилизация сделала крутой разворот от натуральной природы человека в сторону техногенного общества. И это очень сильно сказывается на людях — они уже не столько свободные индивиды, сколько элементы системы, значительная часть энергии и сознания которых подконтрольна этой системе.

Техногенная система, по своей сущности, абсолютно деструктивна, как в отношении биосферы нашей планеты, так и для человека — его способности блокируются, возможности резко сокращаются — именно с той целью, чтобы он не мешал системе развиваться так, как ей надобно. Но человек ничего подобного не

видит и не чувствует, потому что «операция»

проводится под общим наркозом, в состоянии глубокого сна, о чем пациент, опять же, не подозревает.

Жизнь в техногенной системе построена таким образом, чтобы сознание затуманить, а внимание увести подальше от реального положения вещей. Человек в матрице не видит реальность такой, какая она есть на самом деле, не понимает, откуда берут начало все «что, зачем и почему». У него отсутствует видение, которое попросту запеленали.

Как затуманивается сознание? Да очень легко. Вспомним сказку о Синдбаде-мореходе из «Тысячи и одной ночи». Однажды путешественники прибыли в страну, где местные жители их встретили очень радушно и принялись кормить вкусной едой. Путешественники ели эту пищу в течение многих дней, и постепенно их тела превратились в толстые туши, а сознание помутнело. Они перестали объективно оценивать реальность. Как оказалось, их кормили на убой.

Я не прекращаю повторять, что сказок и фантастики не бывает — это все аспекты нашей реальности, которые уже были или еще будут реализованы. То, что мы впускаем в себя непосредственно, то есть пища, вода и информация, — служит прямым инструментом для подавления ясности сознания. Когда питаешься натуральной пищей и пьешь чистую воду, сознание весьма ощутимо проясняется — это проверено.

Как уводится внимание? В последнее время вы могли бы заметить, что у людей проявляются ярко выраженные признаки рассеянности, забывчивости, невнимательности. Очень часто можно быть свидетелем того, как будто внимание прихрамывает — люди делают элементарные ошибки, путаются в простых вещах, совершают неадекватные действия. Ощущение такое, словно значительная часть внимания человека захвачена кем-то или чем-то.

Это как с энергией — если человек болен, львиная доля его энергии задействована, отвлечена на борьбу с болезнью. Или, если человек взвалил на себя непосильный груз обязательств, большая часть его свободной энергии, опять же, заблокирована, зарезервирована под эти обязательства.

В ранних своих книгах я писал про захват внимания маятником, когда человек, чем-то раздраженный, озабоченный или испуганный, словно впадает в ступор, погружается с головой в свою проблему, как в сновидение, и перестает видеть и осознавать, что творится в его реальности. Но тогда я не описывал это как массовый феномен. Сейчас же явно прослеживается массовая закономерность. Люди в подавляющем большинстве спят, то есть буквально действуют как во сне — не сами управляют своей жизнью, а жизнь с ними случается. Я рассматриваю этот феномен как тревожный знак, потому что буквально года два-три назад он еще не был так ярко выражен.

Есть одна простая иллюстрация эффекта захвата внимания. Когда какая-нибудь компания выезжает на природу, что делается в первую очередь? Распахиваются двери автомобиля и включается радио на полную громкость. Казалось бы, странно, вместо того чтобы отдохнуть от городского шума и послушать тишину леса и пение птиц, включается все та же долбежка по мозгам. Может быть, все у нас такие любители музыки или свежих новостей?

Сравните современного человека и того, кто жил тысячу лет назад, когда не было газет, кино, радио, телевидения, Интернета и мобильных телефонов. Это совершенно разные люди! И главное отличие даже не в уровне интеллекта, цивилизованности или образования. Дело в том, что современный человек конкретно посажен на информационную иглу — он уже не в состоянии обойтись без внешнего потока

информации. Вот этот поток» созданный системой, и порождает эффект

захвата внимания.

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

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

*Человеческая ферма*

С появлением и развитием техногенных способов обработки пищи ситуация с каждым годом стала все больше усугубляться. Например, особенность психики современных детей, а именно гиперактивность и дефицит внимания, привыкли списывать на «феномен индиго».

На самом деле индиго здесь ни при чем. Истеричное поведение, которое сейчас характерно для детей с самого раннего возраста, обусловлено большим содержанием химии и синтетики в продуктах из супермаркетов. Синтетическая пища так же токсична, как алкоголь или наркотики. Вот вам и расшатанная нервная система. Такого ребенка болтает, как флюгер на ветру. Ему трудно учиться, он не способен сконцентрировать внимание и усидеть на месте.

В мое время, когда мы были пионерами, мы могли усидеть. Мое поколение еще помнит, как нас можно было даже заставить сидеть со сложенными на парте руками. А почему современные дети не могут? Их настроение и энергия постоянно меняются. Чем же они отличаются от тех пионеров — от нас? Мы тоже были бешеные, но сконцентрироваться могли, запросто.

А сейчас, я бы сказал, дети уже не бешеные (какими, в общем-то, и положено им быть), а скорее усталые. Как-то летом я шел по берегу моря и увидел впереди большую группу детей, видимо из детского лагеря. Их только что привели, раздели и разрешили лезть в воду. Я приготовился к тому, что мне сейчас придется пройти сквозь беспорядочную, сумасшедшую толпу вопящих, бегающих, прыгающих, скачущих монстров. Не тут-то было. Они вели себя как пенсионеры после плотного обеда. И это с учетом того, что море обычно детей возбуждает.

Конечно, у всех дети разные, да и на взрослых химия действует неодинаково. Однако общая картина однозначна: интоксикация мертвой синтетикой, со всеми симптомами, которые эту интоксикацию сопровождают, и которые уже вошли в норму. Считается, что это нормально, поскольку, в соответствии с принципом социума, «если это у всех, значит, так и должно быть». Но разве должно быть так?

Синтетические продукты вызывают у человека зависимость сродни наркотической. Рост дегенеративных заболеваний, например, совершенно четко статистически коррелируется с появлением и развитием новых технологий приготовления пищи, таких как консервирование, рафинирование и всевозможные виды химической обработки. Пищевые технологии развиваются не из соображений полезности, а по принципам вкусно, практично, модно, все так делают.

Сначала злаки и рис придумали очищать от оболочки и зародыша, в которых как раз и содержится все самое ценное. Продукты из обработанного зерна стали белыми, нежными и пушистыми. Кто-то когда-то зашел к кому-то в гости и уви дел: какие пышные булочки, какой белоснежный рис! Как здорово! Я тоже хочу! Гак все и захотели. А потом привыкли. Вот только болеть начали. Но связать появление новых болезней с изменениями в пищевых технологиях никому в голову не пришло. Почти никому. И по сей день над этим мало кто задумывается. Едят и

болеют. Болеют и едят.

Интересный факт: в средневековой Франции, родине изощренной кулинарии, большая миска зеленого салата была главным и повседневным блюдом простолюдинов. Простой народ питался незатейливой натуральной нишей. Кулинарные изыски считались привилегией знати это для нее повара старались приготовить что-нибудь этакое, в то время как сами, сидя на кухне, уплетали целую миску салата из всевозможных трав. В господские блюда ту же самую зелень было принято добавлять лишь в качестве приправ и украшений.

Как вот, болезни и всякие недомогания в то время были характерным признаком знатного рода. Считалось даже модным иметь бледное лицо и валяться весь день в постели, изнывая от «высокосветской» хандры и болезненности. Такая вот мода. И напротив, загорелый, здоровый, простецкий такой, вид был характерным признаком низшего сословия. Болеть, знаете ли, недосуг. Да и сил хоть отбавляй. Весь день трудиться — обычное дело, а после того и любезностями заняться где-нибудь в стоге сена — запросто.

Однако со временем изощренная кулинария распространилась повсеместно, причем во многом благодаря той же моде. Например, консервы были изобретены с целью обеспечить

армию Наполеона практичным пайком. Но потом консервы просто вошли в моду, как одно из достижений прогресса. Представьте, люди сидят за столом, сервированным всевозможными консервными банками. И даже разговоры за столом велись о консервах: «А какие банки вы сегодня ели? Мы — вот такие и такие. Как, вы не едите консервов?! Да вы совсем отстали от жизни!»

Сначала технология консервирования ограничивалась длительной тепловой обработкой. Но впоследствии изобрели еще и всякие консерванты, усилители вкуса, ароматизаторы, добавки, отдушки. К такой пище уже не просто привыкают — она вызывает сильнейшую наркотическую зависимость, привязанность к кормушке. И главное, получается, что это удобно всем — и производителям, и торговцам, и потребителям. Все сидят на одной и той же игле и получают каждый свою выгоду. Но опять же: едят и болеют, болеют и едят.

Такое впечатление, будто современный человек это не Homo Sapiens, «человек разумный», а какой-то одомашненный, прирученный и намеренно вскармливаемый кем-то вид, который абсолютно не соображает, чем его кормят и с какой целью. Homo Mansuetus. Чей-то домашний человек, на человеческой ферме.

Система заинтересована в том, чтобы все шагали одним строем. А управлять этим строем особенно легко, если все привязаны к одной кормушке. А еще этим строем легко управлять, если все стремятся к одинаковым суррогатным целям и боятся одних и тех же проблем. Загляните в любые средства массовой информации, и отчетливо увидите совершенно примитивную, по сути, картину: с одной стороны, со всех экра-

нов и обложек нам навязывают культ успеха и потребления, а с другой — одновременно пугают тревожными новостями. Так держится строй.

Пожалуй, самым ужасающим побочным эффектом техногенной цивилизации являются дегенеративные заболевания и ранний уход из жизни в связи с этим. Химия, радиация и ГМО не ощущаются, но убивают реально, только медленно. Это медленная смерть. И это путь смерти, а не жизни. Нужно быть очень наивным, считая, что все эти «синтетические удобства» пройдут даром. Мы ведь не андрюиды, верно?

На нас почему-то всегда сильное впечатление произвела смерть известного человека, особенно если в жизни он добился больших успехов. Но мало кого впечатляет общая статистика, которая всегда остается как бы в тени, за кадром. А

статистика следующая.

В России от рака умирают 300 тысяч в год. В США полмиллиона. Население небольшой страны. Представьте, ежегодно, внутри каждого крупного государства, вымирает целая страна. Только от рака. И с каждым годом эти цифры значительно увеличиваются. А в последнее время наблюдается заметное «омоложен ие»заболевания.

40% европейского населения, по данным журнала New Scientist, уже признано психически нездоровым. Трудно поверить? Однако если учесть, что депрессия, например, разрослась уже до масштабов пандемии, удивляться гут нечему. Аллергия, артрит, проблемы с позвоночником — это все тоже массовые эпидемии.

Только в России за последние два десятка лет 800 тысяч людей покончили жизнь самоубийством. Получается, у нас в среднем 40 тысяч в год уходят из жизни — уже не по причине болезней, а потому что считают, что жить дальше просто невыносимо. Но в качестве стартового механизма выступают

вовсе не жизненные трудности, а депрессивные состояния, обусловленные пищевой интоксикацией.

Каждый день от голода умирает 37 тысяч человек. Каждые

5 секунд от голода умирает ребенок. Нам когда-то обещали, что ГМО накормит все человечество. Однако внедрение ГМО не только не справилось с этой проблемой, но и повлекло за собой повсеместный рост бесплодия, разорение фермеров, а также гибель насекомых, занимающихся опылением, что и о цепочке может привести к катастрофическим последствиям.

Вот такая на сегодняшний день статистика, которая широко не афишируется и остается за кадром. Но важно даже не то, какие здесь цифры, а то, что все перечисленные заболевания являются дегенеративными. Это значит, организм буквально рассыпается, деградирует под натиском неестественных и агрессивных условий внешней среды.

Главная мысль (о чем обычно умалчивается) состоит в том, что происхождение всех этих заболеваний, включая сюда же и суицид, чисто техногенное. В истории человечества, до начала широкого внедрения техносферы во все аспекты жизни, особенно в пищевые технологии, ничего подобного не было.

*Сознание киборгов*

Итак, поток информации, созданный системой, порождает эффект<sup>1</sup> захвата внимания. Еще одна, не менее значительная часть внимания заблокирована, находится в состоянии гибернации. Блокировку индуцирует синтетическая пища. Данные феномены являются первыми симптомами и признаками того,

что система, как опухоль, начинает активно разрастаться. Для человека это не проходит даром, его способности ограничиваются, возможности резко сокращаются. В конечном итоге человек теряет здоровье и осознанность. Он перестает понимать, что он потребляет и что вообще вокруг происходит.

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

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

Сознание человека так устроено, что оно, будучи сознанием индивида, с одной стороны, свободно, но в то же время не может находиться в состоянии свободного

полета, или в подвешенном состоянии. Сознанию требуется опора, как птице ветка. Если с самого начала развития цивилизации такой опорой могла служить религия, то сейчас инициатива незаметно, но очень уверенно переходит к системе — энергоинформационной матрице.

Вопрос: как мы дошли до такого? Дело в том, что в техногенной системе безраздельно властвует закон прибылей любой ценой. Всеобщая гонка за прибылью сделала нас заключенными, заложниками интересов производителей и торговцев. Самый простой способ получения сверхприбыли — снижение себестоимости. Чем больше в продукте синтетики, тем

ниже его себестоимость. Чем дольше срок хранения, тем легче товар реализовать.

Возникает следующий вопрос: да какое они имеют право кормить нас этой дрянью? Как могло такое произойти, что вокруг сплошь одна синтетика? Да и не только в еде — во всем.

Опять очень просто: если сознание потребителя находится на низком уровне, буквально на уровне зомби, то ему можно впарить все что угодно. И он будет верить, что все это не только件лезно, но и жизненно необходимо, для его же здоровья.

Если бы сознание как отдельных личностей, так и всего социума было хоть на уровень выше, мы бы до сих пор пили натуральное молоко и пиво, ели бы натуральную колбасу без генно-модифицированной сои, ну и так далее. Но мы — не свободные и осознанные индивиды. Мы... не хотелось бы употреблять грубый термин, поэтому выражусь помягче — мы на ферме, поэтому едим то, что нам дают. Такое вот у нас положение.

Парадоксальная закономерность состоит в том, что эволюция сознания, делая виток, не поднимается на ступень выше, а возвращается обратно, к исходной точке. Кстати, закономерно то, что наряду с эволюционной теорией в последнее время приобретает все большую популярность теория инволюции, в соответствии с которой обезьяны являются не предками человека, а его низшими ответвлениями — деградантатами. Однако, по моему мнению, «расчеловечивание» нам не грозит, но крайней мере в ближайшем будущем. А вот киборгизация — весьма вероятно, и очень скоро.

Все так получается не потому, что производители и торговцы — это некая категория плохих, злонамеренных людей.

На самом деле система вынуждает их действовать так, а не иначе. И так же, как революция пожирает своих детей, так и дети системы оказываются в ее же власти.

Более того, когда мир провалился в кризис, а затем завяз в глубокой рецессии, гонка за прибылью еще больше обострилась. И сейчас это очень заметно отражается на качестве товаров. Любых, не только продуктов питания. В любой предмет обихода, начиная с краски и кончая лампочкой, добавляют дешевые химические компоненты, которые представляют прямую угрозу не только для здоровья — для жизни.

Почему-то об этом аспекте кризиса никто четко и открыто не говорит. И вот именно этот аспект сейчас развивается с большим ускорением. Может казаться, что ничего не меняется, но это не так. Вчера вы покупали какой-либо предмет обихода одного качества, а сегодня он будет уже совсем другим. Гонка есть гонка.

Разные модели системы действуют по-разному. Социалистическая лишает свободы выбора. Капиталистическая поработочает. Техногенная система работает вообще интересно. Она не угнетает напрямую и не оказывает прямого давления. Она создает такие условия, что ее элементы — винтики — сами затачиваются под нужды системы и начинают хотеть то, что выгодно ей.

Все построено на зависимости. Любая синтетическая пища затуманивает сознание и вызывает сильнейшую наркотическую зависимость. У системы НСИ иных способов воздействия на сознание, кроме нищи, информации и условий внешней среды. Вот эти способы она и использует.

Медицину все вышеперечисленные факты не особо волнуют. Скорей напротив. Медицина вместе с фармакологией —

это очень большой бизнес. Данному бизнесу нужны не здоровые, а больные пациенты. Что можно взять со здорового пациента?

Практически все молодые люди сейчас испытывают массу проблем со здоровьем, чего с предыдущими поколениями не наблюдалось. Наши дети, вскормленные супермарке гной синтетикой, проживут меньше нас. Раньше была обратная тенденция. А теперь, впервые, дети проживут меньше, чем их родители. А смогут ли они сами иметь детей? Большой вопрос. Понимаете, что происходит?

#### *Унификация клонов*

Как я уже говорил, системе нужны не вполне здоровые элементы, в противном случае они выйдут из-под контроля. Нет, конечно, вы должны ходить на работу и исполнять свои обязанности, но вы также должны постоянно, хронически болеть, посещать врачей и принимать лекарства. Только в таком виде вы будете удовлетворять требованиям системы.

Если оглянуться на себя, окружающий мир и на свое место в нем, то нетрудно ионягь, что нас постоянно хоть чтонибудь гнетет, какой-то груз обстоятельств, обязанностей, условий, условностей, целей, ценностей. Жизнь напрягает, потому что она как бы навязана извне. Системе выгодно, чтобы люди были постоянно чем-то заняты и что-то должны, чтобы у них не было времени остановиться и осознать, что происходит.

Гнетущее давление проявляет себя, прежде всего, в том, что людям навязываются ложные цели, ложные стереотипы, шаблоны успеха и путей его достижения. Все это по большей части не согласуется с индивидуальными качествами, взламывает личность. Но люди, будучи в бессознательном сновидении, думают, что под эти стандарты надо подстраиваться.

Буквально происходит следующее. На людей вешаются некие ментальные прищепки. Разум и воля оказываются зажатыми, подобно костюму, который сначала сидел свободно и комфортно, а потом его стянули и защемили со всех сторон. Люди ходят, словно зашунтированные, обесточенные.

Прищепка — это то, что угнетает вас или не согласуется с вашим Я. На вас давит какой-то груз, но вы смутно догадываетесь, что это неправильно, что так быть не должно. Вот несколько характерных примеров таких прищепок:

1. «Любовь можно завоевать умной стратегией». Вдумайтесь в эту фразу. Что-то здесь не так, верно? Но именно об этом написаны тысячи книг, и именно этим вы занимаетесь, когда вам кто-то понравился.

2. «Хорошую работу получить очень трудно». Действительно, реальный опыт показывает, что это так. И в то же время что-то здесь не так. Как вы думаете, что именно? А то, что кто-то такую работу все же находит и живет себе припеваючи. Но почему он, а не вы? Он что, в отличие от вас, избранный? А может, потому, что вы позволили повесить на себя это ложное убеждение и теперь постоянно транслируете его в свой мир, как заведенная шкатулка?

3. «Любимого можно вернуть». Об этом тоже написано много книг, и опять же, именно это вы пытаетесь сделать, когда вас бросили. А вы в самом деле верите, что это возможно? Или вас заставили в это поверить, потому что вы хотели бы верить?

Фактически современный человек вовлечен в гонку за всем, чего он, с точки зрения социума, должен достичь, а потому находится в состоянии

непрекращающегося стресса. Удивительно, как он все это выдерживает. А ведь давление с каждым днем нарастает. Почему?

До недавнего времени стереотипы социума не имели такого масштабного давления и силы, потому что не существовало той глобальной системы синхронизации информации, которая есть сейчас.

Сейчас все в одной паутине. Невинный, казалось бы, обмен информацией происходит молниеносно. Но сам по себе обмен информацией — это еще не самое главное. Решающую роль играет совсем другой процесс — обмен мнениями. Всевозможные рейтинги, выборы, отборы, конкурсы, телешоу, блоги, форумы, youtube, и наконец, «нравится — не нравится» в социальных сетях — все это есть обмен и синхронизация мнений.

Любопытно, что никто не задумывается, кому и зачем это нужно. Система будто нарочно запрограммировала людей так, чтобы они охотно обменивались мнениями по любому поводу, не задаваясь вопросом о цели и смысле происходящего. Всем кажется, что они всего лишь играют в какую-то забавную игру. При этом создается полная иллюзия, будто каждый участник играет сам, выражая свое свободное волеизъявление. И никто не подозревает, что игра контролируется извне и преследует цель, о которой объявлено не было. Ни у кого не возникает ощущения, что его водят, как марионетку.

Так в чем же состоит цель и смысл? Самое неприятное и скользкое свойство системы — это ее способность плести иллюзии и действовать незаметно, исподволь. Человек в системе начинает хотеть именно то, что выгодно ей. Его сознание становится четко отфрезерованным под нужды системы. Как этого добиться? Нужно выточить из нестандартной индивидуальности стандартный винтик. Его мировоззрение, достоинства, недостатки, способности, потребности — все

должно быть унифицировано. Потихоньку, полегоньку, one way or another, свести все и вся под одну гребенку.

Так вот, это самое «нравится — не нравится» — в любой — той или иной форме — есть способ синхронизации мнений, унификации ценностей, создания стандартов и стереотипов. Каждое отдельное и уникальное Я постепенно нивелируется под гвалтом «общественного мнения». В этом весь смысл и цель игры. Все очень просто: чем лучше синхронизированы мнения, тем винтики «одинаковей». Они так и будут сходиться с конвейера, все как один, унифицированные и стандартизированные. На том же принципе работает и тоталитарная система.

Отличие лишь одно: в тоталитарной системе унификация производится принудительно, а в техногенной — этак мягонько, незаметно, исподволь.

Собственно, навешивание ментальных прищепок и является этим самым процессом нивелирования личности. Принцип социума — «если все так думают и делают, значит, это правильно» — служит своего рода осью, вокруг которой весь этот процесс вращается. А в качестве движущих шестеренок выступает, как ни странно, нечто такое, о чем «никто бы не подумал, никто бы не поверил», — безобидные формы обмена мнениями в информационной паутине — в социальных сетях, например.

Живые иллюстрации, как все это происходит в реальности, вы без труда увидите сами, если понаблюдаете. Остается только удивляться, насколько гениально самоустроена система.

Вот таким образом в системе производится взлом личности с его последующей унификацией. Нетрудно понять, к чему это ведет. Когда индивидуальность затушевывается либо стирается, — личность, или, точнее, то, что от нее осталось, оказыва-

стся одинокой и беспомощной в окружающем ее и довлеющем на нее мире. Способность к индивидуальной самореализации у личности отнимается (с ее же неосознанного согласия). Ну а дальше, естественно, нивелированную личность прибирает к рукам система. Вот поэтому и жизнь бывает так трудна, а порой невыносима.

#### *Личная экология*

Помимо агрессивной техногенной среды на человека давит постоянно нагнетаемая социальная напряженность, конкуренция, соперничество. Все это выливается, как ни странно, в проблемы с позвоночником, которые имеются, по разным оценкам, у свыше 90% цивилизованного населения. Повальное распространение болезней опорно-двигательного аппарата - феномен нашего времени, или, точнее сказать, техногенной цивилизации, поскольку аборигены ничем подобным не страдают.

Можно предположить, что причина тому одна — малоподвижный образ жизни, однако это не совсем так. Оказывается, по данному вопросу буквально сколько врачей, столько и мнений. А еще интереснее то, что современная медицина практически бессильна перед этой болезнью века. Боли в спине не излечиваются, а переводятся, в лучшем случае, в вялотекущую хроническую стадию.

Прогрессивный американский доктор Джон Сарно в результате многолетних исследований пришел к выводу, что основной причиной возникновения боли являются не функциональные и структурные расстройства, а подавленные эмоции.

Современный человек находится в состоянии постоянного стресса. Это состояние стало для него уже чуть ли не привычным, «нормальным».

Вот несколько основных факторов, вызывающих стресс:

- Ответственность на работе, учебе.
- Дорога на работу и с работы.
- Финансовые проблемы.
- Смена профессии, места жительства.
- Проблемы в отношениях с коллегами и близкими.
- Неудачи на работе и в личной жизни.
- Повышенное чувство ответственности.
- Сильная внутренняя мотивация, потребность быть лучшим, быть

первым.

Главные позиции в данном списке занимают ответственность и мотивация. Это те самые основные прищепки, которые система цепляет на человека, чтобы, с одной стороны, подстегнуть его, а с другой, ограничить его энергию, сознание и свободу, или, иными словами, «поумерить его пыл». Когда накапливается критическая масса таких переживаний, развивается то, что Джон Сарно определяет как синдром мышечного напряжения (СМН).

Стресс эмоциональный перерастает в напряжение физическое. Энергия эмоций (в особенности подавленных) никуда не девается, не исчезает, а переходит в функциональное нарушение — мышечный спазм. А это, в свою очередь, приводит к нарушениям структурным — искривлению позвоночника, межпозвонковой грыже и г.д.

Синдром мышечного напряжения, по словам доктора Сарно, не пользуется интересом академической науки, поскольку не оставляет за собой причинных следов. Эмоции

нельзя поместить в пробирку, взвесить и измерить. Медицинские методы, будучи в основном лабораторными, не могут регистрировать действие СМН.

Синдром мышечного напряжения появляется не просто как феномен, а выполняет функцию замещения душевной боли болью физической, что служит первой причиной возникновения СМН.

Физическую боль человек переносит легче, чем душевные страдания. Тем более что мозг в нашем теле — главный. Мозг предпочитает испытывать физическую боль в теле, нежели негативные переживания у себя в сознании. Пока внимание занято болью, подавленные эмоции не могут выйти на уровень сознания.

Вторая причина возникновения СМН сходна с первой: сознание человека стремится засунуть все беспокоящие его проблемы подальше и поглубже, в подсознание.

Тревога, гнев, чувство вины, ответственность, низкая самооценка — загоняются в глубь подсознания, потому что сознание не хочет все это чувствовать, а также демонстрировать окружающим. Однако наступает момент, когда подсознание уже не может все это в себе вместить. Вот тогда и возникает СМН.

В природе проблемы решаются просто и естественно: испугались — адреналин в кровь — побежали — страх вышел. Разозлились — опять адреналин — кого-то поцарапали — стало легче. В техногенной системе это уже не работает. Мозг и нервная система не приспособлены к существованию в такой среде. Эволюция еще не успела до этого дойти. Физиологическая и физическая активность — пожалуйста. А что делать с эмоциями, которые не находят выхода, мозг не знает, отсюда и примитивная реакция — заместить их болью или болезнью.

#### ЛИЧНАЯ экология

Мышцы, страдающие от СМН, находятся в задней части шеи, в спине, ягодицах. Именно они отвечают за правильное положение головы, туловища и обеспечивают эффективную работу рук. Система знает, куда вешать прищепки. Для того чтобы марионетка двигалась как надо, ее необходимо правильно подцепить и подвесить. Так ментальные прищепки порождают еще одни — соматические.

Ментальные прищепки блокируют внимание, волю, осознанность, разум. Соматические прищепки уже напрямую блокируют мышцы и энергетику.

По наблюдениям Джона Сарно, повальная эпидемия болезней спины началась 30 лет назад и продолжается по сей день с неуклонным ростом. Получается, исток находится где-то в 80-х годах прошлого века. Раньше ничего подобного в таком масштабе не наблюдалось. Что же случилось? Ведь развитие техногенной системы, с ее губительным воздействием, началось еще задолго до этого. И малоподвижный образ жизни, и постоянные стрессы, и механизм вытеснения переживаний в подсознание существовали и прежде. Почему же синдром мышечного напряжения стал себя проявлять именно 30 лет назад?

Доктор Сарно не дает ответа на этот вопрос. Но разгадка, по моему мнению, очевидна, поскольку лежит на поверхности. Как раз в 80-е годы началось интенсивное развитие информационных технологий, информационных носителей, средств массовой информации, связи и коммуникаций.

С появлением персональных компьютеров, CD, DVD, спутникового телевидения, Интернета, мобильных телефонов, а в последнее время и социальных сетей на человека обрушился мощный водопад информации. Началась в буквальном смысле информационная интоксикация.

#### ЧАСТЬ 3. ноедя РЕАЛЬНОСТЬ

Если раньше задвигать психические проблемы в подсознание удавалось более-менее сносно, то сейчас, когда перегрузка информацией достигла критической точки, емкости подсознания уже не хватает, и это выливается в проблемы физические. Современный человек настолько перегружен информацией, что его организм, сознание и подсознание уже не справляются с давлением

техногенных факторов.

Доктор Сарно, в результате многолетней практики, все-таки нашел путь избавления от СМН. Способ оказался на удивление прост. Если человек понимает, что источником болевых симптомов являются подавленные эмоции и переживания, боль исчезает. Когда раскрывается причина СМН, подсознание как бы уясняет себе, что больше не сможет вас таким образом обмануть.

Боль уходит не всегда сразу, это может случиться через несколько дней, а иногда спустя месяц или два. Подсознание словно старается не подать виду, что его уличили в «скрытом преступлении». Ведь это действительно своего рода преступление перед организмом, поскольку подсознание, перекладывая проблему на тело, таким образом расписывается в своем бессилии. Но теперь, когда «тайна» раскрыта, такая уловка уже не проходит. Подробнее об этом можно прочитать в книге John E. Sarno «Healing back pain».

*Глобальный эксперимент*

Итак, техносфера породила еще один феномен нашего времени — информационную интоксикацию. Люди настолько пресытились информацией, что их уже очень трудно чем-то

удивить и заинтересовать. СМИ в таких условиях выжимают последнее, на что способны, лишь бы привлечь внимание. Отсюда и истерия, раскрученная вокруг приближающегося «конца света». К сожалению, все это только способствует накоплению агрессии и реального потенциала для реальных катастроф, поскольку коллективное сознание формирует соответствующую действительность.

В условиях информационного давления необходимо осознанно дозировать и отфильтровывать информацию, не впускать в себя все подряд и не вовлекаться во что попало. Это не значит, что следует выбросить телевизор, отключить телефон и навсегда покинуть социальную сеть. Принцип состоит в том, чтобы находиться в позиции отстраненного наблюдателя, а не поглотителя информации.

Важно помнить три основных принципа:

1. Осознанность (я отдаю себе отчет, что сейчас делаю, зачем и почему).
2. Наблюдение (не погружаюсь с головой, а отстранен но и трезво наблюдаю).
3. Избирательность (не поглощаю информацию, а выбираю; наблюдаю, что происходит, во что я в данный момент вовлечен, во что меня пытаются вовлечь, и нужно ли мне это).

К сожалению, в короткой лекции я не могу обрисовать все аспекты вредоносного воздействия техносферы. В завершение темы, рискуя исчерпать ваше терпение, уважаемые слушатели, я хотел бы упомянуть еще об одном факторе техногенной системы, который оказывает очень сильное, хоть и незаметное влияние на человека — радиоизлучение от мобильных телефонов и сетевых антенн.

Здесь уже существует реальная угроза возникновения опухоли мозга вследствие постоянного воздействия электромагнитного излучения. Производители телефонов и сетевые операторы об этом знают, но данный факт их не заботит — они слишком увлечены гонкой за прибылью. Пользователи телефонов об этом либо не знают, либо пребывают в состоянии так называемой «стадной безопасности». Ведь все пользуются телефонами. Не могут же все не чувствовать опасность?

Сообщаю вам неприятную новость: могут. Человек способен пребывать в беспечной эйфории, не обращая внимания на тревожные знаки, сколько угодно долгое время, до тех пор, пока беда не коснется конкретно его самого или пока не станет очевидно, что все стадо кормили на убой.

Можно привести такой пример. До восьмидесятых годов прошлого века все с энтузиазмом приветствовали появление дешевых стройматериалов на основе асбеста. На предупреждения специалистов о канцерогенных свойствах данного минерала никто внимания не обращал, и асбестовые производители тогда очень хорошо нажились. А потом начались массовые случаи возникновения опухолей. По асбестовая промышленность - это многомиллиардный бизнес, и производители еще долгое время имели возможность лоббировать свои интересы, стараясь изо всех сил доказать «абсолютную безопасность».

Сейчас асбест полностью запрещен только в странах Евросоюза. В остальном мире — нет. Так что асбестовая война до сих пор не окончена. Почему? Время еще не пришло. Дело в том, что опухоли развиваются очень долго, порядка 35-40 лет. Если учесть, что пик использования асбеста приходился на конец 70-х -начало 80-х, то нетрудно понять, что пик опухолевых заболеваний еще впереди — с 2015 по 2020-е годы. Часовой механизм еще тикает.

Очевидно, последствия широкого внедрения мобильной связи начнут выплывать где-то с 2035 года. Какого характера и какого масштаба будут эти последствия, никто не знает. Самое страшное то, что это глобальный эксперимент, и проводится он на всем человечестве. А поскольку электромагнитное излучение, помимо всего прочего, влечет за собой генетические изменения, то можно считать, что безумный эксперимент проводится не только на нынешнем, но и на будущем, еще не родившемся поколении. Вы готовы подождать лет 20-30, чтобы проверить, каковыми будут последствия данного эксперимента?

Представьте, что будет через 30 лет? Какой станет наша планета? Кто из нас останется? Что нас ждет, фантастический блокбастер, в котором уже почти нет чистой воды и нормальной пищи? Будет ли это перенаселенный мир, где идут сражения за воду и пищу, или, может, безлюдные улицы? Это уже вопрос не только экологии нашей планеты, но и личной экологии.

*Вопрос личной безопасности*

Мы не можем надеяться на то, что кто-то все уладит. И у нас нет времени ждать. Мы хотим обеспечить безопасность своей личной экологии здесь и сейчас, а не в будущем, когда производители и торговцы наконец поймут, что они производят и чем торгуют, а медики научатся лечить болезни.

Я пользуюсь случаем выступить от имени российских приверженцев биосферы. Мы провозглашаем Конвенцию кЛИБЕ (сLIEBE) для объединения всех, кто стремится сохранить экологию нашей планеты, а также личную экологию.

Сочетание кЛИБЕ образовано приставкой С, от слова Convention, немецким корнем Liebe — любовь и латинским Liber — свободный. Также кЛИБЕ является аббревиатурой от русской фразы «концепция Личной БЕзопасности и свободы». В условиях техногенной системы уже наступило самое время говорить о личной экологии, личной безопасности и свободе.

В 2009 году на Генеральной Ассамблее ООН, в рамках «Концепции устойчивого развития» (sustainable development)» была принята резолюция, в которой организациям и странам- участницам предлагалось рассмотреть проблему пропаганды жизни в гармонии с природой. Мы поддерживаем данную резолюцию, но хотим пойти еще дальше, чтобы принцип гармоничного существования с природой стал не только вопросом экологической безопасности на уровне государств, но и на уровне личной безопасности каждого.

Г.сли сам человек не позаботится о своей личной безопасности, на помощь государства едва ли стоит рассчитывать. «Концепция устойчивого развития» существует уже много лет, однако ничего не изменилось, не правда ли? Напротив, ситуация продолжает усугубляться.

Мы не призываем к противостоянию. Бороться с системой, где главенствует

гонка за прибылью, это все равно что воевать с ветряными мельницами. Можно жить в системе» пользоваться ее благами и в то же время быть независимым от нее и оберегать себя от ее вредоносного воздействия. Для этого необходимо знать правила безопасного существования в техногенной среде.

Прежде всего, нужно не забывать свое биосферное происхождение, не растерять остатки натуральной Природы в себе и своем окружении, не дать себя вовлечь в процесс всеобщей

**ДОНРСС ГИЧНСИ БЕЗОПАСНОСТИ**

«киборгизации», не превратиться в ячейку матрицы, а делать все, чтобы сохранить свою индивидуальность, свободу, осознанность, здоровье, а также и биосферу вокруг себя.

Задача Конвенции кЛИБР. состоит в том, чтобы информировать людей о правилах безопасного существования в техногенной среде и объединять приверженцев биосферы.

А нашей с вами задачей является выбор в пользу экологической продукции. Все очень просто. Мы не можем сломать существующую систему, но мы можем отдать предпочтение натуральным товарам и услугам. Как известно, каков спрос, таково и предложение.

Во-первых, отказаться от пищи, содержащей ГМО, химию, синтетику, а также добавки, мимикрирующие под якобы «натуральные». Стремиться по возможности сводить к минимуму наличие химии и синтетики в обиходе. Альтернативы есть и будут, если будет на них спрос.

Во-вторых, использовать мобильный телефон по его прямому назначению — в качестве телефона (или же, когда надо, отключать режим радиосвязи). Брать его в руки только когда это действительно необходимо, держать его подальше от тела, а особенно подальше от головы. Единственным действенным средством, позволяющим избежать прямого излучения на мозг, является гарнитура — наушники и микрофон на проводе. Именно на проводе, а не посредством какого-нибудь другого излучения.

В-третьих, осознанно дозировать входящий поток информации, а также свое непосредственное участие во всеобщей информационной паутине.

Можно предложить еще много альтернатив, но уже и таких элементарных мер будет достаточно, чтобы произвести значи-

тельные изменения в нашей жизни в сторону биосферы. Если мы объединим наши усилия, то сможем создать биосферный оазис в техногенной системе. Лично я убежден в том, что биосфера и техносфера могут существовать в равновесии, когда система работает на человека, а не человек на систему. Давайте позаботимся о нашей хрупкой планетке, о самих себе, а также о наших детях.

Благодарю вас за внимание.

# \* \*

Текст доклада на русском, английском, французском и итальянском языках можно загрузить в файлах: [http://i/cliebe\\_1\\_ru\\$,dQCX\\_hUp://www.zelands.com/diebeleng.docx](http://i/cliebe_1_ru$,dQCX_hUp://www.zelands.com/diebeleng.docx) [http://www8?e\)and\\$.Com/cliebe\\_1\\_fr.pdf](http://www8?e)and$.Com/cliebe_1_fr.pdf)

Часть 4

НОВЫЙ АРКАИМ

Потерявшиеся дети

Мы, современное человечество, считаем себя развитой цивилизацией, но, как ни парадоксально (или, скорей, нелепо), находимся в очень «странном положении». Мы абсолютно ничего не знаем о том, кто мы такие, откуда пришли, кем были наши предки.

Последние открытия в истории, археологии и даже в географии на самом деле

явились не открытиями, а загадками, ставящими в тупик.

Несмотря на продвинутые технологии, мы до сих пор не можем понять, каким образом были возведены пирамиды, мегалиты, грандиозные храмы древности. Причем в поле зрения появляются все новые и новые невообразимые сооружения и артефакты, которые каким-то странным образом находились совсем рядом, но не попадались на глаза.

«Странным образом оказывается», что пирамиды есть и в Китае, да поболее египетских, да не единицы, а тысячи. В Антарктиде, похоже, тоже. Совсем недалеко от берегов Японии и Кубы на дне океана, буквально «под носом», обнаруживаются циклопические сооружения, еще похлеще пирамид. Да и много еще всякого всплывает. Как-то не по себе от всего этого, не правда ли?

Раньше, от простой и наглядной теории Дарвина, было даже как-то спокойно и надежно. А теперь, оказывается, все не так, и ничего неизвестно. От хоть и смутной, но веры в то, что мы созданы по образу и подобию Бога, было так же надежно

и уютно. А сейчас уже сомнение — не пришельцы ли явились тем самым подобием и образом.

Те же или другие неизвестные пришельцы так и продолжают летать тут и там, не удостаивая нас, «высокоразвитую» цивилизацию, контактом. Средства массовой информации все обставляют загадками, а наука скромно помалкивает. Удивляет то, что данные обстоятельства не кажутся нам *странными*, а принимаются как должное. Ну, есть белые пятна, ну так что, мало ли еще чего не изучено.

На самом деле таких белых пятен накопилось уже до неприличия много. И все это НЕ нормально и НЕ естественно, а нелепо и странно. Такие определения, как «не изучено» и «не понято» — лишь слабые оправдания. Здесь более уместны другие термины: забыто и утеряно. Мы оказались в каком-то нелепом положении, согласны?

Мы как потерявшиеся или кем-то брошенные дети. Вокруг нас творятся какие-то вещи, но помимо нас. И даже то, что творится в нами же созданной песочнице, происходит помимо нашей воли. Мы не можем это контролировать. Погрязли в войнах, конфликтах, болезнях, кризисах. Близки к экологической катастрофе. Тревога и стресс — наши привычные спутники.

Очередная загадка — Аркаим, который до недавнего времени был так же рядом и незамечаем, в очередной раз показывает, что мы всего лишь неразумные дети. Наши родители, построившие это сооружение, бесследно пропали. Будто куда-то ушли, оставив нас спящими, и вот мы проснулись и вдруг осознали, что теперь придется как-то обходиться самим. Но мы не пробудились окончательно, а так и продолжаем жить, словно во сне.

Поклоняемся святыням, но не отдаем себе отчета, почему и зачем.

Ищем скрытую мудрость в древних текстах, но не понимаем смысла.

Пытаемся следовать тысячелетним духовным практикам, но тщетно.

Мы забыли что-то очень важное.

Мы делаем что-то не так.

Мы потерялись.

И мы устали.

Устали, еще не начав жить. Я это вижу по статистике суицидов и депрессии, превратившейся уже в пандемию. А также по растерянным письмам читателей, особенно молодых, которые находятся в общем для всех затруднительном положении: не знают, что делать со своей жизнью. И мы точно делаем что-то не так, судя по многим признакам.

Еще недавно примером для подражания были покорители новых вершин,

строители новой жизни, энтузиасты своего дела — *создатели*. А сейчас стандартный образец для подражания — *потребитель*, который может себе позволить то, чего другие не могут.

Если раньше настоящие люди добывали себе славу в горах и океанах, на полярных льдинах и в холодной Арктике, на грандиозных стройках и неизведанных просторах, то сейчас *настоящие ;itodu* куда-то исчезли. Их место заняли системные функционеры, менеджеры, члены социальных сетей, звезды ютуба и поп-звезды. Раньше и друзья были настоящие, а теперь — *суррогатные*. «Либо подтвердите дружбу, либо сообщите нашему пользователю, что не знакомы с ним».

Мы что-то делаем не так уже лишь потому, что дикие животные и растения не знают болезней, в то время как сам человек, а также его домашние животные и культурные растения, — болеют постоянно. Почему бы это? И с чего все началось?

Глупая затея

Всех болезней не перечислишь, их слишком много, возьмем лишь основные — дегенеративные, в числе которых сердечно-сосудистые, рак, диабет, СПИД, артрит, ожирение. Дегенеративные — это такие болезни, когда организм в буквальном смысле разваливается, деградирует.

Наивно думать, что меня, мол, это не касается и не интересует. В России, например, сейчас 3 миллиона больных раком. Они тоже не думали, что это их коснется. Думать, конечно, не стоит, но надо знать хотя бы элементарные вещи. Досадно ведь умирать от невежества.

История дегенеративных заболеваний ведет свое начало с того момента, как зерно, из каких-то глупейших соображений, принялись очищать от оболочки и зародыша.

Прочих пищевых технологий касаться не будем, речь пойдет только о продукте первой необходимости — злаковых.

Самое ценное в зерне — это как раз и есть оболочка и зародыш. В них содержатся ключевые витамины, микро- и макроэлементы, без которых нормальное функционирование организма невозможно. Именно оболочка и зародыш питают организм всем необходимым и одновременно очи-

щают его. Все остальное в зерне — «бочка с жиром» для зародыша, для его стартового развития.

Питательные вещества в спящем, не проснувшись зерне находятся в законсервированном, мертвом состоянии. При прорастании они переходят в живую, активную форму, в которой легко и полноценно усваиваются. Но человеку недосуг с этим возиться — ему надо быстрее и проще.

Мука так называемого «высшего сорта» на самом деле является продуктом наиболее низкого качества. Это, грубо говоря, мертвый крахмал. Для приготовления клейстера — подходит, для питания менее всего. Крахмал оседает в организме в виде слизи, печень засоряется мазутообразной массой, стенки кишечника забиваются налетом, на сосудах откладывается известь, в крови плавают клейкие сгустки. Прямые ассоциации с канализацией и грязной сантехникой. В такой среде, само собой, развиваются всевозможные болезни.

В муку высшего сорта, поскольку все естественные витамины из нее удалены, добавляют витамины искусственные, от которых больше вреда, чем пользы. К тому же мука — весьма скоропортящийся продукт. Свежесмолотая мука стремительно теряет свой товарный вид, необходимую консистенцию, влажность и прочие свойства, позволяющие из нее хоть что-то делать.

Очевидно, это совсем невыгодно ни производителям, ни торговцам. Для того чтобы превратить муку в кондиционный продукт, ее подвергают основательной химической обработке. Л сейчас еще и генно-модифицированной соей могут

сдобрить, чтобы себестоимость снизить, а «питательность» повысить. Потребителей во все тонкости этих манипуляций не посвящают, дабы не травмировать психику.

Фатальное изобретение

Очередная глупость или скорей фатальная ошибка — изобретение «быстрых» дрожжей, которые еще называют термофильными. Причина все та же — человеку надо все быстрее и проще. Природная закваска, которой пользовались тысячелетия, поднимает тесто не так чтобы медленно, но все же неторопливо. С дрожжами — раз, и готово.

Термофильные (пекарские) дрожжи — это одноклеточные грибки, выведенные искусственно. По сути, это первый генно-модифицированный организм. Размножаются эндоспорами (почками). Питаются углеводами (сахарами), во внешнюю среду выделяют продукты обмена: спирт, углекислоту, токсины.

Широкое распространение получили после Второй мировой войны. В те времена (да, пожалуй, и сейчас) люди свято верили в торжество науки и думали, что все, что она предлагает, надо тут же внедрять. В чем же их вред?

В отличие от природных грибков термофильные дрожжи очень агрессивны и живучи. Попадая в организм, они начинают перестраивать внутреннюю среду под себя. Делают это тихо и незаметно, как и любые паразиты. В результате симбиотная микрофлора угнетается, иммунитет падает, создаются условия для развития всевозможных патологий.

Представьте, в вашем организме обосновался и растет гриб. Это, конечно, не совсем точное сравнение, поскольку дрожжи одноклеточные, но суть та же. Под сильным микроскопом видно, как эти грибки плавают в кровотоке и чувствуют себя вполне вольготно. Иммунитет не работает. Отыскав ослаблен-

ное место в ткани, грибок прикрепляется к ее стенкам и прорастает внутрь. Природные грибки не могут выживать в организме, а термофильные — запросто.

Внедрив свое «прогрессивное изобретение», наука в какой-то раз нарушила один из основных природных принципов. *Природа не допускает преобладания и главенства какого-либо одного вида организмов — НИГДЕ.* Численность видов в природе регулируется так, чтобы не нарушалось равновесие. Наука игнорирует природные законы и самонадеянно устанавливает свои. Только потом, как нередко бывает, спохватывается и начинает опровергать, или, мягко выражаясь, «корректировать» саму себя.

Так же случилось и в этот раз, когда обнаружилось, что дрожжи несут в себе нешуточную опасность — рак. Микробиологам лишь недавно удалось выяснить, что дрожжи вырабатывают так называемый микотоксин, способствующий развитию раковой опухоли. В частности, эксперименты немецкого профессора Германа Вольфа однозначно показали, что дрожжевая среда служит катализатором для активного размножения раковых клеток.

Впрочем, ту же закономерность можно было выявить из статистических данных, сопоставив начало повсеместного распространения пекарских дрожжей с резким ростом онкологических и прочих дегенеративных заболеваний.

Трешки от науки

Повторим, в чем состоит вред дрожжей:

- Они способны проникать в кровоток, а значит, в любые органы.
- Чужеродные грибы создают свою среду, подстраивают организм под себя.
- Симбиотная (здоровая) микрофлора угнетается, а патогенная расцветает.
- Дрожжи в процессе своей жизнедеятельности выделяют микотоксины.
- Организм становится легкодоступным для чужеродных бактерий и вирусов.

•Создаются идеальные условия для развития раковых клеток.

Есть и другие вредные последствия, но мы их здесь обсуждать не будем. Уже одного лишь фактора — угнетения симбиотной микрофлоры и расцвета патогенной — вполне достаточно, чтобы подорвать основы здоровой функциональности организма. Вследствие этого иммунитет падает, а система пищеварения расстраивается, теряет свой КПД. Начинают преобладать процессы гниения, размножаются паразиты. Дисбактериоз расцветает во всей красе. И тут пей «чудодейственные йогурты», не пей, это ничего не меняет.

Так что же в итоге, перечисленные факты никого даже нестораживают? Где уж там — напротив, все «цивилизованное» общество, как ни в чем не бывало, продолжает дружно шагать в никуда. Никто ничего не знает и знать не хочет. Все просто едят то, что они едят, не задумываясь, и даже дрожжевой квас наивно причисляют к «пользительным» напиткам.

Отдельные приверженцы биосферы пытаются что-то объяснить больному обществу, но их голоса звучат слабо на фоне оголтелой пропаганды техногенной системы. У системы имеется целая армия ее защитников — я их называю «троечники». Под «троечником» понимаю не столько получателя соответствующих оценок, сколько серую посредственность, которая, как вестимо, торжествует и составляет основу системы — немыслящую, бессознательную массу.

Троечник обладает одним очень ценным для системы качеством: он не хочет ничего знать, но при этом готов упорно отстаивать свое невежество. А когда в Интернете или на телевидении троечники выступают от лица науки, это смотрится вообще клево. Глубокими знаниями они не блещут, но получают специфическое удовольствие от осознания себя причастными к Науке (с большой буквы) и всегда настырно защищают ее (науки) наиболее закоснелые заблуждения.

Как только кто-то где-то высказал здравую мысль, не вполне вписывающуюся в устоявшиеся догмы, троечники тут как тут. Они сразу нагородят огород научных терминов, значение которых когда-то смутно понимали, с тем чтобы за столбить свою «компетентность», а после спокойно нести совершеннейшую ахинею.

Как вот, вокруг проблемы с дрожжами сейчас наблюдается противостояние между приверженцами биосферного направления и техносферными «блюстителем». Приверженцы природных принципов не могут перекричать троечников от науки, потому что те толстокожие и тупые. А тупых никогда не переспорить. Тем более что у них в распоряжении системные СМИ и «крыша» от псевдонауки.

Троечники еще пользуются тем, что аргументы их противников, надо признать, довольно спорные. Например:

► *Дрожжи изобрели в гитлеровской Германии, чтобы известить советский народ.*

Однако это не совсем так. Нацисты занимались разработкой биологического оружия, пытаясь вырастить агрессив-

ный грибок на основе человеческих костей, только довести до конца свои разработки не успели. А дрожжевой хлеб сейчас уже потребляет и сама Германия, и весь остальной мир.

► *В производстве дрожжей используется длинный список всевозможной химии.*

Сейчас в любом пищевом производстве используется много всякой химии, в том числе моющие средства и реагенты.

► *Дрожжи не погибают при выпечке, потому что они термофильные.*

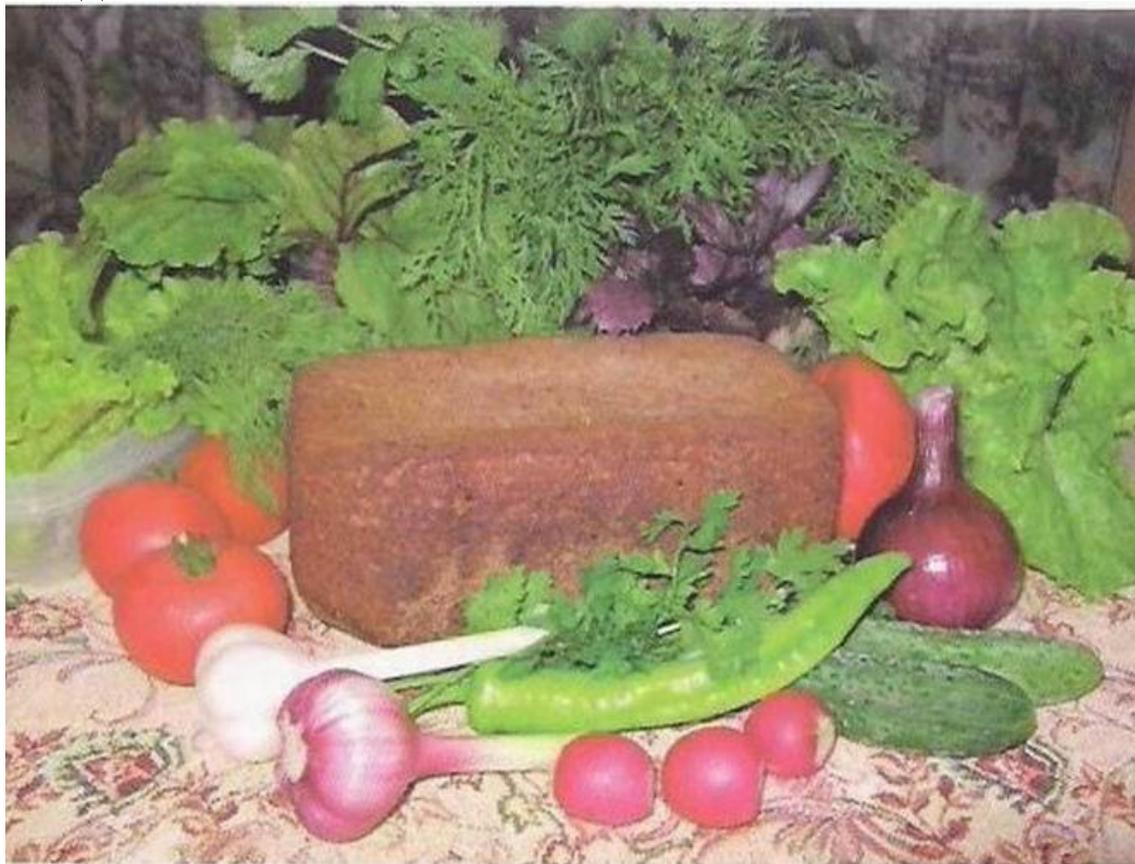
Дрожжи были названы термофильными, поскольку, в отличие от природных

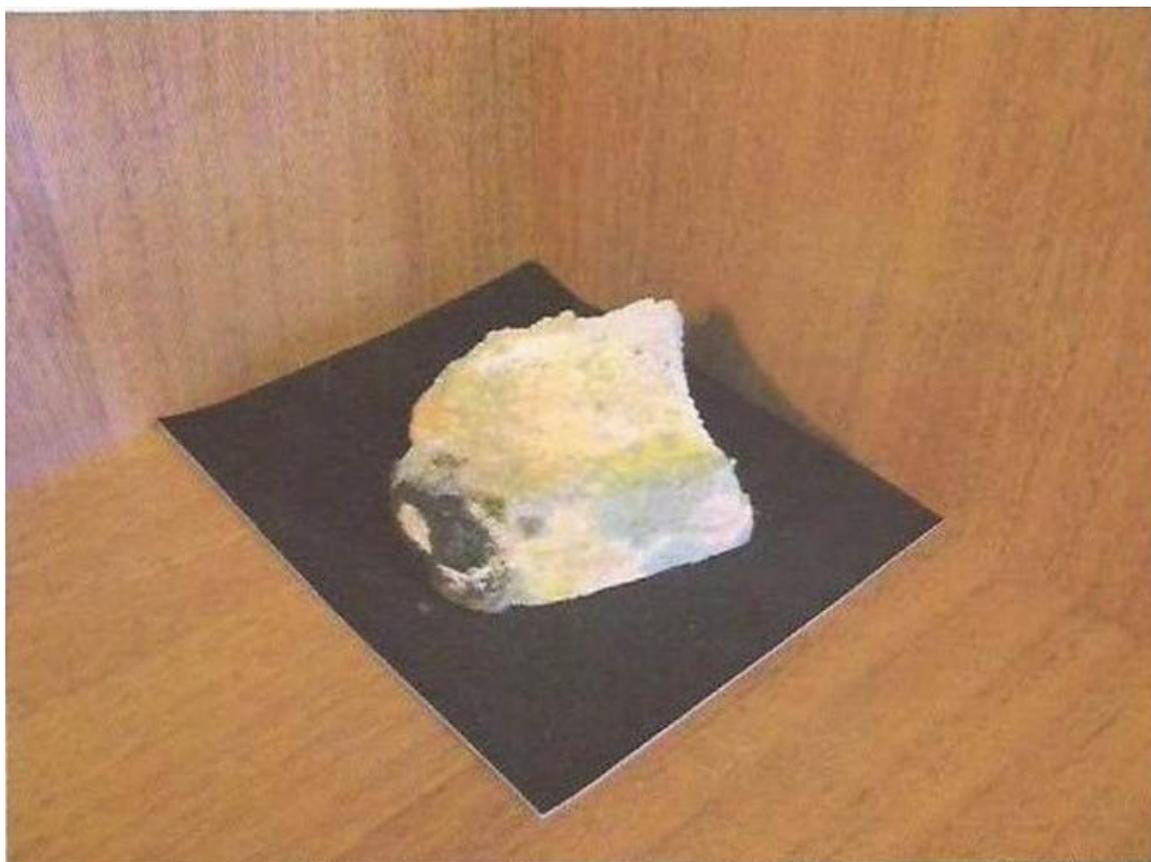
грибков, они выживают при температуре 42°C. Но при более высоких температурах они так и погибают. И это является основным аргументом троечников от науки.

Однако есть один нюанс, о котором системная наука предпочитает умалчивать. *Дрожжи при выпекании, может, и погибают, а вот их споры, очевидно, нет.* Троечники почему-то забывают, что споры грибков могут быть очень устойчивы к внешним воздействиям.

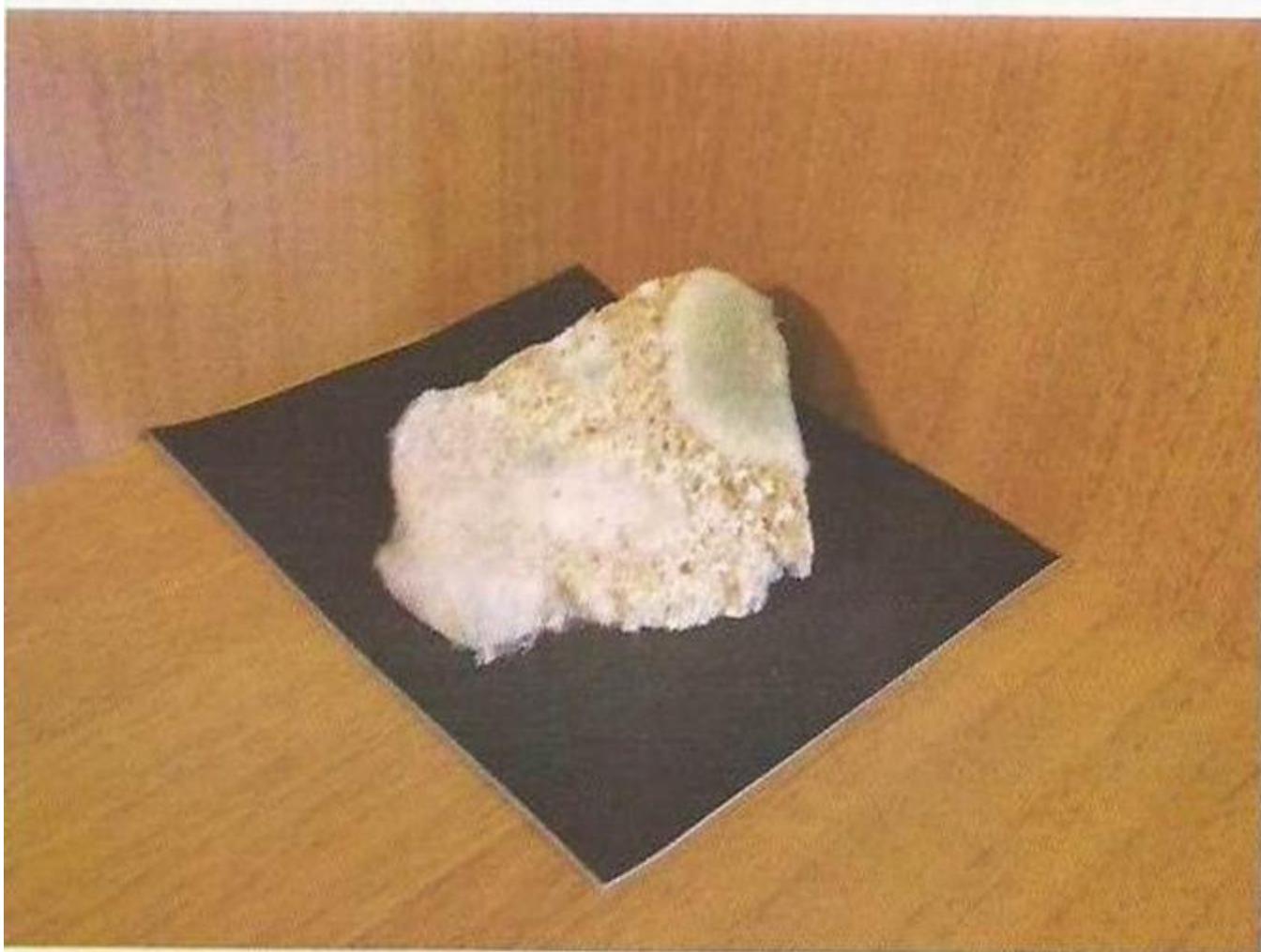
Дабы не ввязываться в бесплодные дискуссии, я решил провести конкретный эксперимент. Взял хлеб четырех видов:

1. Магазинный белый батон.
2. Магазинный «бездрожжевой».
3. Домашний дрожжевой.
4. Домашний на закваске.





*1. Магазинный белый батон.*



*2. Магазинный якобы бездрожжевой хлеб.*



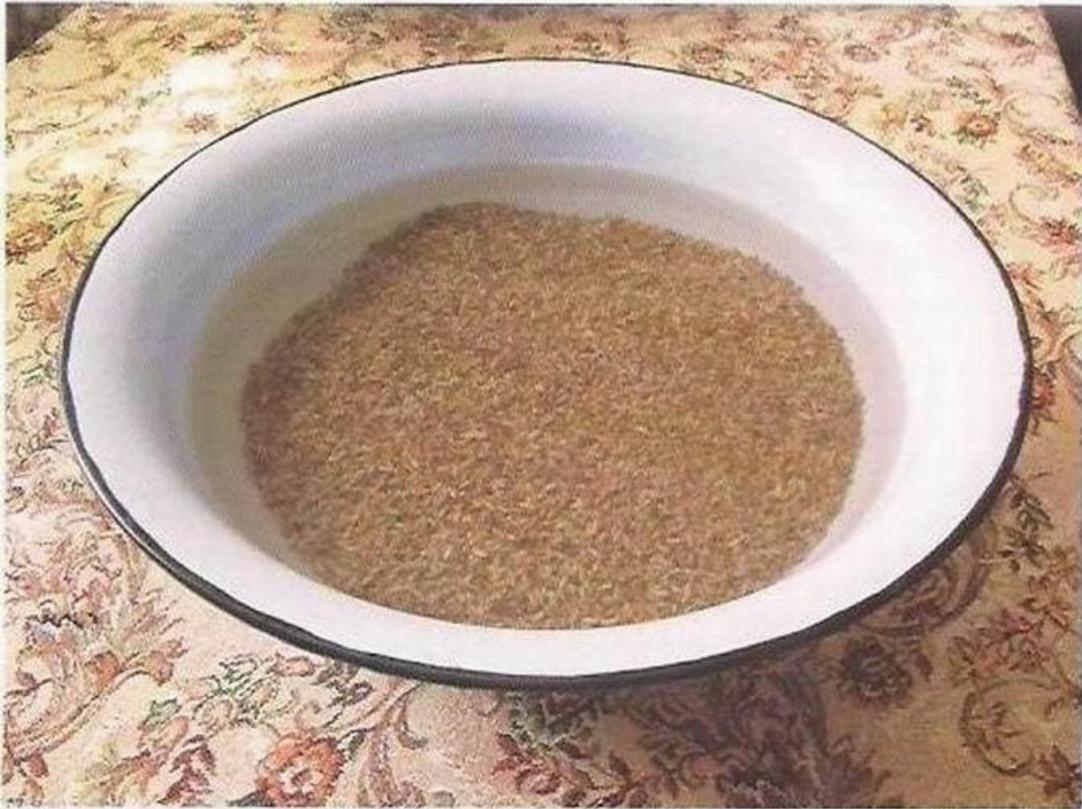
3. Домашний дрожжевой хлеб.



*4. Домашний хлеб на закваске.*



*5. Зерно промыть.*



*6. Зерно замочить.*



*7. Зерно накрыть марлей.*



*8. Зерна проросли.*



9. Проростки ржи.



*10. Разложить зерно на поддоны.*



*11. Сушить зерно в дегидраторе.*



*12. Выложить высушенное зерно в короб.*



*13. Смолоть муку.*





*17. Замочить лен.*



*18. Откинуть лен в сито.*



19. Мука, соль и тмин.





21. *Высыпать муку в форму.*



*22. Замес теста в хлебопечке.*



23. Тесто в форме подошло.



*24. Хлеб из хлебopечки готов.*



25. Завернуть хлеб в полотенце.



26. Замес теста вручную.



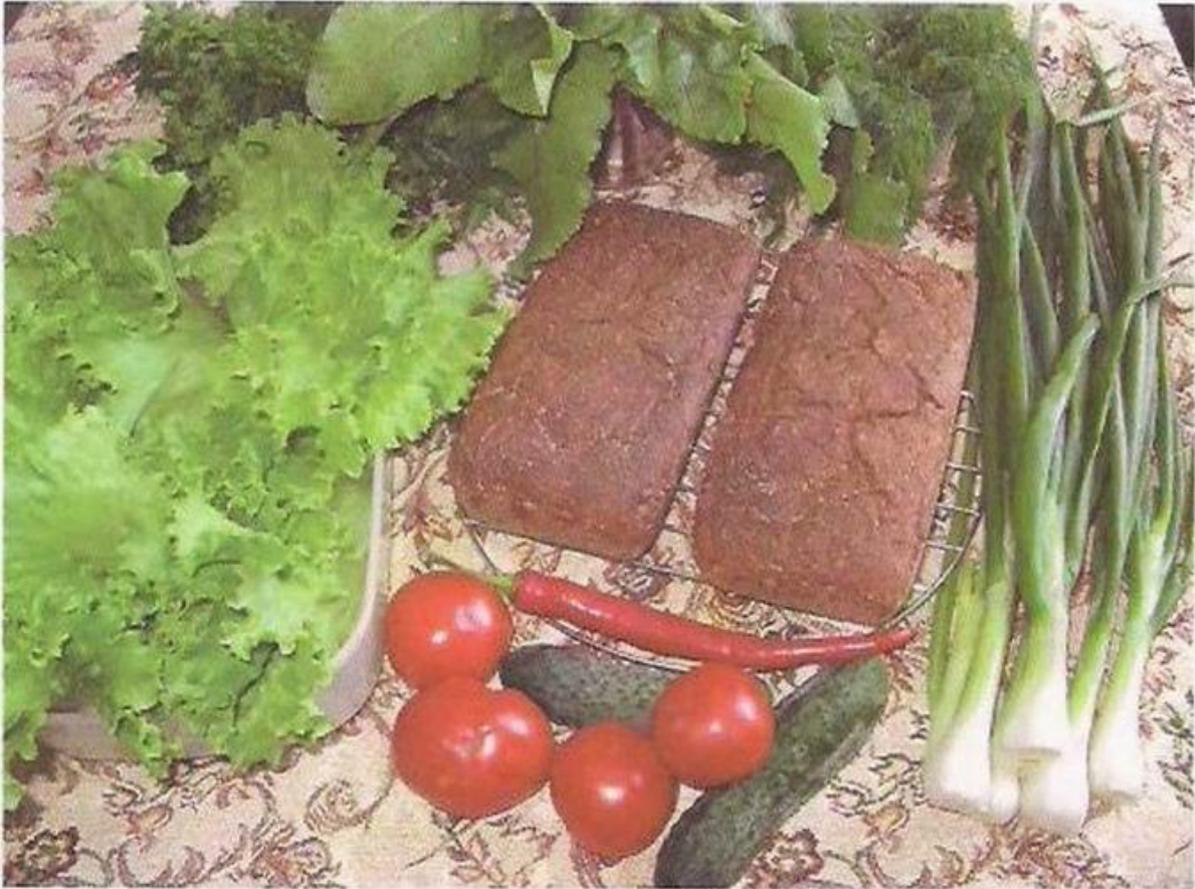
27. Выложить тесто в форму для хлебопечки (без лопастей).



*28. Для духовки выложить тесто в формы.*



*29. Для духовки тесто поднялось.*



30. Хлеб из духовки готов.

Третий в этом списке испек сам, на базе обычных пекарских дрожжей, а четвертый — на натуральной закваске, по технологии, которая описана далее.

Отрезал по кусочку, положил каждый в отдельный стерильный пластмассовый контейнер с герметичной крышкой и убрал в темное место при комнатной температуре. Через две недели извлек все кусочки и сфотографировал. Результат показан на рисунках 1-4 (см. цветную вклейку). Выводы следующие:

- На белом батоне присутствует плесень четырех видов: белая, желтая, зеленая, черная.

- Магазинный хлеб, который идет под маркой «бездрожжевой», скорей всего таковым не является, или производится по технологии, которая ничем не лучше. Производители и торговцы, похоже, вконец заврались.

- Домашний дрожжевой хлеб выглядит еще страшнее магазинного, якобы «бездрожжевого». На нем присутствует все та же плесень, что и на белом батоне, кроме черной разве что.

- Домашний хлеб на закваске не изменился ни внешне, ни по запаху, ни по вкусу — я его съел.

После этого, хотите спорьте, хотите нет, но можете попробовать сами провести тот же эксперимент и убедиться, какая шикарная плесень произрастает на дрожжевом хлебе. И даже неважно, какого рода эта плесень. Важен сам факт. А точнее, наличие двух фактов:

1. В дрожжевом хлебе плесень безусловно присутствует.
2. Дрожжевой хлеб прекрасная среда для развития плесени.

## Системное государство

Очередным фатальным изобретением науки явились генно-модифицированные организмы. В сравнении с дрожжами это еще более мощный рычаг системы для зомбирования людей и приведения их в анабиозное состояние, в котором они, подобно клонам, будут выполнять именно то, что от них требуется.

Ну и конечно, регулирование численности населения — одна из главных задач, которую решают ГМО. К слову, если рядовому обывателю сокращение растущего населения Земли представляется хорошей штукой, тогда ему стоит позаботиться, чтобы это сокращение не началось с него самого.

Перечислим кратко, чем ГМО опасны для человека:

- Общее ухудшение здоровья.
- Ожирение, бесплодие, аллергия.
- Рак, диабет, прочая дегенерация.
- Нарушение осознанности, внимания, памяти.

Причем деструктивные изменения откладываются на уровне ДНК — так система уже сейчас оказывает влияние на будущие поколения и готовит себе армию клонов.

Что касается окружающей среды:

- Исчезновение пчел, занимающихся опылением растений.
- Постепенное и повсеместное заражение всех растений.
- Мутация животного и растительного мира.

Очевидно, это катастрофа. Не для техносферы, конечно, а для биосферы. Система не заинтересована в сохранении уникальной природы нашей планеты. А кто в этом заинтересован? Может, государство? Тоже нет. Хотя для отдельных государств ГМО также несет в себе прямую угрозу:

- Взлом продовольственной безопасности.

Семена генно-модифицированных растений не прорастают, а это значит, банк семян находится в руках корпораций, производящих ГМО. Вообще, задача системы — полное стирание границ, национальностей, культур и создание единого государства — полноценной матрицы.

Но неужели руководители государств не понимают, в чем состоит угроза? Очевидно, нет, потому что политики и чиновники, будучи винтиками системы, действуют либо неосознанно, либо вынужденно они делают то, что диктует им система. Нужно быть очень здравомыслящей и сильной личностью, чтобы сохранить у себя хоть остатки осознанности и свободной воли.

Имеются и такие исключения.

Уважающие себя страны объявили себя зонами, полностью свободными от ГМО. В их числе: Австрия, Швейцария, Греция, Польша, Венесуэла.

О Российском государстве в этом плане ничего уважительного сказать нельзя. Оно уже превратилось в чисто системную надстройку. В России распространению ГМО дан зеленый свет. В частности, скоростно были подписаны следующие два документа.

В ноябре 2006 года — соглашение, в соответствии с которым США предоставляют полномочия прямого регулирования внедрения ГМО в России. (Звучит дико, но факт.) И второе, в апреле 2013 года — постановление о государственной регистрации генно-модифицированных организмов, что фактически дает ГМО государственную поддержку.

В России уже выращивается трансгенная кукуруза, соя, подсолнечник, картофель. На Дальнем Востоке весьма вероятны посадки трансгенного риса, а также и прочие неконтролируемые посадки. Никто вам не даст гарантии, что мучные изделия, которые лежат в супермаркете, не изготовлены из генно-

модифицированной пшеницы. Специальная маркировка продуктов, содержащих ГМО, запрещена.

Таким образом, на государство надеяться — наивно. Наше государство даже о своей безопасности позаботиться не может. Сначала разваливает свою армию, потом, когда опомнится, начинает ее спешно укреплять, а в случае войны использует своих граждан как пушечное мясо. Так уже было, и не однажды, на протяжении последних десятилетий новейшей истории.

Не стоит ждать, когда государство в очередной раз опомнится в ситуации, в которой продовольственная безопасность взломана, природа вконец испорчена, а население повально больное.

*Вывод из всего сказанного следующий. Если государство не заботится о своей безопасности и безопасности своих граждан, тогда у граждан нет другого выхода, кроме как самим позаботиться о своей безопасности.*

Понятно, это не означает, что существующий строй надо свергать и на его месте создавать новый. Напротив, наше государство требуется всеми силами укреплять, иначе и того что есть лишимся.

#### Коллективный разум

На заботу государства рассчитывать не приходится, а на коллективный разум полагаться — и подавно нельзя. Все дело в том, что человек сам по себе может быть и мудрым, и даже гениальным. Но стоит ему влиться в социум, как весь его ум и осознанность сходят на нет,

История показывает, что сознание социального элемента — весьма примитивно, заставить его верить во что-то или принудить работать на кого-то — легко. Сознание коллективное так же лабильно — подчинить его влиянию, втянуть в ненужную войну, занять какой-то деструктивной деятельностью — нетрудно.

Человеческая мудрость, веками накопленная, — бесценна, но, к сожалению, пылится на полках и не работает, а вот человеческие заблуждения — безграничны и в то же время всегда активны, в деле. Вот такой парадокс.

Так что полагаться следует только на себя. Нельзя доверять социуму, нельзя доверять государству а верить свое здоровье, свою жизнь в руки системной науки и медицины можно лишь с большой осмотрительностью.

*Вообще, это очень распространенное и стойкое заблуждение, что государству и социуму науке и медицине можно доверять. Ни в коем случае, потому что это все производные коллективного, считай спящего, разума.*

И уж тем более нельзя поддаваться обманному чувству стадной безопасности, при котором возникает иллюзия, что если все бредут куда-то вместе, то это и безопасно, и пра~ вильно.

На самом деле миллионы смертей не видны, незаметны, потому что человек, попавший в реальную беду, отстает от общего стада и выпадает из поля зрения. Случившееся с ним —

лишь его личная трагедия. Да, не повезло, по это никого не волнует — человек тихо и незаметно уходит. Вот так, тихо и незаметно, уходят миллионы. А стадо бредет дальше, как ни в чем не бывало. *Иллюзия стадной безопасности вовсе не гарантирует саму безопасность.* Таково реальное положение дел.

Наука внушает больше опасений, нежели доверия. Техногенная наука продемонстрировала грандиозные успехи в изобретении способов уничтожения всего живого. А вот как гармонично сосуществовать с биосферой планеты, ее не интересует. То же самое медицина — *занимается не устранением причин заболеваний, а лечит симптоматику.* В частности, дегенеративные болезни она излечивать неспособна. Иногда то тут, то там слышны фразы: «ученые бьют тревогу» или «врачи бьют тревогу». Смешно, право.

Почему ученые спохватились так поздно по поводу того, что дрожжи способствуют развитию рака? Стандартное оправдание: наука — она развивается. Но это мало что меняет, потому что *внедряются не те изобретения и открытия, которые идут на пользу человеку, а те, что работают в интересах системы.*

Наука еще спохватится по поводу ГМО. Может быть. Потом. Когда будет уже поздно, поскольку модифицированные растения нельзя просто так взять и убрать — они уже распространяются повсеместно, сами, путем перекрестного опыления, заражая здоровые растения.

Почему все, чего касается техногенная цивилизация, начинает болеть? Потому что *наукой и медициной, как экономикой и политикой, управляет система.* Внедряются только такие технологии и открытия, которые нужны системе. Внесистемные изобретения будут пылиться на полках.

Системную науку продвигают троечники. Уж лучше бы двоечники. Эйнштейн и Тесла, например, были двоечниками

еще со школы. Они прекрасно понимали, куда могут завести научные открытия *в больном обществе*, поэтому делали все возможное, чтобы «попридержать удила» или направить исследования в другую сторону. Но где им было осилить армию троечников!

Троечники от науки изобрели пахотное и химическое земледелие. Они представляли почву как безжизненную массу неорганики, которую можно ворошить и так и этак. В голове у троечника не укладывалось, что почва — это целый мир микро- и макроорганизмов, сосуществующих в симбиозе. Что именно флора и фауна почвы делают ее почвой, пригодной для жизни растений. Это понимали наши предки — они не переворачивали почву чуть ли не на полметра. Соха земледельца и плуг трактора — совершенно разные вещи. Даже древние шумеры знали, что обработка почвы это максимум поверхностное рыхление, глубиной не более 5-7 см.

Но троечники во все эти тонкости вникать не собирались. Нечего ждать милостей от природы. Сначала почва переворачивается глубоким плугом вверх дном. Это все равно что шкуру животного вывернуть внутрь мехом. Или как если бы великан прошелся со своим плугом и своротил лес корнями наверх. Аэробные микроорганизмы оказываются без воздуха, в то время как анаэробные снаружи. Все наоборот перевернули, затем, раз-два-взяли, засыпали землю химией, микроорганизмы убили, несколько урожаев сняли, пока всю флору и фауну почвы не извели вконец, и ну айда новые методы изобретать, потому как почва мертва и не родит уже.

Вы не заметили, что фрукты и овощи в последние годы стали почти безвкусными? Сейчас сладких дынь и арбузов, например, в природе не существует. По рынку пройдешься, торговцы изо всех сил там стараются, расписывают на своих

ценниках: «сладкие!», «суперсладкие!», «супервкусные!». Л попробуешь — вкуса-то и нет, того что был когда-то. Нели о сладости вообще писать неприлично, тогда на худой конец пишут — «сочные!», вешая ценник на синтетические абрикосы. А какими же еще должны быть свежие фрукты, по-вашему? Не сочными, иссохшими?

Биотехнологии обработки почвы, не нарушающие природные принципы, существуют, но разве система позволит им пробиться? Ведь тогда растения натуральными станут, а в головах людей прояснение начнется, а этого никак нельзя допустить.

Но все же и здесь имеются исключения. В Японии, например, уже все-таки поняли, что так дальше нельзя (просто земли у них маловато), и начали использовать биотехнологии. Принцип состоит в том, чтобы не убивать почву

химией,

а, напротив, засеивать собственными ей микроорганизмами. В результате земля уже через несколько лет полностью восстанавливается, становится рыхлой до метра в глубину, затраты на ее обработку в разы сокращаются, а урожай в разы увеличивается.

Аналог подобной практики существует и у нас в России (не все же троечники, в конце концов), под названием *ЭМ-технологии*. ЭМ — аббревиатура «эффективные микроорганизмы». Вся необходимую информацию можно найти в Интернете. Принцип тот же, что у японцев, — отказ от перепахивания почвы, а вместо удобрений — специально подобранные культуры микроорганизмов. И дешево, и эффективно, и биосфера возрождается.

Осенью почву полили такой водичкой, так она сразу настолько оживает, что семена сорняков прорастают, а с первыми морозами гибнут, так что к весне почва чистая, и пере-

врачивать ее не надо, и химии никакой. ЭМ-технологии уже освоили некоторые продвинутые дачники, так у них на участках все расцвело пышным цветом и продукция обрела свой натуральный вкус, и это притом, что горбатиться не надо, как раньше — на смену лопатам пришли небольшие тяпочки. В животноводстве — та же картина — не болеют, в весе прибавляют мясо настоящее.

Так почему же данная технология до сих пор не внедряется повсеместно? Наверно, вы уже понимаете: *потому что троечники от науки не дают, потому что система не позволяет, потому что медицина, наука и технология у нас системные*. Выбор пути на развилке определяет дальнейший ход истории. Химия — болезни — снова химия — путь в никуда.

Вообще, если в любой деятельности не нарушать природные принципы, а, напротив, следовать им, тогда и результат этой деятельности будет в гармонии с природой, и в том числе с природой человеческого организма. Просто и понятно, так ведь?

Системные наука и технология следуют другим путем — они *изобретают свои принципы* — природа для них не авторитет. Только вот безоговорочно доверять результатам научной деятельности по меньшей мере наивно, потому что природные принципы существуют уже сотни миллионов лет, а наука — всего несколько десятилетий. Но, тем не менее, обывательский ум доверяет и верит — слепо и безоглядно. А вы все еще верите?

Почему?

Резонный вопрос: ну почему же люди не видят и не понимают таких очевидных вещей? Все дело в замутненном разуме. Все начинается с обеденного стола. Бытие опре-

делнет сознание — этот закон диалектики никто не отменял. Повторим постулат, обоснованный в предшествующих книгах («Апокрифический Трансерфинг», «Взлом техногенной системы»).

Система заинтересована в следующем: ее элементы должны быть не вполне здоровыми, чтоб не имели свободной энергии, а также слегка долбанутыми (буквально), чтоб не имели свободного сознания, не понимали где находятся и что вокруг происходит, Энергии и осознанной воли должно хватать ровно настолько» чтобы исправно исполнять свои функциональные обязанности — не больше и не меньше. Все это достигается очень просто — через то, что соприкасается и входит в нас непосредственно — через еду, предметы обихода, информацию.

Через еду, конечно же, — в первую очередь.

I .и/»—

W%1—

Изделия из муки являются продуктами первой необходимости. Поэтому система

не может не держать эти продукты под контролем. Дрожжи и ГМО/ а также химия и синтетика вызывают прямую блокировку здоровья, энергии, сознания.

**И чем дальше, тем больше химии и синтетики. В последнее время практически во все изделия из муки, в том числе хлеб, стали добавлять маргарин. Сливочного масла, что ли, не хватает? Нет, полки завалены, но: себестоимость ниже, прибыль выше. А в хлеб-то, с какой стати? Зачем он там нужен?**

А затем, чтобы покрепче привязать к кормушке, *посадить на иглу*. Потому что чем токсичнее продукт, тем сильнее привязанность, как к наркотику. Маргарин — чисто синтетический продукт, организм не знает, ни как его усваивать, ни как выводить. Токсины накапливаются, сознание мутнеет, а дозы требуются все новые.

Так люди постепенно привыкают и постепенно оказываются *в проблеме*. Сначала подавляют свою микрофлору дрожжами — доминирующим видом» потом отпиваются синтетическими йогуртами, опять же с преобладанием какого-то вида микроорганизмов, да в придачу с химией,

Система довольна: процесс производства и потребления налажен, медицина и фармакология работают на полную катушку, свободной энергии у винтиков нет, сознание их зату^ манено — все как надо — они готовы строить систему, как слепые термиты термитник. Один из «топ-менеджеров» системы, Джон Рокфеллер, тобил повторять: «Мне не нужны думающие люди» мне нужны работающие»».

«Работающие люди» ничего не соображают — они просто делают, что им говорят. Чем им питаться — говорят полки супермаркетов. Из чего выбирать — говорит реклама. Они даже не задумываются, что возможен иной выбор. Бредут, глядя, под ноги и не видя ничего вокруг. Дружно шагают в никуда. Потому что действует принцип: *тот, кто в проблеме, проблемы не видит*. Вот, собственно, и все.

#### кЛИБЕ

Главные выводы из всего вышесказанного:

- ◆ Дрожжевой хлеб — средство блокировки здоровья, энергии» сознания.
- Люди не понимают этой проблемы, потому что сами в проблеме.
- \* Коллективный разум — не разумен, он полностью подчинен системе.
- чшьновый дпмк
- Социум порождает иллюзию; если все так делают, значит, это правильно.
- Нельзя поддаваться иллюзии стадной безопасности.
- Системная наука и технология — продукты коллективного разума.
- Нельзя доверяться всему, что предлагает наука и технология.
- Медицина и фармакология — инструменты системы.
- Цель медицины — не излечение пациентов, а постоянное их лечение.
- Не стоит рассчитывать на реальную помощь медицины,
- Государство — чисто системная надстройка.
- Цель государства — защита интересов системы, но не граждан.
- Наивно полагаться на заботу государства о безопасности граждан.
- О своей безопасности можете позаботиться только вы сами.

Учитывая, что сознание современного человека в достаточной степени замутненное и клиповое (лишь с кратковременными проблесками), я вынужден повторяться и вносить дополнительную ясность» Многим может показаться, что здесь речь идет о таких скучных вещах, как болезни и здоровое питание. Но это лишь видимость.

Основная тематика данной книги, как и всех книг о Трансерфинге, — управление индивидуальной (отдельной) реальностью. Однако реальностью

невозможно управлять, если здоровье лишь держится на плаву, энергетика слабая, а сознание опутано чуть ли не какими-то грибами. Постарайтесь все-таки видеть суть вещей, а не рябь на поверхности. И отличать, в каких источниках говорится о «похудении» а в каких о вещах чисто эзотерических. Потому что цели разные.

Наши цели — ясный ум, мощная энергетика, мощное сознание. Если все это заблокировано, управление реальностью становится делом весьма затруднительным. А блокирует все эти параметры — *изначально* — не какой-то неправильный образ жизни или вредные привычки, а система. Система — первоисточник и зачинатель. Ее цели, методы и средства надо видеть и понимать. Вот в чем состоит суть вещей.

Точно так же, когда речь идет о науке и государстве, контекст здесь не политический и не экономический, а чисто эзотерический. На поверхности можно видеть физическую составляющую реальности, например: финансисты покупают политиков — те реализуют их интересы; производители и торговцы выставляют рекламу — потребители раскрывают свои кошельки; СМИ ведут пропаганду — люди им верят; и так далее.

А на метафизическом плане идут «подводные» процессы: система» как энергоинформационная структура, самоорганизуется и оказывает прямое воздействие на сознание людей через то, что входит в них и касается их непосредственно — через пищу, информацию, предметы обихода.

Выбор направления определяет все дальнейшее развитие цивилизации. Если выбран путь единения с природой, ее законами и принципами, человек обретает сверхспособности — ему не нужны машины, чтобы возводить мегалиты, перемещаться в пространстве и обмениваться информацией. Но если человек отказывается от Силы, заложенной в нем изначально.

и начинает создавать машины, он логично и неизбежно становится рабом» приложением техногенной системы, со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Поэтому мы — потерялись, и мы беспомощны. Мы уже не способны управлять матрицей, которую построили — она развивается самостоятельно, синергетически. Мы не можем обратить процесс вспять — он уже вышел из-под контроля. Как муравейник управляется извне — тоикоматериальной структурой, маятником, так и человеческая цивилизация управляется вышестоящей надстройкой — техногенной системой.

И мы не сможем постичь смысл артефактов, оставленных прежними цивилизациями, в категориях и рамках своей науки, потому что наши с ними пути расходятся в принципе. Что они там делали, со своими сооружениями, зачем они? Для захоронений, для культовых обрядов, для наблюдения за звездами? Что мы можем понять, на уровне своего развития, если даже не представляем, как эти сооружения были построены?

Смысл Аркаима как памятника — для нас — не в его назначении, а в пути, выбранном когда-то на развилке. И тайну Аркаима следует искать не в древних развалинах, а где-то ближе, в своем сознании или на обеденном столе. Арка- им — не загадка, а путь развития. Какой именно это путь, сейчас трудно сказать, но уж точно не техногенный.

Все, что мы можем на данном этапе сделать, — это организовать сообщество единомышленников, приверженцев биосферы, из тех членов социума, которые еще не совсем зомбированы, которые еще не утратили последние зачатки способностей видеть и понимать, что происходит.

Мы так же не можем уничтожить систему или выйти из нее, как не можем покинуть единственный дом. Но мы спо-

способны создать биосферный оазис, чтобы как-то существовать в системе и

пользоваться ее благами, не теряя при этом себя и не будучи ее придатком.

Биосферный оазис — не утопия, а реальность, которую способен создать каждый в своем мире, начиная со своего дома, если:

1, Опирайтесь не на системные рычаги, такие как наука, медицина, государство, а на сообщество приверженцев биосферы.

2, Не боритесь с системой, не пытайтесь ее переделать, а использовать ее же специфику и методы, с помощью которых она переделывает нас.

Единственный способ воздействия у системы один — использовать то, что входит в нас непосредственно: пища, обиход, информация. Единственный способ уклониться от этого воздействия у нас — использовать свое *право выбора*, пока оно еще не отнято окончательно и пока еще есть из чего выбирать. Делая свой выбор в пользу биосферной продукции и информации, мы формируем вокруг себя биосферный оазис, поскольку *спрос определяет предложение\** от этого системе никуда не деться.

Все очень просто: что выбираем, то имеем. Непросто лишь проснуться, стряхнуть с себя наваждение» перестроить сознание, выбрать путь и наконец начать ему следовать. Сложность в том, что методы системы построены на зависимости. Она приучает людей к своей кормушке, тем самым *заставляя хотеть и выбирать то, что выгодно ей*.

В таких условиях нет иного способа обойти систему, кроме как применять ее же методы — распространение информации. Только в данном случае не лживой, а правдивой инфор\* мации о реальном положении дел. С этой целью я и развиваю в своих книгах *концепцию личной безопасности и свободы — КЛИБЕ*.

Свою безопасность и свободу можете обеспечить только вы сами. Наиболее действенный способ — освободить себя от привязанности к системной кормушке, одним из основных элементов которой является мука и мучные изделия. Далее приводится технология, каким образом это можно осуществить. Это не просто домашние рецепты, а конкретный способ выйти из стойла, в буквальном смысле.

Забывтая технология

Эволюция моего собственного сознания по отношению к хлебу прошла все стадии, от первой до последней:

1. все подряд без разбору в неограниченном количестве,
2. хлеб с отрубями,
3. бездрожжевой из магазина,
4. лучше вообще ничего,
5. иногда можно побаловаться,
6. нет, вообще ничего нельзя,
7. 100% ржаной хлеб из пророщенного зерна на закваске.

Помню, в советские времена имело место такое явление. В обычных больницах и клиниках доктора всех лечили, как положено, но канонам официальной медицины. А в курортных здравницах встречались врачи с либеральными взглядами и потихоньку, «ио секрету», продвигали прогрессивные и нетрадиционные методы. Хотя в то время даже традиционная медицина, а советская в особенности, имела человеческий облик.

Как вот, мне почему-то запомнилось, как продвинутые врачи «по секрету» советовали своим пациентам: *не ешьте вы дрожжевой хлеб, лучше будете себя чувствовать*. И в самом деле, старушки, которые начинали следовать этому совету, вдруг обнаруживали, что больше не жалуются на сердце и могут забегать на пятый этаж.

Данный факт меня тогда несколько озадачил, но я не придал ему значения.

Мало ли, что там у старушек. Все едят дрожжевой хлеб, и ничего, живы. Почему же в таком случае его производят, если с ним что-то не так? Если бы было что-то не так, не производили бы и не ели бы, верно же?

Поэтому я продолжал есть все подряд, не задумываясь. Другими словами, был и ИЛЛЮЗИИ стадной безопасности и не видел проблемы, поскольку был в проблеме. Понадобились годы, чтобы окончательно стряхнуть с себя наваждение и выкарабкаться из этой проблемы.

Наши предки не имели ни больниц, ни здравниц, но не потому, что были недостаточно развиты, а потому, что жили в согласии с природой и не болели всем тем, чем болеет сейчас все развитое общество. Пища была простой и оптимальной, что не означает скудной.

Работникам хватало незатейного завтрака из ржаного хлеба с водой, чтобы весь день трудиться, не зная усталости. Считалось, если поел пшеничных булок, то ты уже не работник — и тяжесть, и в сон клонит. Пшеничный хлеб ели только по праздникам. Не потому, что пшеница была недоступна или так уж плоха. Просто есть еда для улады, а есть для силы.

В старой Руси говорили: *гречневая каша — мать наша, а хлеб ржаной — отец родной*. Почему бы это? Потому что в этих продуктах и здоровье, и естество, и сила.

Гречка» например, является рекордсменом по содержанию кверцетина — сильнейшего антиоксиданта. К верце-тин — убийца раковых клеток. Его так же много в чечевице, шиповнике, зеленом и фиолетовом луке, во всех овощах и травах, имеющих фиолетовую окраску. Если в рационе постоянно присутствуют эти продукты, рак будет обходить стороной.

О живом питании в книге речь нейдет — для многих огромным достижением будет уже лишь переход на питание *натуральными* продуктами. Продукты должны быть, прежде всего, *настоящими*, Настоящий ржаной хлеб делается из цельнозерновой муки (зерно, смолотое целиком) и на природной закваске. В чем преимущество ржаного хлеба:

- Рожь практически не содержит! клейковины (глутена).
- Ржаной белок водорастворим и легко усваивается.
- Белок пшеницы не растворяется в воде и усваивается хуже.
- В ржаной закваске преобладает молочнокислородное брожение.
- В пшеничной все-таки присутствует спиртовое брожение.
- Пшеница может быть генно-модифицированной,
- Рожь пока что не пытались модифицировать.

Однако чисто ржаной хлеб в продаже вы не встретите, его перестали производить с тех пор, как все тотально зациклилось на дрожжах. Причина очень простая и глупая: дрожжи не справляются с тяжелым ржаным тестом<sup>1</sup> здесь требуется неторопливость закваски.

Система вам не предоставит ни настоящую муку, ни хлеб. У меня есть надежда, что мои книги будут способствовать появлению натуральных продуктов в широком

---

<sup>1</sup> Канцерогенов, образующихся при термообработке крахмала зерна, выходит уже значительно меньше.

- Прорастающие семена, по определению, не содержат ГМО.
- Проростки очищают организм.
- При прорастании ингибиторы зерна нейтрализуются.

ассортименте, но пока, как мы уже усвоили, рассчитывать приходится только на свои силы. Чтобы отвязаться от системной кормушки, надо иметь в доме свою мельницу и наладить связи с поставщиками экологически чистого зерна. Сейчас, при наличии Интернета и всевозможных видов доставки, это совсем нетрудно. В системе есть неконтролируемые ею лазейки.

**Ингибиторы** — это натуральные консерванты» предусмотренные природой, чтобы семена хранились дольше. Эти вещества подавляют работу ферментов и замедляют химические реакции, в том числе пищеварение. Ингибиторы разрушаются при термообработке, но не полностью. Прорастание служит дополнительной гарантией их отсутствия.

В отличие от обычного зерна, которое находится в законсервированном состоянии, проростки являются прекрасно сбалансированной» легко усваиваемой пищей и одновременно эффективным лекарством. Проростки — это не просто питательный продукт, но и энергия зарождающейся жизни.

Чисто ржаной хлеб из пророщенного зерна во всех отношениях очень благотворно влияет на весь организм. Даже если исходить из строгих принципов живого питания, настоящий ржаной хлеб больше очищает, нежели засоряет. Очевидно, от него больше пользы, чем вреда. Я бы отнес 100% ржаной хлеб из пророщенного зерна к пище первого рода по классификации Бирхер-Беннер а, то есть к самой полноценной пище.

Следует учитывать еще один момент. С переходом от магазинной выпечки на домашнюю потребуется значное количество времени (у всех по-разному), чтобы вывести организм из дрожжевой среды. Но если хотите ускорить этот процесс, необходимо 3-5 недель провести на специальной диете: преимущественно сырые овощи (особенно морковь» капуста, свекла, редька), с полным исключением сладкого (включая фрукты). Тогда бродильщики быстрее уберутся из организма. Впрочем» настоящий хлеб уже очень скоро и заметно улучшит ваше самочувствие.

#### Хлеб и живое питание

Перед тем как приступить к описанию технологаи, еще несколько слов в отношении живого питания. У человеческого организма есть такое свойство — если его грузить всякой непотребной пищей, в особенности химией и синтетикой, он приспособливается и работает в режиме «хранилища химических отходов». Буквально упаковывает шлаки и токсины в своего рода «бочки» и рассовывает их по разным закоулкам. До поры до времени бочки остаются закупоренными. Именно по этой причине человек, даже ведущий очень нездоровый образ жизни, может чувствовать себя вполне сносно.

Разумеется, так не может продолжаться вечно. Приходит время, и отходы начинают вылезать наружу. Но если перейти на живое питание, происходит то же самое — организм принимается активно раскупоривать бочки и избавляться от их содержимого. В процессе очищения могут возникать неприятные эффекты в форме обострения застаревших болезней и плохого самочувствия. Но в конечном итоге организм очистится и придет в норму.

Однако есть один нюанс. *Чистый организм больше не захочет работать в режиме хранилища.* От одной конфеты, съеденной на ночь, утром может наступить похмельный синдром. Если раньше токсины немедленно запаковывались и засовывались куда подальше, то теперь они свободно гуляют в крови, пока не выведутся. Как результат, состояние дискомфорта или вообще плохое самочувствие.

Таким образом, если питание не безупречно, продержаться на стопроцентном живом питании будет очень сложно, если вообще возможно, А как оно может быть безупречным, если техносфера проникает везде, начиная с фторидов в зубной пасте и кончая нитратами в овощах. Поэтому я постоянно предупреждаю, не бросайтесь

очертя голову в чисто растительное живое пито кис. Переход должен быть постепенным, гармоничным, без фанатизма, и в удовольствие, а не в тягость.

Если у вас пока нет доступа к экологически чистым продуктам, стопроцентное живое питание не принесет той пользы и результатов, которые должно принести. Все может быть как раз наоборот. Согласитесь, глупо рассчитывать на пользу от овощей и фруктов, если они содержат химию. А где гарантия, что не содержат? Гарантией может быть либо личное хозяйство, либо надежные поставщики.

Поэтому если ваше питание не безупречно, будет целесообразно держать свой организм все-таки в режиме не сквозной очистительной системы, а транзитного хранилища. То есть *питание не должно быть стопроцентно живым* *до тех пор, пока нет возможности питаться экологически чистыми продуктами.* Настоящий ржаной хлеб в этом смысле — очень приятное и полезное дополнение к живой пище.

### Обработка зерна

Я не ставил себе задачу обучить вас создавать произведение искусства, коим является настоящий хлеб ручной работы. У кого лежит к этому душа, без труда найдет соответствующую литературу и научится. Моя задача — показать вам технологию приготовления домашнего хлеба в условиях техногенной системы, действительно вкусного и полезного, но *с наименьшими затратами усилий и времени.*

Первый этап — подготовка пророщенного зерна. В крайнем случае, муку можно молоть из обычного зерна, но лучше использовать пророщенное, поскольку оно полезней для организма, легче усваивается и значительно превосходит обычное по содержанию питательных веществ и витаминов. К тому же, если вы видите, что зерно прорастает, это служит гарантией того, что оно не залежалое и не генно-модифицированное. Да и хлеб из пророщенного зерна вкуснее.

Зерно желательно закупать у проверенных торговцев или вменяемых фермеров, которые специализируются на экологических и натуральных продуктах, Если в своем регионе найти затруднительно» через Интернет заказать — уж точно без проблем. Обычно на упаковке должно быть написано: зерно для проращивания, выращено в экологически чистом районе, без использования химикатов. Не факт, что это окажется чистой правдой, но в нашем мире приходится выбирать хотя бы «меньшее зло».

Нельзя покупать зерно, предназначенное для посева, — оно, как правило, протравлено от вредителей. Неплохое зерно выращивают в Сибири и северных районах, но и на юге хорошие места имеются. Предпочтительнее то зерно, которое выглядит некрупно, неказисто» с примесью семян сорняков. Если зерно крупное, один к одному, без малейшей примеси, возникают сомнения в том, что оно выращено без применения химикатов.

За один раз можно прорастить 4-5 кг ржи и пшеницы, или сколько вам удобно. Основная масса зерна пойдет на хлеб, значит, ржи заготавливать нужно больше, а пшеницы, которая лучше подходит для кондитерских изделий, меньше. На ваше усмотрение, Смешивать пшеницу и рожь не следует, потому как это совершенно разные по своим свойствам продукты.

### Технология приготовления:

1, Высыпать зерно в дуршлаг или большое сито, *рис. 5 (см. цветную вклейку).* Таких предметов потребуется иметь на кухне несколько штук, чтобы заготавливать большое количе

ство зерна за один раз, чтобы часто с этим делом не возиться. Тщательно промыть холодной и одой. Удобней всего это делать

о ванной, с помощью душа со шлангом.

2. Распределить промытое зерно в несколько емкостей, например эмалированных тазиков, и залить водой, *рис. 6*. Воду желательно брать отстоявшуюся при комнатной температуре, лучше всего настоянную на шунгите. Оставить так на 6-8 часов, не больше.

3. Все что плавает следует выбросить. Переложить зерно в дуршлаг или сито (в те же несколько штук) и накрыть сверху мокрой марлей в четыре слоя, *рис. 7*. Оставить так при комнатной температуре,

4. Через 10-12 часов зерно прорастает, *рис. 8*. Таким образом, если вы замачиваете зерно днем, готовые проростки получаете утром следующего дня. А если ближе к ночи, то к вечеру следующего дня — меньше чем через сутки.

5. Зерна должны только проклюнуться. Длина ростков 1-2 мм, не более, *рис. 9*. Не следует позволять им расти дальше, поскольку зерно при этом теряет питательную ценность. В холодильнике можно задержать рост. Замораживать нежелательно, поскольку питательная ценность, опять же, снижается.

6. Проросшее зерно снова тщательно промыть водой из душа. Это делается с той целью, чтобы смыть продукты обмена, выделяющиеся во время прорастания.

7. Следующий этап — сушка. Разложить зерно на поддоны с мелкой решеткой, *рис. 10*. Толщина слоя может быть около 1-2 см. Загрузить поддоны в электросушилку (которая с вентилятором) и поставить сушить с *открытой дверцей* на 10 и более часов. При комнатной температуре зерно сушить нельзя, потому что оно будет продолжать расти. В результате зерно должно стать таким же высохшим, каким оно было изначально, Сухие проростки выглядят немного сморщенными.

8. Сушить зерно лучше всего в дегидраторе, *рис. 11*, у которого есть режим Living Foods (температура сушки 41°C), При высокой температуре сушить нельзя, потому что для живой закваски желательно, чтобы мука была с живыми энзимами-микроорганизмами. (При температуре свыше 41°C энзимы погибают.) Дегидратор — предмет первой необходимости для приверженцев натурального и живого питания, его можно найти и заказать через Интернет. Как вариант, использовать обычную сушилку или на крайний случай духовку на самом малом огне с открытой дверцей,

9. Высушенное зерно переложить в короб, *рис. 12*. Подойдет и мешочек, льняной или хлопчатобумажный, а также любая дышащая, негерметичная, химически неагрессивная емкость. Хранить в нежарком темном месте.

#### Рождение закваски

Закваска готовится один раз, а впоследствии лишь используется и пополняется. Она представляет собой живое гесто, которое может дремать в холодильнике, а может активно подниматься, если его подкормить. Биомасса закваски состоит из природных микроорганизмов (грибков, бактерий и пр.), которые живут на ржаных зернах.

Смысл в том, чтобы оживить, размножить и вырастить эти микроорганизмы так, чтобы они самоорганизовались в устойчивую симбиотическую колонию. Сама жизнь в природе построена по принципу симбиотных колоний микро- или макроорганизмов (напримр, почва, океан, микрофлора кишечника). Организмы в симбиозе поддержки и дополняют друг друга.

Закваска готовится просто, из муки и воды. Соотношение: 2 части муки и 3 части воды (воды ровно в полтора раза больше). Потребуется комнатный термометр, цифровые кухонные весы, стеклянная кастрюля или банка емкостью 1,5 литра, деревянная лопатка. По времени это займет четыре дня, на пятый уже можно печь хлеб.

Закваску следует готовить *исключительно и только на основе ржаной муки*,

потому что ржаная закваска, в сравнении с пшеничной и прочей другой, наиболее устойчивая, здоровая и сильная. Тех микроорганизмов, которые живут на ржаных зернах, вполне достаточно для организации хорошо слаженной симбиотической колонии.

Промывание зерна существенного влияния на микроорганизмы не оказывает, об этом можно не беспокоиться. А вот высокотемпературная сушка убивает большинство нужных микроорганизмов, поэтому сушить пророщенное зерно для закваски следует при температуре не выше 41°C. Очевидно, мука, изготовленная промышленным способом, не годится для создания качественной закваски.

Как уже говорилось, закваска готовится один раз, потом ее можно использовать непрерывно, откладывая часть замеса на следующую выпечку.

Технология приготовления:

1. В мельницу загрузить отмерянный вес зерна, смолоть муку прямо в кастрюлю, *рис. 13*. Степень помола должна быть установлена на самую мелкую фракцию.

2. На весах отмерить нужное количество теплой воды, температурой не выше 36-37°C. Вода должна быть чистая, филь-

тровая, не хлорированная. Можно брать родниковую воду» кипяченую или дистиллированную, настоянную на шунгите и кремне.

3. Влить воду в кастрюлю с мукой и размешать деревянной лопаткой так, чтобы мука равномерно соединилась с водой. Получится тесто консистенции густой сметаны» *рис 14*.

4. Накрыть кастрюлю (или банку) крышкой, не герметично» закрыть хлопчатобумажной салфеткой от света, и поставить в укромное место» подальше от сквозняков и электроприборов. Оптимальная температура кормления закваски — около 24-26°C, не выше. Найдите с помощью термометра такое место на кухне. Ближе к потолку — теплее.

Данную процедуру нужно будет повторить четыре дня утром и вечером:

День 1. Утро 40 г муки, 60 г воды. Вечер 40 г муки, 60 г воды.

День 2, Утро 40 г муки, 60 г воды. Вечер 40 г муки, 60 г воды.

День 3. Утро 40 г муки, 60 г Воды. Вечер 40 г муки, 60 г воды.

День 4, Утро 40 г муки, 60 г воды. Вечер 40 г муки, 60 г водь

День 5ф Утром у нас уже имеется 800 г закваски, 500 г пойдет на первый хлеб. Оставшуюся часть убираем в холодильник, до следующей выпечки, *рис. 25*.

Закваска должна иметь приятный запах натурального кваса. Если у закваски плохой запах, значит, выв чем-то нарушили технологию или посуду использовали грязную. Если же все сделано правильно, а запах все равно тошнотворный или химический, значит, возможно, среда в помещении, где делается закваска, не экологична, Либо исходное сырье — зерно — попало некачественное или содержащее какие-то чуждые примеси. Б таком случае следует найти зерно от другого производителя и торговца.

Некоторые авторы рецептов пишут, что запах отрыжки или чего-то еще для закваски — это «нормально». Но это ненормально. Никакого «отвратительного запаха» у закваски быть не должно. Если на пятый день закваска имеет запах спирта, ацетона, уксуса или вообще с плесенью\* ее можно выбрасывать и начинать сначала. Старайтесь не нарушать технологию, и у вас все получится.

В то же время излишний перфекционизм здесь не требуется. Поведение закваски достаточно устойчиво, так что все параметры допустимо немного варьировать. Например, температурный режим поддерживать желательно, но необязательно слишком уж педантично. Теперь несколько практических советов.

>/ Электронные весы лучше выбирать такие, чтобы там была функция сброса показаний. Принцип следующий: на весы ставится тара (емкость), нажимается кнопка, показания весов сбрасываются в ноль, затем в тару загружается продукт, и на табло, таким образом, высвечивается вес негто. Это удобно.

У Для хранения той части закваски, которая идет на следующую выпечку, нужно подобрать емкость — из стекла\* керамики или пищевой пластмассы. Крышка должна быть негерметичной, но и не сильно открытой, чтобы закваска не впитывала запахи из холодильника. Если крышка пластмассовая и закрывается плотно, можно проделать в ней несколько дырочек иголкой. Посуду для закваски не следует мыть бытовой химией. Все легко смывается теплой водой ►

У Закваску можно хранить в холодильнике, на верхней полке, где не самая низкая температура. Долгие перерывы в выпечке хлеба нежелательны. Закваска должна регулярно обновляться. Лично я пробовал оставлять ее на полмесяца, и она благополучно оживала. Возможно, закваска способна прожить и три недели, но больше этого срока лучше не оставлять, иначе придется зарожать ее заново. Все-таки закваска живая колония микроорганизмов, и обходиться с ней нужно как с живой сущностью. Если надолго уезжаете, поручите кому-нибудь присмотреть и подкормить хоть раз в неделю.

✓ Муку всегда следует молоть перед самым использованием. Не нужно ее хранить — это скоропортящийся продукт. Витамины и питательные вещества на воздухе быстро окисляются. Именно поэтому муку промышленного производства нельзя считать натуральным продуктом — производители пойдут на любые ухищрения, лишь бы увеличить срок реализации.

V Степень помола устанавливается на самую мелкую фракцию. Это делается потому, что в домашней электромельнице все равно невозможно добиться той же степени» что достигается в промышленных условиях. Но этого и не требуется. Качество хлеба, каким должен быть **НАСТОЯЩИЙ** хлеб, определяется совсем другими параметрами:

1. Пророщенное зерно.
2. Свежесмолотая мука.
3. Натуральная, природная закваска.
4. Присутствие оболочки и зародыша в муке.
5. Отсутствие химических и синтетических добавок.

Мука не должна быть белой, как крахмал, даже если она пшеничная. Какой она должна быть» описать невозможно. Когда вы впервые сделаете свою муку, почувствуете ее запах, попробуете на вкус, на ощупь, вы поймете, какой должна быть **НАСТОЯЩАЯ** мука.

Хлеб тоже не должен быть белым и пушистым. Он должен быть **НАСТОЯЩИМ**, а не синтетическим. Настоящий хлеб так же невозможно описать словами. Когда вы его попробуете, вам все станет ясно. У него и вкус, и запах — особый — *благородный*.

Остается открытым один вопрос: если пока нет ни мельницы, ни дегидрагора, а свой хлеб хочется печь уже сейчас, что делать? Можно попытаться счастья, поискать в местных магазинах или в Интернете *цельнозерновую* ржаную муку или хотя бы муку первого сорта. Если повезет и попадется продукт добросовестного и честного, а также, что немаловажно, вменяемого производителя, то и закваска, и хлеб, настоящие (ну, или почти), могут получиться.

В любом случае лучше обзавестись всем необходимым, чтобы отвязаться от системных производителей и торговцев, которых заботит исключительно прибыль, но никак не ваше здоровье, а также от системы, которая напрямую

заинтересована в вашем НЕЗДОРОВЬЕ.

### 100% Ржаной хлеб

Для достижения наилучшего результата с наименьшими затратами времени и усилий целесообразно использовать хлебопечку. Конечно, можно обойтись и обычной духовкой, но с хлебопечкой проще. Это тот случай, когда продукция системы используется для обхода самой системы.

Сначала несколько рекомендаций по выбору модели,

Хлебопечка работает просто: в нее загружаются все ингредиенты, выбирается программа (рецепт) выпечки, нажимается кнопка, и дальше она все делает сама — замешивает тесто, подогревает его, чтобы оно поднялось, а затем выпекает,

**S** Все программы жестко прошиты и рассчитаны исключительно на дрожжи. Не стоит обольщаться, если видите хлебопечку с такими «натуральными» программами, как «без\* дрожжевой», «безглютеновый», «цельнозерновой», В лучшем случае здесь имеется в виду то, что в рецепте используются не дрожжи, а химический разрыхлитель. Система лицемерит.

**S** Для наших целей потребуется всего две программы: «Дрожжевое тесто» и «Выпечка». На самом деле систему мы обманем, дрожжи использовать не будем, а прошитые программы оставим без внимания. Главное» в режиме «Дрожжевое тесто» хлебопечка должна уметь замесить тесто и немного его подогреть, чтобы оно подошло. А еще необходим таймер, чтобы установить время в режиме «Выпечка».

**У** Не обязательно выбирать многофункциональную и дорогую хлебопечку. Две названные программы — это все, что потребуется для нашего *настоящего хлеба*. Наличие дополнительных опций и программ, как, например, диспенсер, отсрочка старта» пирог, варенье, кекс — на ваше усмотрение, если вам это пригодится.

**V** Хлебопечку следует выбирать с мощностью не менее 800 Вт, иначе она не справится с тяжелым ржаным тестом. Рабочая емкость (ведерко) должна быть с двумя мешалками и такой формы, чтобы получался «кирпич». Вес выпекаемого хлеба — не менее 1 кг. Для удобства не помешает еще окошко, чтобы можно было наблюдать за процессом.

**У** Еще один существенный момент: конструкция хлебопечки должна позволять открывать крышку во время работы. Если табло и кнопки расположены на корпусе, а не на крышке, то, скорей всего, это возможно.

Рецепт 100% ржаного хлеба;

*500 г ржаной закваски*

*400 г ржаной муки 200 г воды*

*3 ст.л. семян льна*

*1 ч.л. семян тмина*

*14 г соли*

Процесс начинается с пробуждения закваски, оставленной в холодильнике. При самой первой выечке закваска у нас уже готова, так что первые 7 пунктов пропускаем.

Технология приготовления:

1. Достать закваску из холодильника и поставить в теплое место на час\* чтобы она проснулась. Оптимальная температура для закваски — 24-26°C.

2. Через час отмерить *220 г ржи*, загрузить в мельницу и смолоть муку в ту же емкость, в которой рождалась закваска, например, в кастрюлю. Очевидно, какой вес зерна, такой же вес и муки будет.

3. Отмерить *330 г теплой воды* температуры 36-37°C, и влить в кастрюлю с мукой. Например, поставить на цифру

вые весы стакан, обнулить показания, налить холодной воды, а потом долить немного горячей из чайника, так, чтобы получилось ровно 330.

4. Размешать деревянной лопаткой так, чтобы мука равномерно соединилась с водой. Соотношение воды и муки для закваски — 3/2. Для теста соотношение уже другое. Почему такие цифры — 330/220? Потому что нам требуется получить 500 г закваски, и при этом учесть, что тесто частично остается на посуде, как что надо брать с запасом, чтобы количество закваски с каждым разом не убывало, а лучше бы увеличивалось. На оладьи может пригодиться.

5. Загрузить в кастрюлю просну в шуюся закваску и снова размешать лопаткой, теперь уже не так усердно, чтобы особо не беспокоить живую сущность — колонию микроорганизмов.

6. Накрыть кастрюлю крышкой, не герметично, закрыть хлопчатобумажной салфеткой от света и поставить в укромное место, подальше от сквозняков и электроприборов, как это делали раньше. Если хлеб собираетесь печь утром, дан^ ную процедуру следует делать вечером. И наоборот, если хлеб печется вечером, закваска ставится утром.

7. Смысл всей этой процедуры в том, что мы берем часть закваски, оставшейся с прошлого раза, пробуждаем ее, кормим, в результате чего колония микроорганизмов разрастается, развивает бурную деятельность (хорошая вечеринка!), закваска поднимается, потом опускается, слегка пузырится, и спустя 10-12 часов доходит до нужной кондиции, когда она в меру голодна и активна, рис. 16.

8. За час до приготовления хлеба замочить три столовые ложки семян льна в воде комнатной температуры или можно теплой, рис. 17. Семечки льна быстро разбухают и становятся мягче. Замачивание требуется еще затем, что в это время семена просыпаются и нейтрализуют свои «консерванты» — ингибиторы.

9. Через час (или можно полчаса) откинуть лен в сито, чтобы вода стекла, рис. 18.

10. Отмерить 400 г ржи, загрузить в мельницу и смолоть в большой контейнер из пищевой пластмассы, с плотной крыш^ кой. Отмерить 14 г соли (мелкой, лучше морской) и чайную ложку семян тмина, всыпать их в муку, рис. 19, закрыть контейнер крышкой и слегка повертеть, чтобы все перемешалось.

11. Отмерить 200 г теплой воды, лучше около 40\*С. Вынуть из хлебопечки форму (ведро), влить туда воду, выложить 500 г закваски и пен,рис. 20. Принцип такой: в форму загружаются сначала жидкие ингредиенты, потом густые, потом сухие. Чтобы удобно отмерить ровно 500, можно установить форму на весы, обнулить показания и выгрузить туда закваску прямо из кастрюли, до нужного веса.

12. Оставшуюся часть закваски выгрузить из кастрюли в специально отведенную емкость и убрать в холодильник. Это будет задел на следующую выпечку. Величину этого задела лучше поддерживать около 200-300 г. Когда накопится избыток, можно пустить на другие цели, например на квас или оладьи.

13. Высыпать муку из контейнера в форму, рис. 21. Подготовительный этап закончен. Теперь дело за хлебопечкой.

14. Вставить форму в хлебопечку. Запустить программу «Дрожжевое тесто». Сначала идет замес, минут 25, с возможными остановками. В этот период крышку можно открыть. Вы увидите, что ржаное тесто, в отличие от пшеничного, не перемешивается, а толчется на месте, поскольку в ржаном тесте нет тех связующих глютеиновых волокон, что есть в пшеничном, рис. 22. Поэтому надо время от времени помогать *деревянной лопаткой*, направляя тесто от стенок к середине. Не обязательно это делать постоянно — главным образом в начале и в конце замеса.

15. Когда замес окончен, печка переходит в режим слабого подогрева. Крышку следует закрыть, а печку накрыть чем-нибудь сверху для утепления,

например сложенным махровым полотенцем. Температура внутри должна быть около 37°C. Вы можете это проверить, положив на тесто термометр, чтобы заодно убедиться, действительно ли ваша печка осуществляет подогрев. (Если подогрева нет, придется вытащить форму и поставить ее в теплое место, например над задней стенкой холодильника или над батареей.) Так пройдет еще около часа.

16. Когда программа окончена, хлебопечка издает сигнал. Вам этот сигнал потребуется для отсчета следующего периода. Дрожжевое тесто подходит в течение часа. Тесту на закваске требуется в два раза больше времени. Именно поэтому стандартные программы для теста на закваске не подходят. Так что полотенце с печки не снимаем, ничего не делаем, ждем еще час или полтора.

17. Итак, на подъем после замеса ушло 2-2,5 часа. Тесто должно при этом увеличиться почти вдвое, *рис. 23*. Теперь запускаем программу «Выпечка», установив предварительно опцию «Корка средней поджарки» (если имеется), а также время на таймере. Время выпечки зависит от веса буханки и должно быть указано в инструкции. Вес по нашему рецепту — чуть больше килограмма. Среднее время выпечки на такой вес может составить порядка 1 ч. 10 мин.

18. Наконец, печка издает сигнал, хлеб готов. Можно вытаскивать форму, только не голыми руками, а прихватками. Дайте ей остыть минут 10 (не больше, иначе хлеб отпотеет), постелите на его льняное или хлопчатобумажное полотенце и вытряхните хлеб из формы, *рис. 24*.

19. Заверните хлеб в полотенце и положите его «верхом вниз» на решетку или плетеную подставку, чтобы нижняя часть дышала и не отпотевала, *рис. 25*. Так нужно дать хлебу остыть,

Может показаться, что все это очень сложно и долго, но это лишь поначалу. Когда вы освоите технологию на практике, то убедитесь, что глаза боятся, а руки делают, и что все на самом деле элементарно, и времени вашего фактического участия требуется считанные минуты.

Весь процесс сводится к взвешиванию, переливанию и перекладыванию сырья из одной емкости в другую. Более того, производя все эти манипуляции, особенно с живой субстанцией, вы настраиваетесь на частоту вибраций живой Природы. В этот момент ваши «usb-порты» освобождаются — вы отключаетесь от матрицы, а значит, начинаете мыслить свободно и ВИДЕТЬ реальное положение вещей.

#### Другие варианты

Вы убедитесь, что даже самый первый хлеб» изготовленный по данной технологии, имеет изысканный вкус. А чем старше закваска, тем хлеб будет вкуснее. В некоторых странах, в некоторых пекарнях, где умеют ценить и хранить традиции, живут закваски, которым несколько сотен лет. Но такой хлеб, как получится у вас дома, вы нигде не купите, потому что даже в пекарнях, работающих по старым рецептам, пророщенное зерно не используется. Это самая древняя и давно позабытая технология.

Конечно, эту же технологию можно реализовать и в промышленных условиях. Никаких особых сложностей здесь нет.

Но всеобщая гонка за прибылью зомбирует людей — они перестают понимать и видеть, что они делают и зачем. Думаете, технолог на хлебозаводе отдает себе отчет, с какими суррогатными ингредиентами имеет дело и какой суррогатный продукт получается на выходе? Ничуть не бывало, Его сознание раз и навсегда заклинило в одну точку: «так надо». Как именно надо — определяет не его сознание, а система, матрица.

Матрица раздает программы, что хлебопечкам, что людям — равнозначно. Как производители суррогатов, так и их потребители перестают понимать и видеть — что едят и куда идут. Точнее, не они идут, а их ведут. В системе — становишься

киборгом — пит аешься синтетикой, питаешься синтетикой — становишься киборгом. Впрочем, может, кого-то это вполне устраивает. Ну и дай бог здоровья.

Итак, вы познакомились с уникальной технологией чисто ржаного хлеба. Почему стоит печь именно ржаной хлеб? Потому что для организма он во всех отношениях полезней, легче, приятней. Однако и пшенично-ржаной хлеб тоже очень неплох, если пшеница пророщенная. Вот его рецепт.

**'•V Пшенично-ржаной хлеб**

*500 г ржаной закваски •400 г пшеничной муки 150 г воды 3 ст.л. семян льна*

*1 ч.л. семян тмина 14 г соли*

Как видно, здесь берется меньшее количество воды, потому что пшеница менее гигроскопична. Рожь впитывает больше воды. Все остальное делается аналогично. Единственная 11ри-

ятиная особенность в том, что с пшенично-ржаным тестом хлебопечка справляется сама, помогать лопаткой практически нет необходимости (разве что самую малость).

Данная особенность является еще и одной из причин, по которым 100% ржаной хлеб промышленным способом не производится. (Другие причины — пшеничный хлеб белый, мягкий, воздушный, но это сомнительные преимущества.) Ржаное тесто замешивать труднее. Хотя, конечно, эта проблема — не проблема, все решается. Но нас этот вопрос не волнует, тем более что у нас есть руки и несколько минут свободного времени.

Не знаю, как больше нравится вам, а лично мне удобней замешивать ржаное тесто вручную, без помощи хлебопечки. В какой-то степени делать это самому проще и удобней, чем помогать мешалке. Попробуйте ручной способ. Вот поправки к технологии (см. стр. 288-292), начиная с *пункта 9*.

9. Вытащить из хлебопечки форму. Запустить программу «Дрожжевое тесто». Печка будет «месить тесто» столько, сколько положено по программе, но вхолостую. За это время можно замесить тесто вручную.

10. Откинуть лен в сито и далее подготовить все остальные ингредиенты,

11. Высыпать из контейнера муку, смешанную с тмином и солью, в эмалированную миску. Сделать в муке углубление (кратер). Выгрузить туда лен, закваску и воду. (Как в форму печки, только в обратном порядке.)

12. Смешать все ингредиенты до равномерной консистенции, *рис. 26*. Это удобно делать деревянной лопаткой, совершая переворачивающие движения от края к середине и одновременно поворачивая миску другой рукой. Ржаное тесто, в отличие от пшеничного, не требует сложных манипуляций (замес, отдых, снова замес, расстойка, и т.д.). Ржаной белок

водорастворим, поэтому тесто нужно всего лишь хорошо смешать в течение 5-7 минут.

13» Выложить тесто в форму, предварительно вытащив из нее лопасти мешалки, *рис. 27*. Сильно разравнивать тесто необязательно, оно само распределится и уляжется.

14. Как только хлебопечка закончит мешать и начнет подогрев, осторожно вставить туда форму, используя прихватки, чтобы дополнительно уберечься от случайного напряжения, которое может пробивать через нагревательные элементы, особенно если в сети нет заземления, Далее — все то же самое, начиная с *пункта 15*.

Вместо льна можете попробовать точно так же замочить подсолнечные или тыквенные семечки, фисташки. Только время замачивания для них — несколько часов. Вместо тмина можно положить семена кориандра, возможно именно такой вкус вам понравится больше. Или вообще не использовать приправу, хотя с ней интересней, конечно.

Вместо пшеницы можно с таким же успехом использовать полбу (спельту). Преимущество полбы в том, что она, как правило, выращивается без применения химикатов, а по содержанию белка превосходит пшеницу. Все остальное — дело вкуса.

Наконец, рассмотрим еще один вариант — выпечка в духовке. Для этого понадобится одна или две формы с антипригарным покрытием и сковорода, которую можно ставить в духовку (без пластмассовых деталей).

Технология для духовки:

1. Замесить тесто вручную, как описано выше.
2. Выложить в формы, *рис. 28*. Ржаное тесто лучше выпекать в формах, потому что на противне оно расплзается.
3. Поставить формы в самое теплое место на кухне и накрыть льняным или хлопчатобумажным полотенцем. Длительность расстойки — 2-3 часа. Тесто должно подняться почти вдвое, *рис. 29*.
4. Как только тесто поднялось, разогреть духовку до температуры 240\*0. В то же время налить в сковороду воду, довести на огне до кипения, поставить на пол духовки. Это требуется для того, чтобы хлеб не подсыхал.
5. Когда духовка разогрелась, поставить формы с тестом на верхнюю полку.
6. Через 15 минут снизить температуру до 200°C. Выпекать еще 35 минут. Или еще 40-50 минут, если весь хлеб в одной форме. Время можно контролировать с помощью таймера.
7. Хлеб готов, *рис. 30*.

Кому-то может больше нравиться духовка, чем хлебопечка, это дело вкуса. В обоих вариантах какие-то свои достоинства. У хлебопечки преимущество в том, что она сама поддерживает необходимый температурный режим при расстойке теста и выпечке.

Напоследок несколько практических советов:

У Можно есть и горячий хлеб, но лучше дать ему созреть. Хлеб продолжает дозревать в течение нескольких часов, прибавляя в качестве и богатстве вкуса.

/ Хлеб лучше сохраняется в пакете из пищевого пластика, например у полиэтиленовом. В пакет можно укладывать только остывший хлеб.

•/ Если верхушка хлеба просела, значит» следует немного уменьшить количество воды в рецепте. Доля воды может существенно зависеть от влажности зерна и остальных ингредиентов, например замоченных семян.

У Не стоит сильно занижать долю воды в тесте. Ржаной хлеб по своей консистенции должен быть «сыроватым» это несколько его не портит. Сухой хлеб менее вкусен,

У Если тесто не успевает достаточно подняться, следует увеличить время расстойки на полчаса-час. Либо это свидетельствует о том, что температура расстойки низкая. Либо закваска по каким-то причинам слабая, Прочитайте внимательно технологию.

✓ Выделять больше трех часов на расстойку не имеет смысла. Тесто может сначала подняться, а потом опуститься. Не стоит ждать до критической точки, когда оно начнет спадать. Во время выпечки хлеб тоже немного оседает, это нормально.

У Новая хлебопечка первые 2-3 выпечки может давать неприятный запах. Потом этот запах уйдет.

У Основные правила техники безопасности. Желательно не касаться металлических деталей хлебопечки голыми руками и металлическими предметами. Пользуйтесь деревянной лопаткой и кухонными рукавицами или прихватками. На ногах должны быть тапочки с резиновыми подошвами.

**Опасаться особо нечего, но слабое напряжение может иногда пробивать, особенно если в сети нет заземления.**

**У Если замес теста производится в хлебопечке, придется смириться с таким неудобством, как наличие лопастей от мешалки в хлебе, Их нужно достать сразу или резать хлеб осторожно.**

**■/ Приготовлением хлеба не следует заниматься в скверном расположении духа. Недобрые эмоции оказывают негативное влияние на качество хлеба.**

**/ Настоящий хлеб — еда самостоятельная и самодостаточная, Но в небольшом количестве он совместим со многими блюдами. Хорошо сочетается с овощами, зеленью. Особое лакомство — горбушка хлеба, намазанная десертной ложкой кедрового или тыквенного масла, с чесноком и кайенским перцем по вкусу.**

**# •\* \***

**Теперь вы знаете все, что знать необходимо. Остается добавить, что настоящий хлеб в вашем доме — это не просто повседневное блюдо — это философия, стиль жизни, свобода. Свобода от условий и рамок, которые навязывает вам система. А еще, что очевидно, — это ваше здоровье и ясное сознание. Здоровое тело сделает вашу жизнь полноценной, а незамутненный разум позволит вам создать свой мир. Настоящий домашний хлеб — это ваш зеленый оазис в техногенной среде. Баша новая надежда. Баш новый Аркаим. Но не единственный и не последний. Бывает так, что прошлое ждет впереди.**

## Список иллюстраций на цветной вклейке

*Магазинный белый батон.*

2. *Магазинный якобы бездрожжевой хлеб.*
3. *Домашний дрожжевой хлеб.*
4. *Домашний хлеб на закваске.*
5. *Зерно промыть.*
6. *Зерно замочить.*
7. *Зерно накрыть марлей.*
8. *Зерна проросли.*
9. *Проростки ржи.*
10. *Разложить зерно на поддоны.*
11. *Сушить зерно в дегидраторе.*
12. *Выложить высушенное зерно в короб.*
13. *Смолоть муку.*
14. *Рождение закваски.*
15. *Оставиуюся часть закваски убрать в холодильник.*
16. *Закваска активна.*
17. *Замочить лен.*
18. *Откинуть лен в сито.*
19. *Мука, соль и тмин.*
20. *Воду, закваску и лен поместить в форму.*
21. *Высыпать муку в форму.*
22. *Замес теста в хлебопечке.*
23. *Тесто в форме подошло.*
24. *Хлеб из хлебопечки готов.*
25. *Завернуть хлеб в полотенце.*
26. *Замес теста вручную.*
27. *Выложить тесто в форму для хлебопечки (без лопастей).*
28. *Для духовки выложить тесто в формы.*
29. *Для духовки тесто поднялось.*
30. *Хлеб из духовки готов.*

Муку можно делать из обычного зерна» но лучше использовать пророщенное. Наши предки не во все времена пекли хлеб из пророщенного зерна, это более древняя технология. В веках накоплена не только мудрость, но и заблуждения. Мы будем выбирать только самое лучшее. В чем преимущества зерна пророщенного:

- При прорастании содержание белка практически удваивается.
- Крахмалы превращаются в сахара, бедки в аминокислоты, жиры в жирные

кислоты, то есть половина работы пищеварения уже выполнена.

- Содержание витаминов увеличивается в разы и даже десятки раз.

[www.e-puzzle.ru](http://www.e-puzzle.ru)