

18+

МИАНИЕ М.Ю.

# ЭЗОТЕРИКА. НАЧАЛО ПУТИ



# Миание М. Ю. Эзотерика. Начало пути

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=30476054](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=30476054)*

*ISBN 9785449054586*

## **Аннотация**

Далеко не все понимают, что эзотерика – это на порядки более сложная и емкая сфера знаний, чем, например, кибернетика, так как она изучает фактически все существующее с точки зрения энергетического строения и духовных законов. Данная книга из серии «Эзотерика для начинающих» – помогает сориентироваться и сделать правильный выбор для своей души и своей судьбы. Для широкой аудитории, для тех, в ком пробудился дух познания и изменения себя к лучшему, для тех, кто ищет свой путь.

# Содержание

О книге	5
Предисловие	6
Глава 1. ФОРМИРОВАНИЕ ПОНИМАНИЯ	9
Глава 2. ПЕРЕД ВЫБОРОМ ПУТИ	21
Глава 3. СЧАСТЬЕ ИЛИ СТРАДАНИЯ	31
Конец ознакомительного фрагмента.	55

# Эзотерика. Начало пути

**Миание М. Ю.**

© Миание М. Ю., 2018

ISBN 978-5-4490-5458-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# О книге

Книга создана на основе презентаций Духовного Учителя, основателя авторского научно-учебного Центра «Система акад. Миание М. Ю.», исследователя, Гранд Доктора Философии (Grand Ph. D.), Ph. D. (философия, психология), профессора Миание М. Ю.

В доступной форме, с ответами на вопросы, дается разъяснение основ эзотерики, как области знаний об энергии, о Боге, Его законах и Душе человека. Для тех, кто ищет свой Путь Развития, будет интересна информация общего аналитического характера, а введенные критерии помогут сделать правильный выбор, в зависимости от интересов человека. Начинающие эзотерики, у которых еще только появилась мысль, что в себе нужно что-то менять, получают ответы на первые возникающие вопросы.

Книга рассчитана на широкий круг читателей.

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

*Второе издание.*

# Предисловие

В нашем обществе более чем достаточно самых разных предрассудков. Если заглянуть в историю, то всегда доминирующее мировоззрение препятствовало развитию новых знаний. Когда-то преследовали первых верующий, затем вера стала доминировать – первых ученых сжигали на кострах. Сейчас, когда эзотерика набирает силу, и эти знания притягивают все большее количество людей, то религия с наукой стараются препятствовать их распространению. Хотя, по большому счету, эти знания являются логическим продолжением знаний духовных, но на более совершенном, глубоком уровне.

Эзотерика отличается от религии тем, что это не только вера, она дает людям возможность проверить все утверждения на собственном опыте. Для этого нужно научиться накапливать энергию и раскрыть способности, научиться профессионально работать с духовными законами и отслеживать, как заблуждения или нарушения законов влияют на судьбу человека и его здоровье, чтобы выходить на первопричины и снимать их.

Во что верят люди? Чем меньше человек знает, или его знания с большими пробелами и противоречиями, тем боль-

ше душа его заполнена страхами, сомнениями и всевозможными ограничениями, тем меньше возможностей он видит в этой жизни. Это также соответствует наставлениям Христа: «Учитесь, и свет знаний сделает вас свободными».

Если человек не задумывается, для чего он родился на Земле, если у него нет целей, которые воодушевляют, – он ходит с потухшими глазами и часто умирает раньше времени. Эзотерические школы помогают человеку понять, для чего он живет, поставить цель, которая пробуждает все душевные силы, взять ответственность за свою судьбу, привести тело в порядок.

Чтобы стать Мастером, научиться искусству жизни на Земле, необходимо думать и действовать таким образом, чтобы каждая минута жизни давала радость и наслаждение. Если у человека нет сил, то он руку поднимает с трудом, а о счастье и говорить не приходится.

Энергетическое развитие позволяет накопить необходимое количество энергии для полноценной жизни. В организме человека достаточно механизмов, чтобы себя восстановить, преодолеть болезнь, а накапливая энергию, обретая спокойствия, человек, получает возможность автоматически запустить эти механизмы и забывает, что когда-то болел.

В книге представлены основы эзотерического развития, техники же и методики не даются. Чтобы заниматься практикой, человек должен выполнить ряд требований по собственному развитию и обучаться работе с энергией под руководством опытного наставника (индивидуальное обучение или эзотерические школы). Но эзотерические школы бывают разные. Чтобы не было негативных последствий – необходимо тщательно выбирать, кому верить. Это должна быть высокопрофессиональная школа с подтвержденными практикой позитивными результатами.

*МИАНИЕ М. Ю.*

# Глава 1. ФОРМИРОВАНИЕ ПОНИМАНИЯ

*(или зачем Вам это нужно)*

На Земле существует множество духовных теорий и прекрасных учений. Но, если внимательно посмотреть на окружающий мир, можно легко убедиться, что совершенных людей почти нет: гениальный ученый, но проблемы со здоровьем и с внешним видом; великолепный бизнесмен, а семья рухнет. Список можно продолжить.

Почему мы наблюдаем такую картину? Если взять самые сильные из учений, которые дали наибольшие результаты, то можно увидеть, что каждое из них имеет те или иные проблемы.

Скажем, *христианство* (миллиард верующих): любовь – прекрасно, но силу не развивает, знания о социальной самореализации вы ищите в другом месте. *Философия науки* обучила делать деньги, спутники, космические корабли, а счастья человек так и не получил. *Медицина* становится все лучше, а здоровье все хуже.

*Буддизм и классическая йога* дают силу, раскрытие спо-

собностей, но проблемы в обществе остаются те же самые – человек не всегда может себя реализовать. К тому же, созданы были эти учения давно, условия изменились, и далеко не каждый может пройти по этому пути. Очень много людей занимаются йогой, но не все могут получить то, что она может дать.

*Каждое из учений имеет свои преимущества, но не о каждом можно сказать, что оно совершенно.* Идея создания нашего Центра – соединить эти знания вместе и, если необходимо, создать новые. Так, чтобы в рамках одного направления дать человеку максимум и наилучшим образом: ответы на все волнующие вопросы, реализацию его основных интересов и помощь в решении проблем.

По большому счету, каждое из направлений и учений стремится ответить на вопрос – для чего человек живет на Земле, и как он может достичь счастья, силы, совершенства и свободы. Буддизм говорит, что жизнь – это страдания, а путь избавления от страданий – соблюдение восьми благородных истин и т. д.

Каждая школа видит ответы в своем, но если объединить их вместе, то получится следующая картина. *Для человека высшая цель – понять и реализовать свое предназначение.* Если он винтик, болтик в какой-то системе, если он чер-

взячок или существо, которое недостойно ходить по Земле, то это одно отношение. Если же человек – будущий помощник Творца, и в нем заложен огромный потенциал – совсем другое отношение к себе и к жизни. Это зажигает сердце и раскрывает крылья.

*В психологии есть теория выученной беспомощности.* Провели эксперимент. Взяли две группы собак и начали их бить электрическим током. Если в одной группе собачка нажимала на педаль, ток переставал бить. Во второй группе – нажимай, не нажимай, от них ничего не зависит. Затем их объединили вместе и пустили электрический ток. Первая группа собачек быстро адаптировалась к новой ситуации, вторая же группа – обреченно побегали, упали на пол и начали жалобно скулить. У них не было даже попытки что-либо предпринять, искать выход.

Примерно такую же картину наблюдаем с человеком. Если он не знает, что для него возможна другая, более интересная, красивая, насыщенная жизнь, то живет в определенной колее, в рамках своих устоявшихся представлений и даже не совершает попыток что-либо изменить в своей жизни.

***Как выйти на предел своих возможностей?*** Теория выученной беспомощности гласит – если человек не верит, что это возможно, он даже не совершает попыток. Если же че-

ловек знает, что все, что имеет в этой жизни, он заслужил (пусть пока по непонятным для него законам, получил в силу заблуждений и неправильных поступков), тогда он начинает думать, как прийти к своей цели.

Очень простая закономерность – *не может человек решить проблему, которая превосходит его*. Например, если вы выходите на поединок, на ринг, а ваш соперник на 40 кг тяжелее, сильнее и намного лучше подготовлен – шансов победить у вас нет. Поединок закончится через несколько секунд – один удар и вы в нокауте. Совершенно разный класс. Если человек слабее, он может совершать тысячу попыток – все бесполезно. Если вы повышаете свой класс, становитесь сильнее, умнее – с любой проблемой в жизни (конфликты, комплексы, недостатки) вы справитесь.

Еще пример: один человек с большим трудом добивается «да» много лет, слыша: «нет, нет, нет». Другой приходит, улыбается и через минуту получает «да». Почему? Это другой уровень. Человек даже ничего не сказал, но вы чувствуете, что от него исходит приятная высокая энергия. Поэтому, *развитие определяет, на что Вы можете в этой жизни рассчитывать, какие цели Вам доступны в жизни*.

Как сделать, чтобы развитие человека было максимально эффективным, чтобы его цели были высокими и красивы-

ми? Как выйти на предел своих возможностей, а не просто, чтоб не хуже, чем у соседей? Большинство людей ориентируются на тех, кто рядом. Стандартная ошибка. Еще древние говорили – если вы хотите сделать своего мальчика олимпийским чемпионом, вы поведете его не к соседям, а к единственному мастеру, который готовит олимпийских чемпионов.

Но по жизни, как правило, человека формируют обстоятельства и люди, которые его окружают (и часто нельзя сказать, что они прожили достойную, прекрасную во всех отношениях жизнь). Посмотрите на родителей, на окружение. Какую судьбу имеют они, примерно – такая же судьба ожидает людей, которые им доверяют на все 100%. Чтобы изменить свою жизнь необходимо искать мастеров.

Возьмем работу или личную жизнь. Если посмотреть, единицы могут сказать, что они абсолютно счастливы в личной жизни. Любовь – это высокое искусство. Ни школа, ни вуз не учат, как находить работу, как делать карьеру, как добиваться счастья. Человек готов быть исполнителем, не понимая, каким законам это подчинено, какими личными качествами он должен обладать, чтобы не сломаться, чтобы его уважали.

Казалось бы, абсолютно разные сферы, но подчинены они

одним и тем же законам. Человек попадает в конкретную ситуацию, взаимодействует с другими людьми: что он делает, какое впечатление производит, управляет ситуацией, или она тянет его за собой? Работа, личная жизнь, окружение. Чтобы все это было для человека доступно, он должен стать совершенным. Это постоянное развитие.

Многие знают, что «должно быть всем хорошо, всего должно хватать» и т. д. Но более сложный вопрос, *что надо делать, чтобы все эти цели стали для человека доступными*. Это и есть вопросы, которые мы изучаем на занятиях. Что бы вы ни делали, с кем бы ни общались – вы управляете собой или вы не можете управлять собой.

*Сильный человек* – если кто-то пытается вывести его из себя и говорит обидные слова, он думает: «хотят, чтобы я обиделся, но ничего у них не выйдет». Он говорит так, чтобы неповадно было, не повышая голос, не переходя на агрессивные нотки, не говоря плохих слов. Он защищает собственное достоинство, не унижая достоинства другого. Все напряжены, суетятся, нервничают, а он контролирует ситуацию, он спокоен, расслаблен, он думает головой и не поддается панике. Слабый человек – примитивное поведение: обидные слова – крик, слезы; хорошие слова – расцвет («делайте со мной, что хотите»). Человек не управляет собой.

*Как Вы себя ведете?* Вы можете реализовать формулы: «Я хочу быть сильным. Хочу быть воином. Хочу быть любящим мужем. Хочу быть поэтом». Вы входите в определенное состояние и получаете то, что хотите, ощущение – «я это могу». Вы наедине с собой. ***Нужно научиться управлять ситуацией, научиться не проигрывать.***

*Насколько интересует Вас Ваша судьба?* Например, человек ведет себя уверенно, умеет дать сдачи, но по жизни ничего не добивается. Почему? Можно быть уверенным, уметь за себя постоять и научиться говорить комплименты. Но, если человек не знает, ради чего он живет, и не понял, что это самый важный вопрос в жизни – он не сможет управлять своей судьбой, и все это ему не очень пригодится. ***Чтобы цели стали реальными, человек должен многому научиться.*** Этому учат в различных духовных школах по-разному. Такой школой является и наш Центр.

Если у человека нет цели, он ходит с опущенными плечами, с потухшим взглядом, ему нужно только что-то зарабатывать на хлеб насущный. Это печально, ему нужно выживать. Если у человека есть цель – прекрасно. Он горит, живет.

*В психологии масса интересных моментов.* Например, дом престарелых: у одних есть выбор, у других нет (по теле-

визору кто-то что-то хочет посмотреть или все равно, что будут показывать; выбор еды – «мне вареники по средам и пятницам» или все равно, что дадут). Человек, у которого есть выбор, думает, что-то решает. Такие люди дольше живут, у них лучше настроение, у них есть хоть какая-то цель. Нет цели – бесцельное существование, человек умирает, заканчивает жизнь самоубийством, просто затихает.

Или живут вместе два человека: если их чувства – единственное, что держит на Земле, то умирает один, и через некоторое время умирает другой. Нет ни одного мотива задерживаться на Земле. У многих оправдание – дети, это хорошо, но этого мало.

*Нужно научиться выбирать цели, которые соответствуют вашей индивидуальности.* У каждого есть талант, но чтобы его раскрыть, необходимо потрудиться. Большинство людей не изучают себя. Нет ничего бесценнее и ближе, чем ваша Душа, но много ли времени человек тратит, чтобы познать себя? Есть время почитать газету, полежать на диване, а уделить внимание своей Душе – времени нет.

Надо стараться ставить цели на много лет так, чтобы они воодушевляли, и никогда не пришлось пожалеть об этом. Это большое искусство.

Люди совершают массу ненужных усилий, тратят много времени почти впустую, делая то, что кажется важным, но не ведет к цели. Они не могут даже оценить, что это никому не нужно. Например, одни и те же конфликты в семье длятся десятилетиями. Читаем книгу по психологии – даются рекомендации, каким образом лучше отвечать, как разговаривать с человеком, и конфликт исчерпан.

*Человек управляет своей судьбой, когда у него есть цель, план, и он шаг за шагом приближается к своей цели.* Большинство людей течение тянет за собой, они становятся жертвами обстоятельств. Как научиться выбирать цели и рассчитывать шаги, как воплощать свои цели в жизнь, как не сломаться и научиться силой своей воли идти вперед («все преодолёю, все смогу»), как стать открытым и восприимчивым?

Кроме воли человека, присутствует воля Высших Сил. Если вы ставите одни цели, Бог вам помогает, другие – бьет по рукам. Один человек делает гигантские усилия, и все впустую: заработал – потерял, заработал – потерял, женился – развелся. Не то человек делает, не заслужил он своим поведением, своими действиями право быть счастливым. Другому все само идет в руки. Почему? Он по-другому думает, действует, хотя внешне вроде бы они делают одно и то же.

В программе нашего Центра заложено все, что касается судьбы, каким законам она подчинена, как это познать, будут ли Ваши Покровители Вам помогать или возникнут проблемы. *Первое – Ваша судьба.*

*Второе – управление ситуацией.* Вы с кем-либо общаетесь. Что влияет на вашу оценку другого человека, что влияет на его отношение к вам? Вы хотите, чтобы человек сказал в конечном итоге «да» и не хотите услышать «нет». Что влияет? Первое – состояние. Если человек заходит боком, не уверен в себе, вы даже его не слушаете, с ним неприятно говорить, очень много проблем он несет. С таким быстро прощаются. Другой человек спокоен, расслаблен, доброжелателен, у него хорошие манеры и внешний вид. На него приятно смотреть и слушать. *Основное – состояние.*

Никто не обучает (или почти никто), как научиться управлять своим внутренним миром, спокойно и расслабленно действовать, стать сильным, уверенным, доброжелательным, как управлять своим вниманием. Любовь: если человек не чувствует к себе доброго отношения – ему холодно, неприятно; если же у вас в груди горят чувства – вы согреваете, раскрываете его. Это высокое искусство, этому нужно учиться. Также важен имидж: речь, интонации (как говорить достойно, чтобы получить нужные ответы, как поставить обидчика на место), внешний вид, манеры и т. д.

*Третье – управление собой.* Человеку тяжело вообще что-то пытаться делать, если у него мало энергии. Появляется энергия, и масса проблем уходит сама по себе.

*Как научиться накапливать энергию?* Здесь множество условий, физические упражнения и эзотерические техники (самовнушение, медитация). Если у вас есть энергия, и ее много, вы можете легко открывать экстрасенсорные способности. Если ее нет – не то что способности, память отключается, зрение падает и все остальное тоже.

*На примере наших слушателей.* На первом, втором курсах мы не работаем целенаправленно с болезнями. И что интересно, если человек научился накапливать энергию – некоторые болезни исчезают сами. Таких примеров в Центре много. Человек забывает, что стоял на медицинском учете, приходит в поликлинику взять справку для бассейна и уже с удивлением слышит: «Вы наш пациент, у вас сердце большое».

*Классический пример из йоги.* Океан. Прилив – все ваши проблемы заливаются и становятся невидимыми; когда отлив, то оголяется дно, тина и прочие неприятности. *Второй пример.* Плывет корабль. Когда все в порядке, работают бассейн, дискотека. А сломался один двигатель, и лишь бы до-

браться до берега. Аналогично и наш организм – «дотопать» до работы и обратно (слабеет память, зрение, ходим с трудом, одышка появляется «почему-то») – не хватает энергии.

*Хотите ли Вы в себе, в своей жизни что-то изменить или Вас все устраивает? А может быть, Вы ждете, когда само все изменится?* Вдруг жизнь станет лучше, и завтра Вы проснетесь счастливым человеком. Некоторые ждут 33 года, некоторые 48. Вы хотите быть хозяином своей судьбы? А является ли Ваше стремление достаточно сильным?

*Если человек сильно чего-то хочет, он идет и делает.* Например, хочет человек бросить курить. Понимает, что здоровью это вредит, но желание не настолько сильно, чтобы отказаться, потому что нужно менять имидж, образ жизни. Появляются мысли: курить брошу, растолстею, а бегать не хочется. Так же с вопросом о развитии. Чтобы стать хозяином своей жизни, нужно – принял решение, идти и делать. В противном случае, это останется несбыточной мечтой. Таков подход нашего Центра к развитию. Полная система – полные цели.

## **Глава 2. ПЕРЕД ВЫБОРОМ ПУТИ**

*Чтобы правильно сделать выбор своего Пути, человек должен понять, какие пути Развития существуют, и убедиться на личном опыте в правдивости того, о чем говорится (слова не расходятся с делом, дает практические результаты). Только после этого можно ставить вопрос, нужен ли вам этот путь всерьез и надолго.*

*Любая организация – это возможность, которую человек использует либо не использует. Например, Христианство – есть Христос, святые, люди, посвятившие этому жизнь, священники, но есть и преступники, и проказенные. Наш Центр дает определенные возможности. Каким образом человек их использует, зависит от самого человека.*

### **ПУТЬ РАЗВИТИЯ**

Всех людей можно разделить на три категории. *Первая*, самая большая – люди слабые, бедные, несчастные, *вторая* категория – сильные, и *третья* – люди, которые сами создают себя.

*Слабые*, бедные, несчастные (им, как правило, жить тяжело): все плохо, конфликты, стрессы, масса обвинений, пре-

тензий. Самое печальное, что человек с этим ничего не делает или не в состоянии сделать. Он ничего не изменяет в себе и в своей жизни. Он вынес себе приговор – «я неудачник, ничего не получится». Некоторые абсолютно уверены в своей правоте и ничего не хотят слушать. Большая часть людей относится к этой категории. Жизнь их не устраивает, жить плохо и выхода они не видят или не хотят видеть.

*Вторая категория – сильные.* Возможно, им повезло с родителями, и их научили как найти свое место в жизни, научили этике, общению с людьми (как договариваться и делать карьеру, как относиться к людям, чтобы уважали, как сохранять спокойствие, когда остальные зеленеют от обиды и злости). Они получили определенный набор знаний, качеств и идут к своей цели.

*Третья категория – люди, которые сами строят себя.* Это люди развивающиеся. Они верят в то, что себя можно изменять, можно изменять свою судьбу. Их задача – стать намного сильнее, умнее, счастливее, чем они есть на данный момент. Если что-то не устраивает, человек ищет способ получить желаемое и находит. Например, в бизнесе более половины миллиардеров и миллионеров начинали с нуля, без чьей-либо помощи.

Каждый человек ищет для развития именно *свой Путь*.

В любом случае нужна система, которая дает знания в комплексе. При самообразовании возникает, как правило, проблема разрозненности знаний (из одной книги одно, из другой другое, сложить вместе не получается). *Наглядный пример.* Есть множество разных автомобилей. Они ездят только в том случае, если все запчасти от одной модели. Если от разных, то «Запорожец» с колесами «Мерседеса» и двигателем от трактора не поедет. Должна быть цельная система.

Любая школа предполагает, что есть наставник, которому можно задавать вопросы. Что-то вы сами можете понять, принять, а если найти ответ самому невозможно, значит есть большая проблема, которая мешает. Должен быть наставник, который прошел по этому пути, переболел, перестрадал, обрел радость и может подсказать, как с теми или иными проблемами справиться. ***Чтобы идти по Пути Развития, необходимо выбрать систему знаний.***

*Все существующие на Земле системы можно разбить на три категории: религия, наука и эзотерика.* По большому счету, они не являются антагонистическими по отношению друг к другу. Они ориентированы на разных людей и рассматривают разные вопросы.

Много хорошего сделала наука: самолеты летают, спутники, есть телефон, телевизор, но образованный человек

не всегда может сделать карьеру, заработать деньги. **Наука** изучает, в основном, внешний, материальный мир линейками и приборами. Здесь есть логика, физический эксперимент (поставили опыт, проверили результат, проанализировали). Наука практически доказала свою необходимость, но она не делает человека счастливым, даже цель такую не ставит. Не рассматривает духовные вопросы, чувства сведены до уровня физиологических реакций.

**Религия** рассматривает вопросы внутреннего мира: что такое Душа, Бог, как найти веру, обрести покой, любовь к ближнему. Верующие это чувствуют в своем сердце. Это нельзя измерить никакими линейками. Человек обращается к Богу, он чувствует прилив сил, энергии. Вера в Бога это факт, который спокойно уживается с тем, что есть масса атеистов.

Религия предполагает веру в то, что есть, но не предполагает профессиональную работу. Религия – это основа духовности, первые принципы для людей, которые начинают идти по пути духовного развития. Здесь нет жесткой и четкой логики, нет экспериментов. Есть вера, что существует Душа, Тонкий Мир, Духовные Законы.

**Эзотерика** рассматривает духовные вопросы на более высоком уровне: логика (все проверяемо), энергетические

способности (если невозможно проверить, об этом лучше не говорить). Где-то без веры обойтись нельзя, но это минимум вопросов (например, в центре Вселенной что-то существует, что невозможно проверить на данный момент).

Но большую часть вопросов она проверяет. Есть Душа, она таким-то образом устроена. Нужно произвести такие-то действия, произнести такие-то команды, и вы можете ощутить, даже на первых занятиях, где находятся центры сознания, энергия. На это просто нужно обращать внимание и знать техники, как это все включать.

Одна из задач – развить те или иные способности и научиться проверять. Научиться самим выходить в тонкий мир (не обязательно, чтобы у всех сразу были все способности).

Есть масса других вопросов, которые рассматривает эзотерика: что такое Честь, достоинство, что такое сильный человек, как можно оценить, насколько вы совершенны, насколько чисты.

*Эзотерические школы* – следующая ступень развития духовных знаний на качественно более высоком уровне. Не просто вера, а обучение способам, как человек, работая с энергией, выполняя те или иные упражнения, получает возможность войти в контакт со своей Душой и с Тон-

ким Миром. Он на собственном опыте убеждается, что такая-то болезнь возникает по таким-то причинам, и есть возможность от этой болезни избавиться. Вы поймете, за что вас наказывают невидимые силы и в чем ваша собственная проблема. Даже наука установила, что большая часть всех физических расстройств происходит из-за страхов и неумения управлять своим психоэмоциональным состоянием.

Основное, что отличает одного человека от другого и одну систему от другой – это цель. Ответ на вопрос: «Что вы хотите?». От себя, от жизни, от людей. Что та или иная система хочет дать человеку? Вы живете 24 часа в сутки, на что-то тратите свое время. *В идеале, цель учения – чтобы каждая минута жизни приносила человеку радость, еще лучше – счастье, а не скуку, уныние и страдание.* И при этом он должен изучить то, что делает, стать мастером.

Даже если происходит конфликт, можно страдать или быть воином: «Я спокоен, неуязвим. Он хочет меня расстроить, вывести из себя, а я знаю, как управлять своим внутренним миром. Спокойствие, расслабление, легкая улыбка. Мой внутренний мир – это моя крепость. Я не впускаю проблемы внутрь себя». Каждое проявление жизни служит для того, чтобы человек стал мастером, обучился искусству жизни на Земле.

В некоторых школах – человек научился медитации и считает, что идет по пути просветления. Но ходит небритый, лохматый, в порванных джинсах, семья брошена на произвол судьбы. Это не развитие, а убегание от жизни. Если человек стал на путь развития, должно подтверждаться практически, что он идет туда, куда нужно. Это значит, что он получает признание в обществе, среди близких.

Причем, специальные знания не являются в карьере самыми важными. Один и тот же институт заканчивают разные люди. Но один вообще не может найти работу по специальности, а другой делает прекрасную карьеру. Это зависит от того, что вы за человек, насколько ответственны, пунктуальны, насколько умеете выстраивать взаимоотношения, приятно ли рядом с вами находиться.

Бывает, что платят деньги за улыбку и атмосферу, которую человек создает. На Западе это как закон: не умеешь улыбаться – не имеешь права работать с людьми, проблемы с имиджем – не имеешь права работать в государственных органах. И это правильно.

*Самый важный вопрос – отношение человека к Богу.* Человек должен определиться в этой жизни, куда он хочет идти – к Богу или к его противоположности. В идеале, чтобы вы могли проверить на собственном опыте: если Бог есть,

как его увидеть, как понять, как научиться общаться. Вопросы непростые, но очень и очень важные. Ни один человек не может сделать для вас больше, чем может сделать Бог.

Все остальные цели тоже важны: как правильно отдыхать, восстанавливать силы, как сделать, чтобы бытовые вопросы были в порядке, деньги и т. д. Обеспечивающие вопросы не являются глобальными, не дают самое большое наслаждение в жизни, но их надо понимать, контролировать и выстраивать безупречным образом. Нужно понять, как делать наилучшим образом все, с чем человек соприкасается. Чтобы это давало счастье.

***Работа** (основные законы, специальные знания), **взаимоотношения, личная жизнь, формирование окружения** (друзья, знакомые) – **ответственность человека.** И не так, чтобы как сложилось, так и сложилось (в большинстве случаев все таким образом и получается). Задача понять, какие законы действуют во взаимоотношениях, научиться с первого знакомства, шаг за шагом их строить. Знать, какие этапы придется проходить, чтобы достичь самой вершины чувств, глубочайшего доверия.*

Во многих случаях человек сам себя ставит перед выбором: друзья или семья, семья или работа, работа или развитие. Это неправильно, это звенья одной цепи.

Идеальный вариант, когда эти цели не противоречат, а взаимно усиливают друг друга. Не уделяет человек внимания себе, на работе с утра до вечера – один инфаркт, второй, третий, умер человек. *Не нужно доводить себя до истощения.* Чем больше у человека сил, энергии, тем больше он горит, сияет, тем больше у него шансов добиться успехов в своей деятельности.

Так же и работа. Если вы думаете над этим, то понимаете, что неправильно работать в три смены, оставаясь одним и тем же специалистом, не меняя свой уровень. Гораздо лучше думать, как иметь одно дело или два, но тратить меньше времени, получая больше. И если вы уделяете внимание своей работе, у вас появляется время, деньги для отдыха и путешествий.

Самое важное, что экономит время человеку – это *правильно принятые решения.* Для этого нужны знания. Цели должны друг друга усиливать, а не противоречить. Взять любого человека: где-то у него успехи, где-то ужасные проблемы. *Максимум от жизни человек может получить только в том случае, когда он воспринимает ее как целое, и ничто не ускользает от его взгляда.* Тогда он может достичь максимального успеха, жить наиболее насыщенной жизнью. Дальше, как человек собирается это делать, методы могут быть

самыми разными.

Есть *три основы человека – мышление (или разум), духовность и воля*. Задача, чтобы все эти составляющие были гармоничными, светлыми. *Классический пример*: «сила есть – ума не надо», и человек все пытается решить кулаками. Или ученый, разумный, но бесчувственный человек – одна логика, он не верит, что чувства существуют. Есть творческие натуры – только порыв, только эмоции. Все это крайности.

*Человек должен быть гармоничен*. Отточенный ум – это способность принимать решения. Вы можете иметь чувства, но вам решать, уничтожить их или посвятить им всю свою жизнь. *Духовность – вера, чувства*. Одна из задач – научиться жить в высоких состояниях. Если вы так себя организовали, места для страданий нет. В одной и той же ситуации разные люди ведут себя по-разному, смотря во что они верят.

По большому счету, это ваш выбор – вы хотите страдать или рассматриваете жизнь как уникальную возможность и хотите насладиться происходящим. Воля – сила физического тела, энергетические способности и многое другое. *Задача – пробудить силы, которые есть в самом человеке, найти то, что он хочет, и что даст ему максимум*.

# Глава 3. СЧАСТЬЕ ИЛИ СТРАДАНИЯ

*Достижение силы, счастья, совершенства* – основные цели большей части духовных и эзотерических школ. Эти вопросы очень сложные. Настолько же сложные, насколько часто вы видите абсолютно счастливых людей или идеальные взаимоотношения в семье (любовь, идиллия). Насколько часто вы можете встретить в жизни счастье, силу, совершенство во всех их проявлениях?

Чтобы чего-либо значимого достичь в жизни – этому нужно научиться. Даже если человек ставит цель, далеко не всегда ее реализует. Если же он не ставит цели достичь счастья, то никогда этого не получит. Уровень счастья измеряется и наукой. Это показатель того, насколько человек доволен собой и своей жизнью. По статистическим данным, из 170 стран мира Украина находится в последних рядах. Поэтому научиться радоваться жизни – задача для жителей нашей страны весьма актуальная.

Рассмотрим немного подробнее: 1. Что такое *счастье*, существует оно вообще или нет и насколько доступно. 2. Что такое *эзотерика*, какие возможности она предоставляет че-

ловеку, и позволяют ли ее возможности сделать человека счастливым

Итак, что такое счастье, и какие здесь бывают *заблуждения, иллюзии*. Их превеликое множество. Есть ли люди, которые желают себе всевозможных страданий? По большому счету, нет. Люди хотят быть счастливыми. Но, тем не менее, большая часть людей верит в то, что счастья не существует, а если и существует, то оно недоступно или, если и доступно, то не в нашей стране, не для меня с моими проблемами и т. д. Маловероятно, что человеку самому придет в голову обрекать себя на страдания. Но он продолжает в это верить и даже не пытается поставить цель стать счастливым.

В римском праве, чтобы ответить на вопрос, почему так происходит, нужно было спросить – кому это выгодно. Кому выгодно, чтобы человек страдал и верил в то, что по-другому быть не может? Это выгодно кому угодно, кроме самого человека.

В религии есть понятие – нечистые силы (нечисть – всевозможные *силы зла*). Именно они, прежде всего, *заинтересованы в том, чтобы человек страдал*. Он будет страдать до тех пор, пока будет оправдывать свои страдания, пока будет верить, что не может изменить себя и свою жизнь. Эти силы питаются страданиями, страхами, злостью, они

поддерживают все это в человеке. И чем больше человек страдает, тем им лучше, тем сильнее они становятся.

Происходит конфликт. Один сохраняет абсолютное спокойствие и неуязвимость, другой зеленеет от злости и готов выброситься из окна. Ситуация одна, поведение людей диаметрально противоположное. Это зависит от того, во что человек верит, как он выстроил себя. Большинство людей вообще не в силах сознательно управлять собой. Они управляемы своими желаниями, эмоциями, предрассудками.

*Чтобы человек мог сознательно собой управлять, у него должны быть соответствующие знания, четкие цели и воля.* Возникла нехорошая эмоция, желание кого-то ударить – сказать себе: «Спокойно, Ипполит, спокойно», и желание кого-то ударить исчезает. Человек думает, как решить вопрос мирным способом, как сделать, чтобы другой понял, что неправ и извинился. Есть различные причины, почему люди не верят в счастье и всеми силами к нему не идут. Если *человек верит – у него есть шанс получить желаемое*, если же не верит – он обрекает себя на страдания.

С другой стороны, кому и зачем нужны люди, которыми можно управлять грубо, грязными методами? Если это чистое управление – все хорошо, это оптимальная организация. Но, если методы управления не чисты, то здесь как

раз и требуются люди слабые, бедные, несчастные, которыми легко манипулировать.

*Пример.* В Спарте человек умирал с улыбкой на устах, приводя в ужас своих врагов. Его нельзя было заставить делать то, что он считал неправильным, нельзя безнаказанно унижить – он был тренирован защищать себя. ***Сильный человек, который попробовал вкус свободы, понял, что такое счастье, знает, ради чего борется.***

Если же человек не знает, что такое счастье (у соседей нет, дома не видел, и родственники научили, что в это верить нельзя), он вообще не верит. Страдает и терпит унижения, не защищает свои права, ему не за что бороться и незачем. Он не верит, что можно по-другому. Люди, которым нужна власть любой ценой, заинтересованы в том, чтобы другие были слабыми и верили в то, что по-другому не получится.

Но есть и основная причина. Вспомним Жванецкого: «Я не научился одному, второму, третьему, пятому, десятому, не стал спортсменом, не стал артистом... и передаю тебе свой опыт». В большинстве случаев *люди становятся несчастными, потому что перенимают это от своих родителей и друзей.*

***Счастье все понимают по-разному.*** Для каждого чело-

века в жизни есть своя мера счастья и страданий. Чем больше страданий, тем меньше счастья или, вообще, жизнь превращается в кошмар. В зависимости от того, что Вы хотите, вы смещаете эту чашу весов. Вам показалось, что страданий мало – их можно сделать побольше, для этого нужно принимать неправильные решения. Если же Вы решили – хватит страданий, то начинаете думать, как их убрать и привнести как можно больше радости в свою жизнь.

*Счастье есть смысл искать там, где есть радость.*

Но радость радости рознь. Раб радуется лишней миске похлебки. А сын миллионера выражает недовольство по поводу подаренного «Мерседеса»: цвет не тот.

Виды радости можно разделить на категории. Есть радость приземленная – подсмотрел в замочную скважину, подслушал разговор, украл и не заметили, укололся и забылся. Это миг, а дальше неприятности – чем больше укололся, тем больше пострадал. Это радость, за которую приходится расплачиваться – низменная, недостойная, неинтересная, она не делает человека благородным.

*Есть радость приличная, но приходящая на время: победили на ринге, получили зарплату, отметили день рождения. За этими источниками радости ничего плохого не следует, они нужны, но не делают человека счастливым в полной ме-*

ре, потому что это только здесь и сейчас. «Есть только миг, за него и держись». Держаться тоже нужно уметь, наслаждаясь мгновением.

Есть же *источники радости и наслаждения, которые на всю жизнь или весьма долговременны*. Они присутствуют в человеке здесь и сейчас, все время, пока он дышит. ***Когда человек понимает, что может сделать его счастливым, он имеет шанс это получить***. Он знает, о чем думать, куда вкладывать свои силы, у него появляется возможность достичь своей цели. Эти источники радости делают человека счастливым по большому счету. *Работа, которую Вы любите* – это не момент получения зарплаты. Вы наслаждаетесь самим процессом, *Вы творите*. ***Надежные и преданные друзья***, которым можно позвонить в любое время, которые *никогда Вас не обманут*, не будут шептаться за спиной, *не подведут*. Вы встречаетесь, и сердце поет. ***Вера***, когда Вы не просто знаете, *что есть Высшие Силы, а всем сердцем чувствуете это*.

*Пример*. Рамакришна проверял своих учеников, знают ли они Бога: когда Духовное сердце оживает, говорит и пылает, то даже кожа меняет свой цвет, она покрывается патоккой. Если человек знал Бога, у него горело сердце, и чувства переполняли его настолько, что кожа меняла свою структуру. Видно было невооруженным глазом, когда-нибудь у челове-

ка сердце горело или нет.

***Если человек знает Бога и живет верой – это огромная сила.*** Христиане шли на крест, терпели мучения, но не жаловались, потому что было то, что давало им силу. ***Вера*** бывает маленькая, бывает огромная, но ***чем она сильнее, тем более человек счастлив.***

Счастье, это не то, что вы можете подержать в руках (кто-то держит «Мерседес», и он ему не нравится). Вы можете получить, что угодно, но, если Вы этого не хотите – оно вам не нужно, не приносит радости. Само обладание чем-либо не делает человека счастливым. Из внешнего мира Вы получаете то, что нужно, и это доставляет Вам радость тогда, когда знаете, чувствуете – Вы этого хотите. ***Счастье – это Ваше состояние, состояние Души, то, что происходит внутри.***

***Пример.*** Для коллекционера картины – наслаждение. Он может смотреть на них часами, он чувствует, какая энергия от них исходит, все замечает в мельчайших подробностях. Поставить возле картины обезьяну – ей это вообще не интересно, на бананы не похоже. Так же и с музыкой. Одни наслаждаются классикой, другие ее не воспринимают, у них другой вкус или грубое восприятие (только «бах-бах», чтобы внутри все подпрыгивало).

***Счастье – это состояние сильное и позитивное:*** должна быть радость (чем больше, тем лучше) и отсутствие страданий (чем их меньше, тем лучше). Для этого человек должен решить две задачи: *понять*, что может сделать его счастливым, каковы источники радости и *научиться* получать наслаждение от общения, от музыки, от природы и пребывания наедине с собой. ***Если человек ориентирован на силу, счастье, совершенство, он ориентирован на то, чтобы в любой ситуации знать, что делать, быть сильным, счастливым, неуязвимым.*** То, что он будет делать, будет вести его к цели – к радости и к победе.

*Чем больше источников радости находит человек в этом мире, тем он духовно богаче, тем более счастливым он может быть.* В то же время, нужно понять, что делает его несчастным, из-за чего он страдает. Необходимо убрать из своей жизни все страдания по списку (страхи, обиды, непонимание смысла жизни) и все остальные проблемы на духовном уровне и физическом (побеспокоиться о своем теле).

Чтобы стать счастливым, нужно понять, каковы источники радости, сделать эти источники своими и научиться их включать. Понять, что доставляет страдания, и шаг за шагом убирать их из своей жизни.

Каждому человеку жизнь постоянно предоставляет различные возможности. Как Вы ими воспользуетесь – это Ваш выбор. *Счастье – основной приз, который человек может получить в этой жизни. Это награда за правильный выбор*, за то, что он много работал и делал это достойно. Если же он не работал над собой, над своей судьбой или делал это неправильно, то страдания, как диагноз врача, показывают ему, где он был неправ. Поэтому, *в некоторых религиях основная идея – избавление от страданий как выход на праведный путь.*

**Радость.** Чтобы понять, где ее искать, нужно определить ее источники. Чем человек несчастнее, тем меньше источников радости он видит. Залез глубоко в болото, и показатель того, что застрял всерьез и надолго – он убежден, что из болота вылезти невозможно. В чем человек видит радость жизни? Ценит ли он доброе слово, помощь, ценит ли он чувства, творчество?

Духовность человека определяется во многом тем, что он ценит в этой жизни. Если только деньги – печальный вариант. *Духовное развитие предполагает, что человек обучается ценить Бога, время, свое сознание и тело. Ценить и правильно этим богатством распоряжаться.* Жизнь – всего несколько десятков лет, этим кусочком времени необ-

ходимо суметь правильно воспользоваться.

*Пример из жизни.* Крым, раннее утро, полянка, сидит дедушка, глубокий старец. Состояние у дедушки необычное, на остальных он непохож. «Дедушка, что Вы здесь делаете?» – «Да ото ж, всю жизнь работал, теперь думаю». Лучше думать раньше. Зачем человек живет, и что он скажет Высшим Силам, когда его призовут к ответу? *Зачем жил, что хорошего сделал? Или всю жизнь было некогда? Рано или поздно жизнь заканчивается, и все равно придется отвечать, как Вы этой жизнью распорядились.*

***Все источники радости и счастья можно разделить на внутренние*** (ничего не происходит в этом мире, никто не угощает мороженым, не дарит цветы, а Вы чувствуете себя отлично, Вы счастливы) ***и внешние*** (что-то должно прийти из окружающего мира, чтобы Вам стало хорошо). В идеальном варианте, Вы и так хорошо себя чувствуете, но когда Вам говорят комплименты или дарят цветы, становится еще лучше.

***Внутренние источники.*** *Первое* – уважение к себе. Если у человека его нет, то он не знает, за что себя уважать, не знает, что такое внутреннее достоинство. Без уважения к себе жить тяжело, ругать себя – неприятно. Приятнее говорить о себе вежливо, просыпаться утром и слышать (пусть не слугу, а магнитофон): «Вставайте, граф, Вас ждут вели-

кие дела».

Какими именами человек себя называет? Если последними словами (неважно, что говорите сами себе), ваша Душа будет страдать, ей будет больно. *Когда вы называете себя уважаемыми именами, достойными словами – плечи распрямляются. Это ощущение внутренней силы.*

Немощному человеку, у которого жизни на две затяжки, тяжело чувствовать себя счастливым, ногу поднять на две ступеньки и то тяжело. Когда человек ощущает, что у него энергия бежит по телу, что он может преодолеть любые преграды (что захочет, то и получит), когда у человека раскрываются способности писать стихи или рисовать картины – это приятно.

Еще *более значимо – энергетические способности*: видеть то, что человек думает, что он чувствует, общаться с Высшими Силами. Нарботка внутренней силы – когда вы понимаете, что внутри вас рождается новая энергия, что вы становитесь другим и можете сделать себя тем, кем хотите. Большинство людей даже мечтать об этом не могут. Какими они родились, такими и умрут.

Идеальный вариант по использованию внутренних источников радости – научиться в совершенстве владеть собой,

входить в разные состояния. *Например*, артист. Он может перевоплощаться. Есть два основных варианта: можно изобразить, оставаясь внутри спокойным, а можно жить жизнью своего героя (влюбляться или быть генералом). Это техника. Человек понимает, что ему нужно, знает, что нужно сказать своему сознанию, подсознанию, знает, как нужно двигаться. Он входит в роль, ощущает себя по-разному (сегодня я буду д'Артаньяном, завтра сыграю Атоса).

Идеальный вариант – вы говорите: «Хочу радоваться», даёте своему сознанию команду и получаете результат. Зажигаете внутри себя те источники энергии, радости, которые нужны в данный момент. Великие артисты делают это хорошо, они могут жить жизнями разных людей. Конечно, когда приходится на сцене очень много страдать – приходится рано умирать. В радости жить можно долго.

Но, чтобы достичь счастья, нужно в совершенстве владеть собой (я вхожу в такое-то состояние), научиться изменять свой внутренний мир, свои качества, формировать в себе что-то новое. Для этого в эзотерике существуют техники: самовнушение, медитация, самоконтроль.

*Внешние источники радости. Наслаждение, когда Вы умеете общаться с Богом, это незабываемое впечатление в первый раз. Одно из самых важных событий в жизни, ко-*

*гда вы получаете дар Богов – чувства: дружба, преданность, любовь.* Вы чувствуете, знаете всем сердцем, что этот человек с вами на всю жизнь. Ничего говорить не нужно, вы рядом, и сердце поет.

Другая ситуация: женятся по любви, но вскоре прощаются – не сошлись характерами. Люди получают дар, но, если они не обучены правильно этим распоряжаться, обязательно что-то будет не так.

Люди разные – возникают противоречия и, если их корректно не устранять, случается конфликт, затем война, или кто-то должен наступать себе на горло. Но если постоянно подчиняться, можно рано умереть из-за того, что Душа не поет, а бесконечно страдает. *Нужно уметь грамотно отстаивать свою точку зрения и находить согласие.*

*Семья, друзья, любимое дело.* Если человек *становится Мастером*, то *каждое мгновение жизни доставляет ему радость*, и не обязательно, чтобы ему при этом пели дифирамбы. Даже если идет борьба с грозным противником, также можно получать наслаждение: «Раззудись плечо, размахнись рука». «Есть упоение в бою у пропасти ли на краю...»

*Одна способность – научиться ценить то, что вы имеете,*

наслаждаться происходящим. *Другая*, если чего-то не хватает в жизни, – научиться ставить цели, достигать их и перестать чувствовать себя несчастным. Задайте себе вопрос: за сколько Вы готовы продать свою руку, ногу, голову. Маловероятно, что захотите вообще.

А насколько Вы цените то, что имеете? Идете по парку: можно с головой погрузиться в проблемы, а можно наслаждаться пейзажем, думать о чем-то хорошем. *Если ситуация благоприятная – стать творцом своей жизни, неблагоприятная – стать воином*, научиться сражаться, достойно защищать свои интересы.

***Научиться управлять собой:*** хочу быть таким-то, и вы становитесь таким. Для этого нужно сделать правильный выбор и научиться формировать себя. Правильный выбор это что? В конечном итоге, это ***различение Добра и Зла, выбор пути Света, пути Развития.***

*Что делает вас несчастным?* Зло в Ведах – то, что вначале как нектар, затем как яд. Добро, наоборот – сначала как яд, затем как нектар. Наркотики – ах, как хорошо, приятно, а через несколько лет – страдания, смерть. Или физическое развитие: тело болит, вставать утром не хочется, но через несколько месяцев занятий в два раза больше энергии, животик начинает уменьшаться, изображение в зеркале уже

больше нравится, и болезни уходят. Движения заменяют любые лекарства, но ни одно лекарство не может заменить движение.

Тяжело изменять себя, но это дает соответствующие плоды. Очень легко катиться с горки (обкуриться, напиться), но за все это приходится расплачиваться. Нужно уметь выбрать, что стоит ценить в этой жизни, чтобы за это не нужно было расплачиваться.

*Сильный человек – тот, кто способен изменить себя и свою жизнь.* Не хватает зарплаты – поставил цель (найти более достойную работу), пошел, сделал. Не хватает образования – научился, не устраивает окружение – нашел новых людей, завоевал доверие и признание своим отношением, добрыми делами. Это может превратиться в дружбу, в чувства, если человек заслуживает. Средняя школа и вуз эти цели не ставят, это не их задача. Они готовят исполнителей: знать физику, математику, уметь собрать тот или иной прибор, написать программу.

Но если у человека нет понимания смысла жизни – зачем жить, зачем дышать? Появляются оправдания: воспитать детей, посадить дерево (тоже труд), построить дом (строите всю жизнь, а жить некогда). Средняя школа и вуз этому не обучают. Сначала учат родители. Каким образом? Своим поведением. Если они в такой-то ситуации привыкли ругать-

ся, вы тоже будете ругаться. Если вы считаете, что у вас много своих особенных мыслей, то назовите хоть одну, которая не отображена в учебниках, одну, которую вы сами придумали, а не взяли у родителей, друзей, из книг и телевидения...

*Когда человек понимает, что он сформирован окружающим миром, у него появляется ключ к изменению себя: «Надоели мне эти негативные программы, вот это мне нравится больше, это и возьму».* На кого равняться? Если хотите, чтобы Ваш мальчик стал олимпийским чемпионом, Вы отведете его к своим родителям, друзьям, знакомым, школьным учителям? Нет, к единственному мастеру, который готовит олимпийских чемпионов. Он способен, он специалист в этой сфере.

Но чаще, воспитывают людей не специалисты, своим, далеко не самым лучшим примером. Хотите знать, что вас ожидает? Посмотрите на родителей – примерно то же, *если не примете решений, которые сделают Вас сильнее и лучше.*

*Счастье в руках человека*, если он сделает это своей целью и постарается подойти к этому профессионально. Если человек что-то хочет, то он старается найти, где этому можно научиться. Духовные школы обучают: там, где Вы страдали – можете научиться самообладанию, где бились в истерике – воспринимать ситуацию с улыбкой.

*Сила человека* – можете ли Вы не дергаться, *быть спокойным* и расслабленным, когда все остальные злы, напряжены, можете ли избавиться от вредных привычек. *Сила, воля нарабатываются в преодолении*, а призывы по духовному развитию – это вся наша жизнь.

*Чтобы счастье стало нормой жизни* – необходимо избавление от страданий. А их несоизмеримо больше, чем радости. Догадываетесь, почему? Очень просто. Есть какой-либо вопрос, на него существует единственно правильный ответ, а ошибок превеликое множество.

Есть множество различных жизненных ситуаций и одно правильное решение, а неправильных – сколько угодно. Когда даете неправильный ответ, Вы страдаете. Поэтому так много причин для страданий. Чем меньше человек защищен, тем больше ему приходится страдать. «Кто мало видел, много плачет».

*Первая причина для страданий* – это *бесцельная жизнь*. Человеку очень трудно чувствовать себя счастливым, если он не понимает, зачем живет. Он для себя обосновал, что счастья в личной жизни быть не может (один раз попробовал, обманули) – личная жизнь закрыта. Друзья нехорошее слово сказали – друзья отпадают. Карьера – один раз попробовал устроиться, не приняли – на карьере крест. Физическое развитие – один раз разогнался, дальше трех метров не улетел –

все, спортсмен из меня не выйдет, жить незачем.

Что ожидает такого человека? Депрессии, всевозможные мании, психические заболевания. Сознание человека, интеллект не знают, для чего работать. Нет достойной цели, о которой нужно думать, анализировать ситуации, планировать. Думать не о чем, нет смысла в жизни, а работать нужно. Человек уходит в мир иллюзий или бьется от бессилия, потому что не может найти выход.

*Все источники энергии, которые есть в человеке, работают только тогда, когда понятно, зачем работать, в каком направлении думать, для чего давать силу человеку. Человек отличается от животного тем, что он развивается душой, становится умнее, глубже. Когда заканчиваются причины для жизни – человек умирает.*

В развитых странах есть четкая программа: получить образование, сделать карьеру, жениться, быть достойным гражданином и т. д. И люди по этой программе идут. В каждой стране свои особенности. В нашей стране раньше было легче – были идеалы, нравственные принципы (хорошие или плохие, но было на что равняться). Когда все разрушили: зачем жить – непонятно, люди тоскуют, быстрее умирают.

***Первая причина** для страданий, если человек так и не по-*

нял, кто он и для чего родился на этой Земле. Может быть зря, может, природа ошиблась? Еще хуже, когда человек даже не ищет цель. Он считает, что цель ограничивает свободу. Правда, что делать с такой свободой, он не знает.

**Второе:** если человек не выстроил самооценку, правильное отношение к себе – он себя не уважает, занимается самоедством, позволяет говорить о себе плохие слова. Он не знает, за что, каким образом себя уважать. У него вредные привычки (все знают, что вредно, но продолжают – плохо знают). Не было наглядного примера, чтобы принять ответственное решение.

*Пример тренинга.* Пора бросить курить. Нужно представить: Вы берете сигарету – серый, темный, вязкий, противный дым заполняет ваши легкие, впитывается в кровь, входит в сердце; кровь темнеет, распространяется по сосудам на все тело... Глубоко входим в образ и осознаем, что делает с человеком сигаретный дым. После нескольких очень подробных представлений понимаем, что тот, кто курит, стареет и умирает на 20 лет быстрее. Представляем, как отличаемся от идеала, и охота курить уменьшается. Это не просто, если другие курят.

Совершенно по-разному люди относятся даже к смерти.  
*Пример.* В древние времена нагорная борьба была частью

праздника. Насыпался курган, и самые сильные воины соревновались, кто останется на горе, кто победит. Все это было в честь погибшего человека, настоящего воина, чтобы он вошел в лучший мир, попал в рай. Другой вопрос, насколько это правильно. Но это был выбор самого человека.

***Несколько основных направлений***, чему нужно научиться, чтобы страдания покинули человека раз и навсегда. ***Первое – неуязвимость.*** Можете ли вы оставаться спокойным, уравновешенным, доброжелательным, корректным, когда все вокруг зеленеют, когда Вам говорят неправду, обидные слова. Если начинаете эмоционально реагировать – Вы проиграли, противнику это и нужно. Чем больше вы будете страдать, тем лучше будет чувствовать себя злодей. У него цель – вывести вас из себя, посмотреть, когда вы побледнеете и упадете с инфарктом. Ваш инфаркт – вершина его мастерства, легкие страдания – на три балла.

***Неуязвимость*** – это когда вы выстраиваете такое отношение к происходящему, что нет даже мотива переживать. Чтобы страдать, человек должен быть уверен – у него масса причин себя вести таким образом. То, о чем он переживает, не защищено от негативных проявлений жизни, от слов людей, тем более желающих зла (они могут у него это забрать).

Если то, что вы цените, лежит на поверхности – будете

страдать при виде каждой собачки. Если же самое ценное находится глубоко внутри, и вы это защитили, то мелкие потери не в счет – на войне как на войне.

Вы можете сохранять спокойствие, нет внутреннего мотива обижаться, расстраиваться, кричать. Вы понимаете, что каждая ваша эмоция будет работать против вас. Человек покричал, а вы без нервов, спокойно: «Вы закончили?» – «Да». – «А что же Вы хотели сказать?» Есть разные психологические приемы. Основная причина, почему люди болеют и умирают – это страхи и другие страдания.

*Пример.* Космическая станция. Потеряли один аккумулятор – есть второй, не раскрылась одна солнечная батарея – есть другая, какой-то прибор не работает – найдем замену. Но если выходит из строя центральный компьютер – это финиш.

Хотя бы потому, что нервничать вредно для здоровья, *нужно избавляться от агрессии, страхов, обид и прочих негативных эмоций.* Для этого выстраиваете четкое логическое обоснование, почему дергаться не нужно – каждая ваша ошибка отдает козыри в руки вашего противника или разрушает то, что вам дороже всего на свете.

С другой стороны, все равно будут оставаться эмоции, которые, как бы вы не хотели, периодически поднимаются.

Нужна власть над собой – самообладание. Если чувствуете, что поднимается волна (щеки начинают розоветь, глаза бегать) – «спокойно, спокойно, спокойно». И после пятой команды чувствуете себя спокойно. Когда успокоились, можно и говорить. ***Чтобы не страдать, нужно научиться быть неуязвимым.*** Сильного человека нельзя вывести из себя.

***Второе направление – очищение.*** Нечто уже произошло, и за вами тянутся хвосты (старые обиды, долги). С ними нужно попрощаться – принести извинения или компенсировать. Есть различные способы: работа в медитации, в Тонком мире, по прошлым жизням. Смысл в том, что если вы где-то неправы, то на вас висит долг и он будет вас мучить, пока вы не поймете, где были неправы.

Совершили преступление – чувство вины, страх, что, в конце концов, это всплывет. Очищение – вы знаете, как успокоить свою совесть и сделать это правильно, чтобы к вам не было претензий со стороны людей и со стороны Высших сил. ***Очищение сознания от страха, неуверенности, чувства вины, агрессии, зависти и т. д. – одно из условий счастья.***

***Следующее направление – безупречное, чистое поведение и дела.*** Научиться вести себя таким образом, чтобы все возможные неприятности сходили к минимуму. Если человек

не этичен, всегда есть множество поводов для конфликтов. Если он аккуратен в словах, к нему невозможно придраться, даже когда очень хочется. ***Научиться действовать чисто и идти к своей цели, не нарушая духовные и социальные законы, как можно меньше породить врагов.***

***И последнее направление – предотвращение неприятностей. Несчастье, еще не произошедшее, должно быть предотвращено.*** Вы обучаетесь предвидеть, просчитывать на психологическом уровне. Можно пользоваться медитативными техниками, когда человек, общаясь с Тонким Миром, понимает, что его ожидают те или иные неприятности. Кто предупрежден, тот защищен. Дальше нужно научиться выполнять такие-то действия, чтобы эти неприятности исчезли или коснулись вас только чуть-чуть.

Неприятностей много разных. Наиболее известное по рекламным объявлениям, например, родовое проклятие, когда вся семья умирает в течение года. В хорошем варианте это решается за час целителем-профессионалом – все живы, здоровы. Раньше помещики строили церкви, если священник помогал решить эту проблему. Можно научиться делать это самостоятельно.

***Счастье, сила, совершенство – сложные понятия и высокие цели.*** Но они достижимы, если над этим серьезно

работать. Чтобы стать счастливым человеком, этому нужно учиться. Если вы хотите чуть-чуть, достаточно и поучиться чуть-чуть.

*Если человек хочет получить счастье в полном объеме, и чтобы с каждым днем, месяцем, годом оно росло, а не оставалось на одном уровне, этому нужно учиться постоянно.*

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.