

ЕГОР ТИХОНОВ

НЕОТРАНСЕРФИНГ

(ТУПЕНЬ 1

ПОРЯДОК МЫСЛЕЙ

ИСПЫТАЙ НОВЫЙ ФОРМАТ ЧТЕНИЯ

В каждой главе книги QR – код на медитацию!

Егор Тихонов

Неотрансерфинг. Ступень

1. Порядок мыслей

<https://litres.ru/69921163>

SelfPub; 2023

Аннотация

Эта книга посвящена неотрансерфингу — мощному методу управления реальностью. Автор предлагает читателям эффективные инструменты, которые помогут достичь любых целей, и разъясняет, какую подготовительную работу следует выполнить, чтобы результаты не заставили себя ждать.

Читателям предлагается последовательно привести в порядок свои мысли и подсознание, научиться быть благодарными и только затем приступить к изучению техник по работе с силой мысли. Эти техники позволяют получить все, что мы хотим, ведь для Вселенной не существует ограничений — они есть только в нашем подсознании.

Особенностью книги являются медитации, которые дополняют каждую главу и позволяют перенести чтение на новый уровень, благодаря полному погружению в суть написанного.

Содержание

Предисловие	4
Глава 1. Разгребаем беспокойные мысли	6
Глава 2. Благодарность	20
Глава 3. Закон притяжения	34
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Егор Тихонов

Неотрансерфинг. Ступень

1. Порядок мыслей

Предисловие

Давайте кое в чем признаемся друг другу:

1. Все мы хотели бы управлять реальностью, а не просто слепо следовать своей судьбе. У каждого из нас есть мечты, к исполнению которых мы стремимся, и цели, которых мы желаем достичь. Один банально хочет воплотить «русскую мечту»: дорогой автомобиль, комфортная квартира, уютная дача неподалеку от города. Другой мечтает встретить любовь всей своей жизни или обрести крепкое здоровье. Некоторые жаждут популярности, признания или, быть может, даже власти. А кому-то достаточно гармонии в душе и ощущения счастья в сердце.

2. Каждый из нас наверняка догадывался, что мы способны управлять своей жизнью. Вы ведь тоже не раз замечали кое-что любопытное? Например, очень часто сбывается именно то, чего мы сильно боимся либо не хотим. Или же, наоборот, на пике эмоционального подъема, когда мы на 100 % уверены в своих силах, цель неожиданно начинает претво-

ряться в жизнь максимально легко. Мы прикладываем минимум усилий, а весь окружающий мир нам как будто помогает в ее осуществлении. А вам знакома такая ситуация: вы впервые в своей жизни слышите новое слово или песню, и уже буквально на следующий день они встречаются вам вновь. Возможно, вы имели дело с теорией двойных событий, когда что-то долгое время никак не получалось и вот наконец-то свершилось, а на следующий день еще раз.

Да, практически все можно списать на то, что наш мозг был сфокусирован на определенном событии, но, проанализировав ситуацию, мы все же начинаем считать это какой-то мистикой.

Но, друзья, здесь нет никакой мистики. Таким образом Вселенная напоминает нам о том, что мы являемся частью абсолюта и бесконечной энергии, из которой создано все в этом мире. И чем глубже наша осознанность и понимание данного факта, тем резче нас периодически выбрасывает на другую сторону бытия. Порой жизнь делает это довольно грубо, и мы в сердцах кричим: «за что?», в то время как правильное было бы задать себе вопрос «для чего?». И если уж мы являемся частью этой энергии, значит, у нас есть способность менять существующую реальность.

Глава 1. Разгребаем беспокойные мысли

Вы можете получить от Вселенной абсолютно все, что только пожелаете. Но я хочу забежать немного вперед и предупредить: истинные чудеса (которые вскоре станут для вас таким же непреложным фактом, как законы физики) происходят лишь в случае достижения вами гармонии тела, души и разума. И я неспроста первым упомянул тело. Именно оно дано вам с рождения, чтобы вы могли двигаться в сторону желанной мечты или цели. На печи лежать не получится. Хотя, безусловно, после знакомства с неотрансерфингом вам больше не придется пробиваться сквозь бесконечные препятствия и стучаться в закрытые двери. Все начнет реализовываться легко и просто, двери таинственным образом будут открываться сами, в жизни станут появляться нужные люди и происходить события, приближающие вас к результату. Вселенная будет способствовать осуществлению ваших стремлений, стоит лишь руку протянуть. Напомню старый анекдот про еврея.

Р. С. Особо впечатлительным советую относиться к анекдотам, в которых упоминаются какие-либо национальности, с иронией, ведь порой в них заключен глубокий смысл. И заодно напомню, что каждый видит в любом событии то, что

хочет видеть. А теперь задумайтесь, держа в голове последнее предложение, почему богатые богатеют, а бедные беднеют. То-то и оно: секрет в мышлении. И в этой книге мы собираемся упорядочить ваши мысли, дорогой читатель. Но вернемся к анекдоту:

Старый еврей попадает в рай и обращается к Богу:

– Господи, я молился тебе каждый день, чтобы ты сделал меня богатым, но ты так и не услышал меня.

– Сын мой, я каждую неделю посылал тебе знаки судьбы. В какой-то момент я даже отправил к тебе кассиров, предлагавших просто купить лотерейный билетик, и ты бы сорвал джекпот, но, увы, ты и этого не сделал.

Чувствуете разницу? Многие авторы книг, посвященных осознанности и силе мысли, предлагают вам сказку про Ваньку, лежащего на печи, любые желания которого исполняются легко и просто, без минимальных усилий с его стороны. Но если бы Вселенной был угоден именно такой расклад, то она бы воплотила нас в другой форме жизни, а не сделала нас людьми и не подарила бы нам тела.

Да и признайтесь, сам путь к цели – это отдельное удовольствие. Когда получается все, что бы вы ни делали, вы наслаждаетесь не только конечным результатом, но и самим процессом его достижения.

И вот вы тоже захотели окунуться в этот столь приятный процесс и ощутить в своих руках результат. Возможно, многие из интересующихся темой, поднятой в этом издании, уже прочли немало других книг, посвященных тем же вопросам, но реального результата при этом добились от силы 3 %. Дело тут не в том, что большинство представленных на рынке изданий попросту неэффективны. Напротив, многие из них дают действительно рабочие инструменты. Но чего я не нашел, прочтя полсотни книг подобной тематики, так это полноценно раскрытого концепта осознанности.

Смотрите, ежедневно с момента пробуждения и вплоть до отхода ко сну в нашей голове проносится бесконечное количество мыслей. Порой эта цифра может достигать 60 000, вы только вдумайтесь! А ведь именно от того, как мы мыслим, зависит наша реальность. Неотрансерфинг берет свое начало из классического трансерфинга реальности. Давайте вспомним 7 его базовых принципов:

1. Мир, как зеркало, отражает ваше отношение к нему. Все то, о чем вы думаете сегодня, является причиной вашей удачи или неудачи «завтра». Этот принцип можно описать всего лишь тремя словами: мысли создают реальность.

2. Отражение формируется благодаря единству души и разума. Но применительно к неотрансерфингу для получения максимально гармоничного ответа, которого вы желаете достичь, я расширил этот принцип до единства тела, души и разума. Тело действительно играет большую роль в привле-

чении изобилия в нашу жизнь. Несомненно, если единство души и разума крайне сильно, оно сможет на какое-то время «подвинуться» на второй план. Но задумайтесь, недаром же различные народы создали такие практики, как йога и ее направления, цигун и т. д. Работая с телом, мы усиливаем нашу энергетику. И обратный процесс: вследствие усиления нашей энергетики тело начинает преображаться, болезни уходить, общее самочувствие улучшается. Здесь наблюдается прямая зависимость.

3. Дуальное зеркало реагирует с задержкой. В неотрансерфинге мы сможем максимально сократить эту задержку. Но сделаем это без фанатизма. Вам же не нужно, чтобы, например, стоило лишь подумать о слоне, как он мгновенно оказывался бы прямо в вашей квартире? Понимаете теперь, чем зеркало Вселенной отличается от обычных зеркал, которые мгновенно отражают нас? Вышеприведенный пример вполне конкретно отвечает на этот вопрос.

4. Зеркало просто констатирует содержание отношения, игнорируя его направленность. Вселенной все равно, что вам дать. Для нее нет вещей со знаком плюс или минус. Это мы, люди, придаем событиям и вещам эмоциональную окраску. При этом не забывайте: что плохо для одного, для другого может оказаться большим благом.

5. Внимание необходимо сфокусировать на конечной цели, как будто она уже достигнута. Именно поэтому я несколько раз упомянул о важности единства тела, души и

разума. Вы должны всем своим существом ощущать реализацию желаемого. А само тело привести в порядок. Я сейчас не имею в виду, что вам следует добиться атлетического телосложения. Однако энергия гораздо лучше курсирует по чакрам, расположенным вдоль позвоночника, когда мы ведем правильный образ жизни. Едим здоровую пищу, не пичкаем себя знакомыми каждому взрослому человеку токсинами во время перерывов на работе и по долгожданным пятницам. Проводим как можно больше времени на природе, в лесу, дышим свежим воздухом. Давая телу умеренную физическую нагрузку и заботясь о нем, мы усиливаем нашу энергетику. Помните золотые слова? В здоровом теле – здоровый дух.

6. Отпустить свою хватку и позволить миру двигаться по потоку вариантов. Это будто игра с бабочкой. Помните, как, будучи ребенком, вы могли целый час бегать за ней, но так и не поймать. А стоило вам полностью отпустить ситуацию, освободиться от переполняющих вас эмоций и прекратить попытки силой схватить ее, как вы протягивали ей руку – и бабочка сама, без всякого принуждения, садилась на нее. Да, порой нам удавалось поймать ее силой, но радовал ли нас тогда результат? Красивая пыльца в таком случае часто сразу же опадала с нежных крылышек, или мы могли и вовсе, хоть и нечаянно, повредить их. И такой результат нас уже не просто не радовал, а наоборот, разочаровывал.

7. Всякое отражение воспринимать как позитивное. Если

у вас получилось достичь желаемого – это хорошо. Не получилось – тоже неплохо. Как бы то ни было, конечный результат подарит вам гораздо больше положительных эмоций, чем вы думаете. Воспринимайте жизнь как увлекательное путешествие. И даже если что-то сильно омрачило ваш день, а может быть, месяц или целый год, не выгоднее ли отнестись к этому философски? Страдания вам ничего не дадут, в то время как восприятие любой ситуации в позитивном ключе подарит новые, возможно, даже судьбоносные инсайты, которые могут в корне изменить вектор вашей жизни, указав путь к счастью и процветанию.

По-моему, данные принципы – это квинтэссенция существующей литературы, посвященной силе мысли. Поняв их и проработав, можно добиться абсолютно всего, чего вы только пожелаете. Именно из-за недостаточной осознанности читатели не помнят про все эти принципы и вновь погружаются в «сон наяву», продолжая крутиться, словно белка в колесе, полностью забывая о своей причастности к бесконечной энергии мироздания и превращаясь в роботов, действующих на автопилоте.

Что же это за осознанность такая? Постараюсь ответить кратко и ясно, по пунктам:

1. Единство тела, души и разума. Выше, в пункте 2 базовых принципов классического трансерфинга, я заострил внимание на нашем теле. Что же касается согласия между душой и разумом при осуществлении желания, вам помога-

ет сила, которую в трансерфинге называют внешним намерением. Она материализует тот сектор в бесконечном потоке вариантов, который соответствует вашему образу мыслей и воплощает ваше желание в реальность.

Если же вы по-настоящему сильно чего-то хотите, но запрягаете себе это, приводя «якобы разумные, логичные доводы», или упорно пытаетесь себя в чем-то убедить, испытывая при этом внутренний дискомфорт и сопротивление, – то ничего не получится. Когда разум говорит об одном, а Душа просит другого, да и тело при этом вместо приятных мурашек или бабочек в животе проявляет явные признаки отторжения, – образ цели получается размытым, и она не может быть достигнута.

В современном мире наш разум очень часто поддается влиянию систем-маятников и устремляется к чужим целям. В результате мы становимся буквально рабами рекламы и самыми настоящими жертвами маркетинга. Постепенно и вообще забывая о своих истинных желаниях и потребностях Души, мы перестаем слышать ее тихий голос и окончательно загоняем себя в рамки текущей моды, ставя перед собой очередные препятствия. В конечном счете мы превращаемся в подобие зомби в человеческом обличье, а со временем постепенно утрачиваем и его.

2. Упорядоченность мыслей. Мысли по своей природе хаотичны и могут буквально в одно мгновение повлиять на смену нашего настроения – из эйфории вогнав нас в тоску и уныние. А теперь представьте, что вы находитесь в состоянии полного умиротворения. Вы словно пустой сосуд: в голове нет ни одной мысли, лишь тотальное растворение в текущем моменте и слияние с окружающим миром. Возможно, вы испытывали нечто подобное, когда отдыхали где-то на природе вдали от города, например, во время прогулки по лесу, или это случалось с вами, когда вы, расслабленные, лежали на spa-процедуре, позволяя подарить самим себе эти минуты и ни о чем не думать. Тогда все тревоги и заботы покидали вас.

Порой в такие моменты кажется, будто время остановилось. Расскажу вам один случай из жизни моей ученицы. Она долгое время мечтала попасть на море, хотя бы в среднебюджетный отель Турции. Но денег ей хватало лишь на текущие ежемесячные расходы. Благодаря моему наставничеству уже через пару месяцев ее повысили, выдали ей солидную премию и дали долгожданный отпуск. Недолго думая, моя ученица выбрала тур своей мечты, да еще и купила его по цене практически в два раза ниже обычной, попав на выгодную акцию, и счастливая улетела отдыхать. Ее будоражило все происходящее: трансфер до аэропорта, сам аэропорт, посадка на самолет и, конечно, полет. А уж когда она призем-

лилась и оказалась в отеле, то и вовсе впала в эйфорию – так позже ученица описывала мне свое состояние. Когда она утром пришла на море, тем самым исполнив свою давнюю мечту, ей показалось, будто весь мир у нее в руках и нет больше ни тревог, ни забот, ведь теперь она сама кузнец своего счастья. Все пугающие мысли вмиг упорядочились, и время словно остановилось. Возможно, это совпадение, но ее часы тогда отстали на полтора часа – ровно на то время, пока она была на берегу, но стоило ей уйти с пляжа, чтобы подкрепиться в ресторане, как они вновь пошли.

3. Разумный «автопилот». Многие сейчас, наверное, пребывают в шоке от того, что теперь им придется ежедневно отслеживать более 60 000 мыслей в своей голове, и одно это уже вызывает тревогу. Но не бойтесь, мои уважаемые читатели, на то Вселенная и наделила нас не только позитивными, но и негативными чувствами. Ориентируйтесь на них. Чувствуете себя счастливыми, полными радости, приятного предвкушения и вообще в ресурсном состоянии? Поздравляю, вы двигаетесь в правильном направлении! Если же вы испытываете тоску, подавленность, грусть, то и в этом случае я вас поздравляю! Ведь если вы поразмышляете, то согласитесь с тем, что иметь все эти триггеры здорово, чтобы вовремя «проснуться» и настроиться на позитивный лад. Как вам такой подход? Рассматривать эти негативные эмоции не как что-то неприятное, а как дар Вселенной, благодаря которому мы можем правильно управлять своей жизнью и сделать ее

счастливой во всех проявлениях.

Подобный подход с опорой на внутреннее состояние действительно очень эффективен. Но в какой-то момент я решил еще больше все упростить. Я захотел внедрить в подсознание автопилот, который был бы настолько разумным, что мог бы самостоятельно переключать ход наших мыслей на позитивный. И для создания этого автопилота к нам на помощь вновь спешит осознанность.

Итак, как именно я предлагаю вам достичь осознанности? Дорогие читатели, я долго размышлял над этим и на своем личном опыте убедился, что наилучший путь – это регулярные медитации. Однако данный вариант подходит не всем: некоторым он кажется сложным, кому-то просто не хочется погружаться в эту тему, а у кого-то не хватает терпения на регулярные занятия. Как же быть?

Ответ пришел случайно в один из обычных дней. Накануне у меня была особенно глубокая медитация. Я словно ощутил себя частью единой энергии Вселенной. И она начала подавать мне знаки, точнее, практически закидывать меня ими.

Помните пункт 6 из базовых принципов трансерфинга?

Я «плыл в потоке вариантов» и прислушивался к окружающему миру, к знакам и символам, к словам случайных прохожих. Черда незначительных, на первый взгляд, событий может привести вас к выходу из лабиринта – к достижению

вашей цели. И вот на следующий день после медитации меня стало буквально преследовать слово «QR код». И я не стал игнорировать этот знак.

Весь вечер я размышлял о том, почему я получил именно это сообщение, какой вывод мне нужно сделать? И у меня случился инсайт. В одно мгновение я стал автором новой технологии – технологии, которая позволит вывести процесс чтения на совершенно новый уровень, за его привычные рамки, предоставляя возможность максимального погружения в текущий момент.

В конце каждой главы данной книги я разместил QR-код, который ведет на соответствующую D-медитацию в онлайн-подкаст. И вот вы не просто перелистываете страницы, а проникаете в суть всего написанного, погружаясь в медитацию. И так в каждой главе. Чтение превращается в осознанный процесс, а информация усваивается в разы эффективнее.

D-медитация – это мой второй инсайт, который случился буквально спустя пару минут после первого и трансформировался во вторую технологию, которую я привнес в этот мир. Суть D-медитации (что означает *determination meditation*) – обрести решимость.

А твердая решимость получить желаемое, а не просто слепая вера в успех, пожалуй, один из главных ключей неотрансерфинга на пути к изобилию и счастливой жизни, наполненной во всех ее проявлениях. Включение данных

медитаций, разработанных на основе нейролингвистического программирования (НЛП), нейропсихологии и ASMR, в неотрансерфинг стало прорывом в области эффективного привлечения в свою жизнь желаемых благ даже для новичков.

Как видите, я не покорял вершины, затрачивая при этом колоссальное количество энергии, а просто шел своим путем, наслаждаясь процессом, поскольку мои тело, душа и разум находились при этом в полной гармонии. По данному пути меня вела сама Вселенная, и так как я не игнорировал подаваемые мне знаки, то в итоге пришел к результату, к которому и стремился. У меня была железная решимость и не было ни капли сомнений. Я воспринимал этот результат как достигнутый еще до того, как получил подсказки Вселенной.

Что касается моей книги по неотрансерфингу, эти две технологии – D-медитация и «дрифт совмещение» (как я его назвал) с цифровым аудиофайлом при помощи QR-кода – показали невероятные результаты.

В таком виде я дал опробовать неотрансерфинг 10 своим лучшим ученикам, и все они отметили, что пробили потолок своих возможностей и несмотря на то, что к этому моменту успели, благодаря моему наставничеству, добиться успеха уже во многих жизненных сферах, целый месяц находились под впечатлением от того, насколько возрос их потенциал (большинство продолжает пребывать в приятном удивлении и сегодня).

Ну, не хочу вас больше томить, дорогие читатели, и предлагаю прямо сейчас начать упорядочивать ваши мысли, опробовав первую из вышеописанных медитаций. Именно с упорядочивания хаоса – бесконечного потока беспокойных мыслей в вашей голове – и начинается путь к осознанности, после достижения которой работа с силой мысли поделит вашу жизнь на «до» и «после». Итак,

1. Уединитесь в тихом месте, где вам никто не будет мешать. В идеале наденьте наушники и примите удобную для вас позу.
2. Возьмите в руку ваш телефон.
3. Откройте камеру и отсканируйте QR код, указанный ниже.
4. Наслаждайтесь процессом здесь и сейчас. И пусть весь мир подождет.



А если у вас нет возможности отсканировать QR код, ничего страшного. Вселенная припасла для вас миллион других вариантов получить желаемое. Например, вы можете воспользоваться этой ссылкой: <https://t.me/medibiblioteka>

Глава 2. Благодарность

Как вы поняли, благодарность – это очень действенный инструмент.

Благодарность – одно из самых мощных и сильных чувств, которое вы можете использовать для привлечения изобилия, процветания и благополучия в вашу жизнь. Независимо от того, кто вы и где находитесь, в каком вы положении и как обстоят ваши текущие дела в той или иной сфере.

Благодарность устраняет любой негатив из вашей жизни. Сакральный закон благодарности стоит во главе угла всех способов привлечения высоких энергий. В неотрансерфинге одним из важнейших принципов является единство тела, души и разума. Благодарность должна идти от чистого сердца, необходимо, чтобы, выказывая ее, мы испытывали приятное тепло в области солнечного сплетения.

Тип вибраций и частоту энергии определяют ваши мысли и чувства. Сосредоточив их на благодарности, вы преобразуете частоту вашей энергии в более мощные и сильные вибрации. Перед тем как я подробнее расскажу о предлагаемом мной уникальном инструменте, хочу поделиться с вами результатами одного исследования, проведенного в США. Итак, предметом изучения группы ученых были па-

циенты, проходившие реабилитацию после трансплантации внутренних органов. Их разделили на две контрольные группы. Больные, попавшие в первую группу, вели дневник, в котором описывали свое внутреннее состояние, испытываемые чувства и ход процесса восстановления. Оказавшиеся во второй группе вели такой же дневник, но дополнительно каждый день записывали в него пять благодарностей. Ученые попросили этих пациентов, лежащих в больнице в не самом хорошем состоянии, отслеживать пять моментов, вызвавших у них чувство признательности в течение дня.

Определенные результаты стали известны уже спустя три недели. Входящие в первую группу больные отмечали либо незначительное улучшение своего состояния, либо полное его отсутствие. Они продолжили свою реабилитацию в стационаре. Что же касается второй группы, то пациенты показали гораздо больший прогресс в процессе восстановления. При этом 10 % из них и вовсе выписали для продолжения реабилитации уже в домашних условиях. Благодарность и вправду творит чудеса.

Если вы больны и почувствовали даже небольшое улучшение в своем состоянии, поблагодарите Вселенную, и в ответ она поможет вам еще быстрее справиться с вашим недугом. Нашли случайные деньги в кармане? Всем сердцем почувствуйте благодарность, и со временем вы получите еще боль-

ше материальных благ. Это касается абсолютно всех сфер жизни, даже таких тонких, как отношения, дружба и любовь.

Хочу поделиться с вами историей одной девушки, которая обратилась ко мне в период, когда ее брак оказался на грани краха. В целом это была довольно стандартная ситуация. Счастливые, полные эмоций и любви отношения после рождения ребенка и покупки квартиры в ипотеку свелись к сложному и, как сейчас модно говорить, душному быту. Более того, на интуитивном уровне девушка чувствовала, что с каждым днем ее любимый муж все больше отдаляется от нее, а в его голове все чаще мелькает образ другой женщины.

Тем не менее в процессе нашей беседы я понял, что оба родителя вносили равноценный вклад в воспитание сына, а быт, с моей точки зрения, был по-честному распределен между супругами. Да, ссор на бытовой почве прибавилось с появлением ребенка и ипотеки, но они не были критичными. Кроме того, с сексуальным аспектом совместной жизни все было более-менее нормально, хоть муж постепенно и становился не таким чувственным, как раньше. В какой-то момент во время нашей онлайн-консультации девушка с особой горечью сказала, что муж теперь уделяет ей гораздо меньше внимания, и подарки, даже символические, дарит все реже и реже.

В ответ я спросил ее:

– А что именно он подарил вам в последний раз?

– Это было два месяца назад. Какая-то жалкая упаковка жвачки «Love is», помните, те самые, в которых еще всякие фантики попадают с цитатами про любовь...

– А вы не думали, что ваш муж сделал вам пусть маленький, но комплимент, вложив в подарок свой особый смысл, что не свойственно большинству мужчин?

– Об этом я как-то и не подумала...

– Ну вы хотя бы сказали мужу «спасибо» и что вам приятно, возможно, поцеловали его в ответ?

Девушка застыла на несколько секунд и ответила:

– Нет, я по-доброму посмеялась и пошла дальше заниматься домашними делами, положив эту жвачку на обувницу, и еще сказала ему, что через полчаса ужин.

На долю секунды я словно оказался в голове ее мужа: очередное разочарование, чувство нарастающей пустоты, внезапное воспоминание об искренней улыбке и легком касании руки новенькой коллеги по работе, которая поблагодарила его за какую-то незначительную пятиминутную помощь в составлении отчета. Вернувшись в реальный мир, я предложил своей клиентке сразу после этого сеанса начать благодарить мужа за каждую, даже совершенно несущественную мелочь. Но делать это искренне, от чистого сердца, не пытаясь заискивать перед ним.

Спустя полтора месяца девушка вновь пришла ко мне на онлайн-консультацию. Ее глаза светились от счастья, она вся

словно сияла. Клиентка рассказала, что делала все в точности так, как я ей предложил. Уже через две недели муж заметно потеплел к ней. Через месяц он стал таким же, каким был в первые месяцы их романтических отношений. А за день до этой самой консультации он подарил жене автомобиль ее мечты. Итак, дорогой читатель, мне все еще стоит убеждать тебя в могущественной силе благодарности?

А теперь подумайте, если обычный человек, почувствовав искреннюю благодарность, адресованную ему, готов подарить автомобиль, что может предложить тебе в ответ на это поистине волшебное чувство Вселенная? На всякий случай напомним, что у нее вообще нет никаких ограничений, стоит лишь протянуть руку. Мы являемся частью абсолюта, а значит, и ее частью. Представьте, что вы можете получить все, о чем мечтаете, ведь Вселенная породила и любит каждого из нас. И даже тот негатив, который вы порой испытываете, она тоже подарила вам с безусловной любовью. Не забывайте: для Вселенной не существует плюсов или минусов. Она дает вам все, что вы притягиваете своими мыслями. Именно поэтому все зависит только от вас.

Большинство людей не понимает, что благодарность – это одна из самых мощных вибраций энергии, с которыми вы когда-либо будете сталкиваться. И давайте еще раз вспомним: всегда, в любой ситуации, есть масса вещей, за которые мож-

но быть благодарным. Во время консультаций я часто слышу от клиентов: «У меня столько проблем, мне не за что быть благодарным».

Серьезно? Если вы не способны найти, за что можно быть признательным, если вы не испытываете благодарности за простые повседневные вещи, которые происходят в вашей жизни, это значит, что вы сбились с пути и погрязли в своих проблемах. Но я очень хочу, чтобы вы на 100 % осознали, насколько огромные выгоды приносит благодарность. Повторюсь: все, за что вы признательны Вселенной, преумножается. Когда вы говорите спасибо за деньги, которые у вас есть, то сколько бы их у вас ни было, будет больше. Если речь о здоровье – ждите улучшений в этой области. Я лично знаю случаи исцеления от считающихся неизлечимыми болезней только лишь благодаря этой технике. Когда вы признательны за любовь и дружбу, которые есть в вашей жизни, и то, и другое становится крепче. Благодарность – одна из сильнейших вибраций успеха. Поэтому просто необходимо ежедневно испытывать это чувство.

Но как не забывать делать это изо дня в день? Расскажу вам еще одну историю моей клиентки. Она обратилась ко мне из-за внезапно проявившегося у нее дерматита. Чтобы было понятнее, я увидел на экране крайне эффектную и красивую девушку, для которой проблемы с кожей стали очень

сильным ударом. Врачи из кожнодиспансера назначили ей гормональные мази, оказавшиеся эффективными, но лишь в первый месяц. Впоследствии проблема усугубилась. Выслушав ее, я вспомнил фильм о силе мысли, с которого началось мое знакомство с данным направлением. В одном из эпизодов говорилось, что сын главного героя тяжело заболел, и отец попросил своего наставника прислать ему в Африку из США камни благодарности. Тот проникся проблемой и решил помочь. Он спустился вниз по реке, чтобы найти самые интересные и красивые на его взгляд камни, и, собрав несколько подходящих, отправил их своему ученику вместе с наставлением: каждый день носить эти камни с собой и, беря их в руки, благодарить Вселенную за все, что у него есть в данный момент. Спустя полгода болезнь отступила, а отец выздоровевшего мальчика после той истории собрал в своей стране уже более 1000 похожих камней на берегу местной реки. Каждый из них он продал за 10 \$, а вырученные деньги пожертвовал на борьбу со схожей болезнью.

Я предложил своей клиентке сделать нечто подобное. Приехать на берег ее любимого пляжа и найти камень, который с первой секунды привлечет ее внимание, забрать его и постоянно носить с собой. И как только ее рука касалась бы этого камня, согласно моим наставлениям, она должна была благодарить Вселенную за все, что имеет – начиная от зубной пасты и заканчивая ее любимым коттеджем в элитном

поселке. Несмотря на то что она полностью прекратила принимать все лекарства, которые все равно больше не помогали, через месяц болезнь полностью отступила. Ее кожа вновь стала идеальной, настроение нормализовалось, и спустя какое-то время моя клиентка подарила этот простой с виду камень благодарности на день рождения своей подруге, одной из самых богатых девушек города, не забыв при этом поведать той свою удивительную историю. Вроде бы обычный камень, не бриллиант, но подруге он тоже впоследствии помог, только это уже совсем другая история.

Прямо сейчас я предлагаю вам на секунду отвлечься и поблагодарить Вселенную как минимум за то, что вы сегодня проснулись, ваши глаза видят эти строки, за сам факт обладания данной книгой. Да даже за то, что у вас есть крыша над головой, еда, друзья, руки и ноги, разум в конце концов...

Если вы освоите практику благодарности и сделаете ее своей привычкой, то все аспекты вашей жизни начнут преобразовываться. И тогда вы обретете невероятное ощущение внутренней гармонии, почувствуете, что жизнь прекрасна, пусть и неидеальна, а у кого она идеальна? Таких людей просто не существует. В жизни всегда есть повод быть счастливым и всегда можно найти повод быть несчастным. Трудности и проблемы никуда не исчезнут до достижения вами состояния абсолютной осознанности, но моменты, за которые стоит поблагодарить свою жизнь, тоже всегда под рукой, рядом

с вами!

Я хочу предложить вам выработать привычку благодарить: на протяжении последующих трех недель периодически замирайте на мгновение и испытывайте благодарность за что-либо хотя бы 3 раза в день (не имеет значения, за большое или малое). Знаете, что произойдет, когда вы приобретете такую привычку и это станет вашим повседневным ритуалом? Вы увидите, что можете говорить спасибо гораздо чаще, чем думали, у вас появится множество поводов делать это. А что потом? Благодарность станет силой, которая притягивает к вам и приумножает все то, за что вы признательны, и мощной вибрацией, отражением вашего успеха и процветания. Разве не этого вы хотели? Счастья и успеха, жизни, наполненной изобилием? Так сделайте благодарность частью ваших будней уже сегодня, прямо сейчас. В эту конкретную минуту скажите Вселенной спасибо за только что полученную информацию и за то, что теперь вы знаете секрет и силу этого величайшего чувства.

Давайте закрепим полученные знания при помощи очень простого, но невероятно действенного инструмента – дневника благодарности. Возможно, вы уже слышали о нем, но я предложу свой вариант, еще более мощный и эффективный, по опыту моих учеников. Но прежде чем начать вести этот волшебный дневник, вы должны внести в него каплю соб-

ственной энергии. Украсьте его обложку декоративными яркими звездами или иными символами, которые вам нравятся. Нарисуйте на первой странице тотем, что сделает дневник поистине мощным артефактом. Это может быть просто лепесток лотоса как, например, у меня, или что-то значимое именно для вас.

Теперь я предлагаю разделить ваш дневник на три части:

1. В первой записывайте, за что вы благодарны Вселенной прямо сейчас, в данную минуту.

2. Примерно в середине положите закладку. Там мы будем фиксировать благодарность, испытываемую за как будто уже свершившиеся мечты. Допустим, вы давно мечтали найти спутника жизни. Но давайте вновь вспомним один из принципов трансерфинга реальности. А именно то, что крайне важно не просто хотеть чего-либо или мечтать об этом в свое удовольствие, но у вас должно быть твердое намерение получить желаемое без каких-либо колебаний. ваше тело должно полностью принять это как уже свершившийся факт.

По ходу чтения этой книги вы будете все больше погружаться в неотрансерфинг, а я постепенно буду давать вам все более мощные инструменты для достижения этого самого чувства осуществившейся мечты. Но даже без этих инструментов вам в любом случае помогут мои авторские D-медитации.

В процессе их проведения у вас будет возникать стойкое

чувство, что вы уже воплотили свое «намерение иметь» в реальность: как будто вы смотрите в зеркало Вселенной и видите, что отражение постепенно проявляется. В этот момент необходимо переключиться на другие дела и мысли. Вам не нужно контролировать это проявление, Вселенная прекрасно все сделает за вас. Гораздо более эффективным шагом будет отразить в середине дневника сразу же после такой медитации вашу благодарность Вселенной. Пишите, будучи полными вдохновения, что нашли своего любимого и любящего вас человека и счастливы. Таким образом вы можете делать абсолютно со всеми своими целями в жизни.

3. В конце дневника благодарности давайте оставим немного места, скажем 10–15 %. Кстати, не волнуйтесь о размере дневника. Даже если в первом закончится место, никто вам не запрещает завести второй.

Итак, в этом третьем разделе я хочу предложить вам сделать следующее. Раз в 2–4 недели или же, когда будет возникать спонтанное сильное желание, записывайте то, за что вы особенно благодарны Вселенной. Делайте это красной ручкой, вкладывая в написанное всю силу своих эмоций. Здесь я рекомендую фиксировать то, что уже материализовалось в вашей жизни и вызвало особенный отклик. Даже если таких моментов пока что нет, вспомните что-нибудь из прошлого. Или выберите те, которые считаете просто более ценными, чем другие. Порой даже самая обычная прогулка со стакан-

чиком вкусного кофе в руке или домашнее чаепитие могут вызвать в нас очень теплые чувства, пусть и по непонятным нам причинам. Не забывайте про это. И про то, что за такие пустяки также важно испытывать чувство благодарности.

Ну вот я и рассказал вам обо всех ключевых аспектах столь сильного чувства, как благодарность, а значит, пора переходить ко второй медитации. Однако в завершение данной главы я решил все же дать вам несколько сильных аффирмаций. Проговаривая их вместе с тем, за что вы благодарны Вселенной в текущий момент своей жизни, вы достигнете поистине колоссальных результатов в области исполнения абсолютно любых своих желаний с помощью силы мысли. Итак, вот, по моему мнению, наиболее сильные аффирмации:

- Благодарю Вселенную за то, что я есть!
- Благодарю мир за принятие!
- Благодарю своих родителей и предков!
- Благодарю себя за то, что я есть!
- Благодарю за эту жизнь!
- Благодарю за этот момент!
- Благодарю за то, что я вижу и слышу вокруг себя!
- Благодарю за это утро!
- Благодарю за тишину и покой!
- Благодарю за солнце, благодарю за небо!
- Благодарю за мое здоровое тело!

- Благодарю за любовь, которую получаю и дарю!
- Благодарю за возможность!
- Благодарю за свободу!

На самом деле этот список можно продолжать и продолжать, в любой момент вы можете дополнить его своими собственными аффирмациями, которые исходят из глубин вашей души. А теперь давайте перейдем ко второй медитации.



Также оставляю ссылку на нее, на случай, если у вас не будет возможности отсканировать QR-код: <https://t.me/meditsad>

Глава 3. Закон притяжения

Хочу сразу отметить, что название данной главы не имеет никакого отношения к закону тяготения Ньютона из школьной программы. Здесь мы будем говорить о законе притяжения желаемого силой мысли. По сути, этот закон можно описать всего лишь тремя словами: мысли формируют реальность. Работает он независимо от того, верите вы в него или нет, принимаете вы его или пытаетесь опровергнуть. Этот закон просто существует, так же как и тот факт, что Земля является круглой. А ведь когда-то в эпоху Средневековья данное заявление могло стоить вам жизни, людей казнили за подобные «еретические» суждения. Возможно, со временем ученым удастся объяснить и закон притяжения силой мысли, и тогда уже ни одному здравомыслящему человеку не придет в голову пытаться его каким-либо образом отрицать.

Стоит отметить, что первые подтверждения действия этого закона появились еще в начале XIX века. Все началось с эксперимента, проведенного английским ученым Томасом Юнгом. Я не буду сильно углубляться в дебри квантовой физики. Скажу лишь, что в ходе опыта выяснилось, что каждая частица или квантовая сущность может вести себя и как частица, и как волна в зависимости от присутствия наблюдателя. Что же это за наблюдатель такой и как он связан с зако-

ном притяжения? Не спешите, мои дорогие читатели, сейчас я все объясню, но для начала опишу еще один более поздний (середина XX века) эксперимент.

Он у многих на слуху и называется «кот Шредингера». В черный ящик помещают живого кота, ампулу с ядом и специальный механизм, который может в случайный момент разбить эту ампулу и яд начнет действовать. Получается, что для внешнего наблюдателя кот внутри ящика существует сразу в двух состояниях: он либо жив, либо мертв, если ампула разбилась. О том, жив кот или нет, мы узнаем только тогда, когда откроем ящик.

С бытовой точки зрения звучит парадоксально, но для квантовой физики это обычное явление, когда физическая система находится одновременно в нескольких квантовых состояниях. Однако при появлении наблюдателя эта система принимает конкретную форму.

Аналогию можно провести и в нашей повседневной жизни. Представьте, что вы приходите на собеседование к работодателю. Можно ли сказать, каков результат интервью, до того момента, пока вам не позвонили и не сообщили о решении? Согласно квантовой физике – да: одновременно положительный и отрицательный. Но от кого зависит, каким будет результат в действительности? От HR менеджера? От судьбы? А может быть, просто от воли случая?

А вот и нет, конечный результат зависит от наблюдателя, то есть от вас самих. Вы буквально меняете окружающий

мир при помощи силы мысли. Возможно, Юнг был прав, когда утверждал, что законы физики и сознания следует рассматривать как дополняющие друг друга? Получается, что роль сознания в квантовых категориях заключается в выборе одной из всех возможных альтернатив. Рассматривая данную гипотезу, трудно не заметить, что от нее лишь небольшой шаг до следующего инсайта: наше сознание напрямую формирует нашу реальность.

Волна становится частицей, если этого хочет наблюдатель. Понимаете, была волна, а стала частица – не напоминает принцип материализации мыслей? Наблюдатель – это «Я есть» (то есть единство тела, души и разума). Ваше «Я есть» дает команду – энергию – частицам к мгновенному изменению поведения. А если «Я есть» может влиять на физические объекты, это означает, что «внутри» вас скрыт источник энергии, который может управлять окружающей реальностью. Помните, в предисловии я упоминал, что мы являемся частью абсолюта, а значит, и творцами нашей собственной судьбы.

Самое невероятное заключается в том, что если вы можете четко представить то или иное событие в вашей жизни как следствие твердого намерения иметь желаемое, то эта реальность уже существует как потенциальная возможность в квантовом пространстве вариантов, ожидая вашего наблюдения.

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.