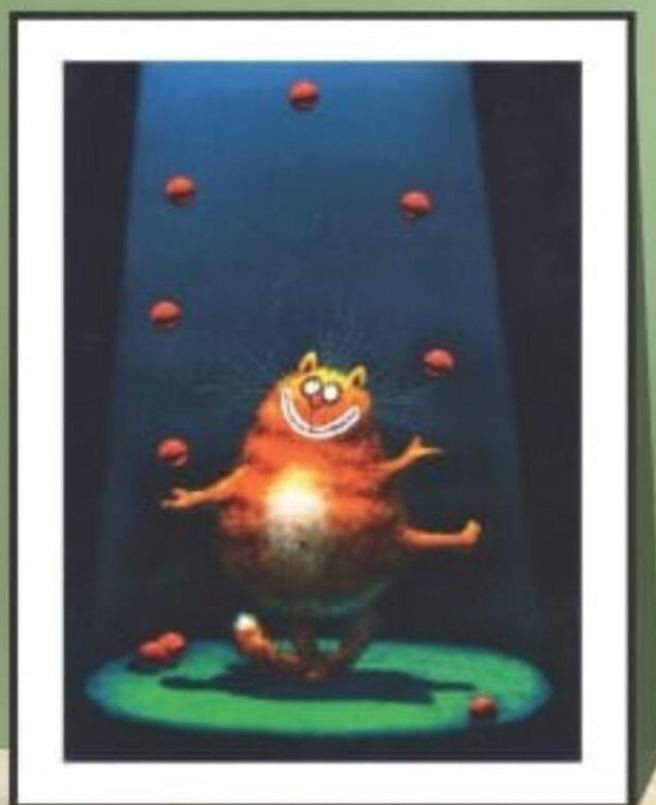


Марина Школина

КОЕ-ЧТО КОЕ О ЧЁМ



Марина Школина

Кое-что кое о чем

«Автор»

2025

Школина М.

Кое-что кое о чем / М. Школина — «Автор», 2025

Существует ли в нашей жизни что-то, что мешает нам достигать цели, исполнять желания, осуществлять мечты? Или же нечто, что открывает пути к счастью? И с чем это связано? Возможности выявить эти элементы, управлять процессом исполнения желаний, научиться формировать события своей судьбы - именно об этом рассказывает эта книга.

© Школина М., 2025

© Автор, 2025

Содержание

ЧЕМ МЫ ОБЛАДАЕМ (В ЧЕМ СИЛА, БРАТ?)	9
«ТЫ СКАЖИ, ТЫ СКАЖИ, ЧЁ ТЕ НАДО, ЧЁ ТЕ НАДО...»	17
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Марина Школина

Кое-что кое о чем

ВСЕМ СПАСИБО!

Огромная благодарность – Мирзакариму Санакуловичу Норбекову. Жизнь многих людей делит ся на «до» и «после». До знакомства с его уникальной системой работы над собой, и после этого знакомства. И жизнь «после» – намного счастливее!



ВСЕМ СПАСИБО!

Благодарю Вадима Зеланда за технологию Трансерфинга реальности, открывшую волшебный взгляд на Мир; Альберта Эйнштейна – продемонстрировавшего принцип мышления, отвергающий все шаблоны; профессора МГУ В. В. Петухова за невероятно глубокие лекции по психологии, а так же всех учителей и наставников, которых, на мое счастье, так много было в жизни. Благодаря им стало возможным появление этой книги. Все, о чем я здесь размышляла, – просто «сборная икебана» их открытий.

*И, как сказал Монтень, – «Моего в этом букете – только ленточка».
... Что не пожелается, все всегда произойдет, все всегда сбывается.*

Курс, который сейчас называется простенько и непритязательно – «Стратегии успеха», менял свое название несколько раз в процессе разработки и обкатки. Одно из этих названий – «Исполнение Желаний». И они действительно исполняются с удивительной точностью и быстротой!

Примеры: З.А., пришла на курс с целью увеличить свои доходы и избавиться от огромных банковских кредитов. Через полгода пришла еще раз – желание исполнилось, доходы резко увеличились, но за счет такого же увеличения ее занятости. Заказы, проекты сыплются как из рога изобилия, и сейчас она просто изнемогает от этой гонки. Нет времени ни на себя, ни на семью. И ее цель в этот раз потребовала уточнения. Она хочет сохранить (или даже увеличить) уровень доходов (кто ж откажется!), но при этом выполнять работу в комфортном темпе, оставляя время для жизни.

Д.: «Дорогие друзья! Почитала отзывы в группе, и полная прекрасных воспоминаний, решила поделиться исполнением своих желаний после курса в Искандеркуле. Основное желание было родить здорового ребеночка. И вот спустя три года у меня здоровенькие Мальчик и Девочка. Я не концентрировалась на поле ребенка, и Вселенная дала обоих с разницей в год!!!

Р. – Были сформулированы три желания – жить в сельской местности, преподавать в ВУЗе и заниматься экологическими проблемами. Исполнились все три – получила приглашение преподавать экологию в уникальном ВУЗе, расположенном в красивейшем сельском районе.

М. – были проблемы со здоровьем – зоб 3-ей степени, хроническая заложенность носа, так что за ночь просыпалась несколько раз, и днем не расставалась со своей, как она говорила, «пшикалкой». Через неделю – нос дышит свободно, торжественно выкинула «пшикалку», зоб теперь первой степени – при обследовании выяснилось уменьшение узла с 10 мм до 3 мм. Попутно рассосались шрамы в количестве трех, один из них – послеожоговый 12 сантиметров.

З. – цель – учиться в медицинском институте и именно в Германии. Все вокруг убеждали в невозможности исполнения этого желания – нет денег, нет поручителей в Германии, а без этого визу не получишь... Через месяц после прохождения курса пришло сообщение – «Я в Германии и мои уроки уже начались!» И фотографии оттуда!

Еще одно сообщение: «Меня зовут Дана, мне 30 лет. Как и все девушки, я мечтала о своем принце, но мне мало было просто тупо создать семью, я всегда хотела встретить родственную душу и за него выйти замуж. В декабре прошла этот курс, дату исполнения поставила до 29 декабря)). В то время для меня это было сказкой. 13 декабря он появился! Точь-в-точь как я заказывала! Внимательный, верный, надежный, мастер спорта, запах, голос, руки... Самое классное – с первых минут замуж зовет! И душа родственная!»

Ну и еще: «Всем добрый вечер! Очень хочется сказать, что после прохождения курса в моей жизни и в семье очень многое изменилось кардинально... На курсе я увидела решение моих проблем... И вот прошло совсем немного времени – полгода – но у меня произошли огромные изменения во всех сферах. Изменились кардинально отношения в семье всех моих домашних и ко мне, и между собой все стали более спокойные, у всех стали легко решаться все задачи. Дети и внуки стали принимать мудрые и правильные решения. Семья стала еще дружнее. У всех открываются новые перспективы на работе и в жизни, все легко решается. А я почти перестала принимать таблетки, практически перестали болеть ноги и вообще жизнь налаживается!»



На этом курсе мы изучаем формулы, со строгой точностью описывающие эффективные технологии достижения целей, а затем каждый подставляет в эти формулы собственные данные. И вот тут важно правильно эти данные распознать, обозначить и ни в чем не ошибиться, иначе эти ошибки могут завести совершенно не туда, куда вам хотелось, и результат будет разочаровывающим.

ЧЕМ МЫ ОБЛАДАЕМ (В ЧЕМ СИЛА, БРАТ?)

На что мы можем рассчитывать, когда намереваемся создавать свою судьбу, достигать цели, исполнять мечты? Где найти возможности, и к кому обратиться, когда так нужна поддержка? Думаю, что вы уже догадываетесь, а может, даже твердо знаете, что обратиться нужно прежде всего к себе. Все ответы внутри вас, и самый лучший совет вы можете дать себе сами!

Хотелось бы вам всегда иметь верного друга, поддерживающего вас в любой ситуации, у которого всегда есть для вас время, готового выслушать и протянуть руку помощи в трудную минуту?

Звучит удивительно, но такой друг есть у каждого из нас. Это наше подсознание. Именно ваше подсознание формирует ваше представление о мире.

Ваше подсознание – это мощная сила, которая ведёт вас по жизни. И оно всегда опирается на то, во что вы действительно верите.

Именно ваши убеждения направляют ваше поведение, ваши реакции, то, как вы чувствуете себя, как общаетесь с людьми, и даже то, как вы воспринимаете саму жизнь.

А теперь – главное. Никаких внешних причин, которые могли бы управлять вашей судьбой, не существует. Никаких! Потому что всё уже управляется вами – через ваши мысли, установки, и внутренние решения. Ваше подсознание беспрекословно, без малейшего сопротивления выполняет всё, что вы ему диктуете своим сознанием. Именно оно так выстроило вашу жизнь, что вы сейчас находитесь именно там, где находитесь. У вас есть то, что есть. И вы думаете о себе именно так, как привыкли думать. Но помните: если вы создали эту реальность – значит, вы способны создать любую другую. Прямо сейчас вы можете убедиться, насколько точно и быстро подсознание воплощает в жизнь любую мысль.

Скажите, что вы можете увидеть, когда ваши глаза открыты? Думаю, ответ ясен – все, что прямо сейчас находится рядом с вами. А что вы можете увидеть закрытыми глазами? Иногда первый ответ – ничего. Но на самом деле это же не так. Закрытыми глазами мы видим сны. Закрыв глаза можно представить что-то, чего прямо сейчас рядом с вами нет – какие-то предметы, пейзажи, лица людей... Закрытыми глазами можно увидеть все, что угодно.



Так что закройте глаза. И представьте, что у вас в руке – лимон. Спелый, ярко-желтый. Мысленно почувствуйте тяжесть лимона, и его гладкую кожуру под пальцами. Вспомните свежий цитрусовый запах.

А теперь представьте, что вы откусываете кусок лимона! Прямо с кожурой, без сахара! И жуete лимон, чувствуя, как прохладный свежий сок разбрызгивается по всей полости рта!

Чувствуете? Ваш рот наполнился слюной. Но ведь лимона-то не было! Вы его просто выдумали. И в ответ на вашу выдумку ваше подсознание немедленно создало физическое соответствие этой выдумке в вашем теле, реальное выделение слюны.

Это упражнение, которое предложил академик Норбеков, делает несомненным то факт, что наши мысли действительно материальны. Все, что вы думаете о себе, становится фактом в вашей жизни. И здесь важно осознавать свойства подсознание.

Первое – подсознание лучше всего воспринимает образы. Как вы думаете, смогли бы вы получить тот же результат – выделение слюны – просто словами: «слюна, слюна, выделяйся!» Нет, конечно! Эти процессы в нашем организме – выделение слюны, желудочного сока, гормонов, ферментов – не осознаются нами, и осознанно мы не можем ими управлять. Организм справляется с этим сам. Кстати, скажите ему за это спасибо. Просто представьте, что ко всем вашим делам и заботам вам пришлось бы еще каждый раз вычислять, сколько желчи нужно выделить на каждую порцию еды, сколько различных ферментов! Но иногда, когда случаются какие-то сбои, было бы полезно перейти, как говорится, на ручное управление. Так вот словами – не получится, а образами – пожалуйста! И эта часть наших занятий называется тренировка образного мышления. Весьма полезный навык для управления не только здоровьем, но и событиями своей жизни!

Второе – это то, что подсознание не отличает истину и ложь. Ведь про лимон вы ему только что просто наврали, подсунав вместо реального фрукта выдумку. А простодушное подсознание тут же начало выполнять, приказывая организму обеспечить переваривание лимона.

И третье – подсознание не отличает добро и зло. Оно не анализирует, полезно будет ваше представление для вас, или вредно. Оно просто выполняет все, что вы создаете в своем разуме. Подобно джинну из кувшина оно отвечает на любой запрос разума всегда одно и то же: «Слушаю и повинуюсь!»

Иногда мы – осознанно или неосознанно, может, в шутку, – создаем такие убеждения, образы, которые нас ограничивают, а то и разрушают. Подсознание шуток не понимает, не выбирает, что исполнить, а что нет. Пошутит девушка, пококетничает – «Ой, я такая дурочка!» А потом удивляется, откуда старческий маразм?

Еще одна ловушка, которая ведет совсем не туда, куда вам хотелось бы. Создание любого образа начинается с мысли. Скажите, вы могли бы сказать о себе – «Я хочу здоровья»? Если да, то как вы думаете, какой образ возникнет вслед за этой мыслью?

Как правило, в ответ мы слышим, что это будет образ бодрого, счастливого, энергичного человека. А на самом деле – все гораздо печальнее. Дело в том, что наша психика устроена таким образом, что мы всегда хотим того, чего у нас нет. Например – у вас дома есть телевизор? И если есть – хотите ли вы его? Нет, конечно! Чего хотеть – он и так уже есть! Вы им просто пользуетесь. А если хотите – значит, хотите другую модель, более современную. Ту, которой у вас еще нету. Так что, если вы говорите – «хочу здоровья» – это означает, что здоровья-то как раз и нет! И в подсознание попадает образ больного человека! А подсознание не анализирует – вам это надо или не надо, оно не выбирает, выполнять или не выполнять. Оно просто выполняет, создает в организме соответствие этому образу! И в результате мы все больше и больше хотим здоровья, потому что его все меньше и меньше...

Отзыв на одну из техник: «У меня было время подумать о результате этой работы. И я ужаснулся! Все произошло так, как заказывал! Это очень сильная вещь. И поэтому нужно быть очень аккуратным в желаниях!»

Да, действительно, это так. Получаете именно то, что заказали.

Анекдот. Едет человек на работу. Хмурое, ноябрьское утро, автобус переполнен такими же хмурыми людьми... И мысли в голове такие же хмурые: «Опять я тащусь на эту проклятую работу... зарплата у меня крошечная, жена стерва, дети оболтусы, да и здоровье уже никуда... А за плечом у него – ангел с блокнотиком, записывает: «Работа проклятая, зарплата крошечная, жена стерва, дети оболтусы» И сам себя спрашивает: «Ну почему он всегда заказывает одно и то же?!?»

Вы можете заказывать что-то другое! И этот заказ будет принят.

Именно в этом и состоит ответ на вопрос, почему работа со своим подсознанием приносит человеку совсем не умозрительную, а практическую пользу.

Ведь – **ВНИМАНИЕ!** – ваше подсознание есть не что иное, как совокупность ваших личных представлений, убеждений и мнений. И эти внутренние установки – вовсе не застывшие идеи. Они изменчивы, гибки, и потому одни убеждения легко могут заменяться другими – порой даже диаметрально противоположными. Осознавая, что ваше подсознание действует, опираясь именно на ваши представления, убеждения и мнения – и, исходя из них, формирует события и обстоятельства вашей жизни – вы начинаете относиться к этому всерьёз. А значит, делаете самое важное: заменяете те убеждения, которые мешают, на те, которые помогают. И этого достаточно, чтобы запустить любые желаемые изменения. И именно поэтому взаимодействовать со своим подсознанием – не только полезно, но и удивительно интересно!

Как известно, подсознание может всё. Для него не существует ограничений. Научиться этому может каждый. Было бы желание.

Так как же начать? Прежде всего – безоговорочно признайте наличие своего подсознания. Если вы всё ещё относитесь к нему как к чему-то недоказанному, как к идее, выдуманной психологами, – то полноценного взаимодействия с ним не получится. В такой позиции часто происходит следующее: человек обращается к подсознанию за помощью – получает результат – и тут же начинает искать логическое объяснение. Он стремится установить причинно-следственные связи: «Ну, просто совпало», «Мне повезло», «Я всё правильно рассчитал», «Кто-то помог»... И всё. На этом взаимодействие обрывается. Человек, не желая признавать силу своего подсознания, приписывает успех себе, своему уму, своим усилиям – всему, чем так гордится его Эго.

Нет, подсознание не обижается – оно не знает, что это такое. Оно просто перестаёт помогать, потому что к нему перестают обращаться. И даже если вы используете мощные техники и получаете результаты, всё равно будете оставаться в уязвимом положении: полагаясь не на силу подсознания, а лишь на свои ограниченные ресурсы. Когда человек перестаёт верить в могущество своего подсознания, он решает, что «и сам справится». Так он снова начинает идти по жизни, опираясь лишь на левое полушарие – на логику, анализ, рассудок. А правое полушарие, где «ждёт команд» его подсознание, остаётся без дела. И тогда человек удивляется: «Почему перестало везти? Почему всё словно застыло?»

А ответ прост: ты перестал использовать весь свой потенциал.

Поэтому – если хочешь, чтобы твоё подсознание помогало тебе во всём, твердо и безоговорочно признай: оно реально. Оно – сила. И не важно, что эта сила не поддаётся логическому объяснению – такова её природа.

Просто прими это. И тогда ты сможешь действовать по-настоящему эффективно: не справляясь сам – поручая подсознанию.

В 19 веке во Франции жил писатель Понсон дю Террайль, мастер детективного жанра, создатель персонажа по имени Рокамболь, разбойника, ставшего впоследствии сыщиком. Печатал он свои произведения в газете, в каждом ее номере давая продолжение очередного романа.

Однажды очередной отрывок романа описывал ситуацию, когда Рокамболя поймали его враги, сковали цепями, засунули в деревянный ящик, набитый булыжниками, и сбросили все это в самом глубоком месте Атлантического океана... И дальше – продолжение следует...

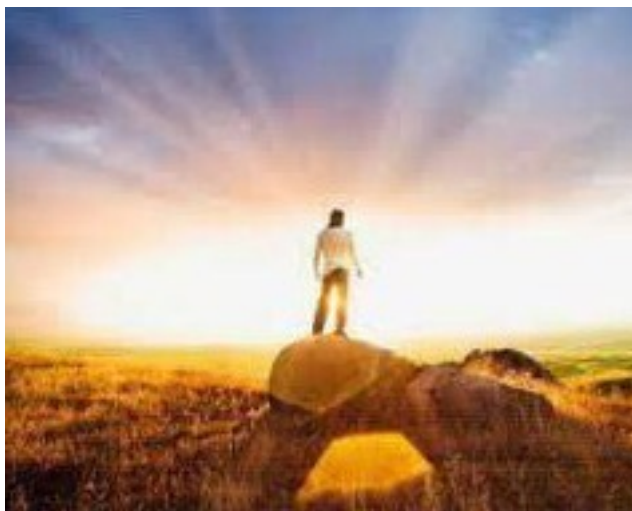
На следующий день Понсон дю Террайль пришел к редактору газеты с рукописью продолжения. Но, прежде чем отдать эту рукопись, он заявил, что считает свой гонорар слишком маленьким. «Я хочу,» – заявил он, – «чтобы вы платили мне втрое больше.»

Редактор с возмущением отверг его просьбу, и тогда писатель отказался отдавать рукопись и вообще сотрудничать с этой газетой.

Редактор не сильно огорчился. Он решил:

«Писателей много, найду кого-нибудь, кто напишет продолжение». И тут оказалось, что не так-то это просто. Никто не мог придумать, как спасти Рокамболя в этой ситуации! Вот попробуйте, придумайте какое-нибудь реалистичное средство при таких условиях!

Так что газета выходила день за днем без продолжения, читатели начали возмущаться, тираж газеты падать... Хозяин газеты потребовал у редактора объяснений, и тот пожаловался на упрямого писателя, требующего слишком много денег. Хозяин возмутился: «Да заплати ему сколько он хочет!»



Побежал редактор к писателю, согласился на все его требования, тот отдал ему рукопись, и на следующий день газета вышла с долгожданным продолжением романа. И начинался этот отрывок так:

«Решив свои проблемы в Атлантике, Рокамболь шагал по Пятой авеню.»

Именно так можно работать с подсознанием. Пусть вы не знаете, как решить какую-то проблему. Поручите это решение подсознанию, а сами – «шагайте по Пятой авеню»!

А еще – прямо сейчас внутри каждого из нас скрыт огромный потенциал, принадлежащий нам по праву зачатия. Мы с вами клеточные организмы. Сотни триллионов клеток внутри каждого из нас. И ядре каждой клетке – ДНК, волшебная, сакральная структура. И в каждой спирали ДНК – информация. Уникальная информация, со удивительной точностью определяющая деятельность клетки.



И в то же время ДНК содержит информацию о наших предках – родителях, бабушках, дедушках, и дальше, дальше... У каждого народа есть понятие – семь поколений. Семь поколений до, семь поколений после.

Почему? Дело в том, что вся информация о предках до седьмого колена очень явно живет в каждой вашей клеточке, и информация о вас будет жить в клетках ваших потомков – до седьмого колена.

Так сколько же это человек – семь поколений? Информация о скольких личностях живет в ДНК? Первое поколение – это папа и мама, два человека. Второе – бабушки и дедушки, четверо. Плюс папа с мамой – значит, шесть. Это так называемая геометрическая прогрессия, она очень быстро растет. И семь поколений – это 254 человека. Толпа!

Вопрос о наследственности, о генетических предрасположенностях – очень важен. Часто приходится слышать – «У меня плохое зрение, и это досталось мне по наследству от мамы. У нее всегда было плохое зрение.» И это мнение справедливо – действительно, информация о плохом зрении мамы живет и действует в генетической памяти этого человека. Но разве у всех 254 предков было плохое зрение?! Разумеется, нет! У большинства зрение было хорошее! Так что информации о хорошем зрении – больше! То же самое можно сказать о состоянии любого органа и системы человека. Есть информация о каких-то сбоях, но информации о здоровье, прекрасном состоянии – больше! То есть прямо сейчас, независимо от того, как вы себя чувствуете, в вас ЕСТЬ идеальное здоровье! Есть эта информация, в спящем состоянии, в потенциале, – но есть.

Наши клетки постоянно обновляются. Через год в вашем теле не будет ни одной сегодняшней клеточки. Клетки слизистой оболочки желудка полностью будут заменены на новые через 6–8 дней. Клетки кожи – 9–10 дней. Печень полностью обновляется за 40–45 дней, костная ткань – за 90–100 дней. 98 процентов наших клеток обновляются в течении года. Каждый год мы рождаемся заново! Так почему же новые клеточки возобновляют болезни? Ведь новые клеточки должны создаваться согласно излучению ДНК, содержащего информацию об ИДЕАЛЬНОМ здоровье!

Да, есть это излучение чистой, святой информации. Но одновременно с этим есть и факторы сбоев, которые искажают эту информацию. Так вот когда вы утверждаете – «Я здоров!» – вы даете свою поддержку идеальному здоровью, которое – ЕСТЬ! А вот когда вы говорите, что

в связи с возрастом, или экологией плохой, или травмами какими-то, ... – вы больной человек – вы тоже даете свою поддержку – этим самым факторам сбоев... Именно об этом говорил великий целитель Авиценна. Когда к нему приходил человек, жаждущий исцеления, он прежде всего предупреждал: «Нас трое – ты, я, и твоя болезнь. На чью сторону ТЫ встанешь, та сторона и победит. Если ты встанешь на мою сторону, мы с тобой вдвоем обязательно победим твою болезнь. Но если ты встанешь на сторону болезни – я один ничего не смогу сделать с вами двумя.»

Обратите внимание, великий целитель самым главным действующим лицом не себя ставил, а человека, которому нужно исцеление! Перефразируя это изречение, можно сказать: «Всегда есть две стороны – есть сторона здоровья, и есть сторона болезни. На чью сторону ты встанешь?»

Отвечают на этот вопрос, разумеется, все одинаково: конечно, на сторону здоровья! На словах все всегда выбирают эту сторону. А вот на деле... Приходит человек к врачу. Что говорит? –

«Ты врач, вот и лечи меня! Вот я, вот моя болезнь – лечи! А я еще посмотрю, как у тебя получится...» И этим самым, пассивным ожиданием помощи со стороны, причем это ожидание еще и сомнением наполняя, человек ставит себя на сторону болезни.

Как еще человек ставит себя на сторону болезни? Вот, например, случай, который произошел на оздоровительном курсе. Женщина пришла с коксартрозом тазобедренного сустава. Это очень болезненно, ограничивается подвижность... Медицина в этом случае предлагает только замену сустава на протез. Так вот на двадцатый день наша героиня танцевала твист! Танец, в котором активно двигаются как раз тазобедренные суставы! Она – счастлива, мы за нее рады, врачи в диспансере, где она наблюдалась, ставят ее в пример другим больным! Все отлично! И вдруг она подходит и спрашивает:

«А что мне теперь делать? У меня через две недели комиссия, продлевать мою инвалидность нужно. А как теперь?»

Представляете? Она в этот момент просто вцепилась в свою болезнь, которая дает ей право на пенсию!

То же самое можно сказать и о развитии нашей судьбы. Наши предки, поколение за поколением, жили на этой Земле. Жили, трудились, боролись, мечтали, любили... Ради того, чтобы мы появились на свет. Наши предки накапливали, по крупицам собирали опыт, знания, способности, возможности, таланты... Накапливали и передавали по цепочке – от поколения к поколению. И каждый из нас – звено в этой цепочке. Звено, в котором сконцентрирована эта великая сила наших корней. Звено, которое передает это богатство дальше, к будущим поколениям...

Наши предки переживали и победы, и радости, и моменты вдохновения. Но и потрясения, сложнейшие жизненные трагедии – войны, революции, несчастья. События, окрашенные сильными эмоциями, обязательно записываются в генетическую память. Это обстоятельство – все зафиксировано и ничего не забыто в вашей генетической памяти – влияет на вашу судьбу.



В генетической памяти каждого человека записано огромное количество сценариев – от крайней нищеты до сказочного богатства, от инвалидности до несокрушимого здоровья и долголетия, от страданий одиночества, предательств и пренебрежения – до великой любви, славы, поддержки... Под влиянием каких-то обстоятельств активизируется один из этих сценариев, и, возможно, начинает создавать проблему в жизни человека. Но другие сценарии – они тоже есть! Нам всегда ЕСТЬ из чего выбирать! Право выбора – неотъемлемое право каждого человека.

Так что здесь – тот же самый принцип: на чью сторону ТЫ встанешь? Ведь отрицательные программы, переданные тебе по наследству, вполне можно обнулить и нейтрализовать. И активизировать те программы, которые поведут тебя к исполнению любой мечты!



«ТЫ СКАЖИ, ТЫ СКАЖИ, ЧЁ ТЕ НАДО, ЧЁ ТЕ НАДО...»

– Ну почему всегда все не так, как я хочу?!

– А как ты хочешь?

– Нууу... я не знаааю...

Первое, и абсолютно необходимое условие для исполнения желания – четко и точно ЗНАТЬ, что это за желание. Казалось бы, банальное утверждение. И нам кажется, что нет ничего проще. Но очень часто на самом деле происходит вот что: как только наступает момент, когда нужно озвучить свою цель, человек начинает мямлить что-то маловразумительное, сомневаться, задумываться (наконец-то!) ... Самое удивительное, иногда даже совета просит! Как-будто кто-то может лучше него знать, ЧТО он хочет!



Так чего же мы хотим? Какие желания выполнять золотой рыбке, волшебной палочке, джинну из лампы? Иногда оказывается, что именно этот вопрос ставит человека в тупик. Часто мы сами прячем от себя свои желания. Вот один из таких примеров. Женщина на вопрос, какие у нее проблемы со здоровьем, уверяет, что проблем никаких нет совсем. Мы, конечно, за нее рады. И тут она встает со стула, и аж сморщилась от боли, схватила за коленку.

- Что такое, что с вами?
- Ой, да у меня ... – и называет диагноз.
- Вы же говорили, нет проблем со здоровьем!?
- Ну да! Но ведь это же неизлечимо...

То есть человеку назвали диагноз, назвали его неизлечимым, и теперь даже идеи в голове нет о том, что с этой проблемой можно поработать... И потому – «проблем нет». А значит – и желаний нет! И по другим параметрам жизни так бывает – есть что-то, заставляющее страдать. Одиночество, или денег не хватает, или ... или Но – почему-то появилось мнение, что

изменить ничего нельзя. И поэтому – «у меня все хорошо, проблем нет...». А стоит признать, что у тебя ЕСТЬ эта проблема, как начинают осознаваться и пути решения. И колено у нашей героини сейчас полностью здоровое... Так стоило ли терпеть столько лет, терпеть лишь из-за иллюзии неизлечимости, навязанной кем-то.

Наш дежурный анекдот на эту тему. Поймал мужик золотую рыбку. Она ему, как водится, предлагает:

«Загадай три желания, я исполню, а ты меня отпустишь». Тот: «Ой, как повезло! Как раз вчера по телеку видел, как у одного мужика так плавно рука двигается! Я тоже так хочу!» Рыбка в шоке, но – желание загадано, а значит, исполнено. И вот у него рука так плавно двигается! Мужик доволен, а рыбка ему: «Давай второе желание говори поскорее, а то я тут у вас задыхаюсь! Только подумай, а то у тебя всего два желания осталось!» Мужик: «Еще одна рука пусть такая же будет!» И это исполнилось. Рыбка торопит, третье желание! – «Нога!»

И вот у мужика две руки, одна нога, так гибко, так плавно двигаются! Он радуется, пробует и так, и сяк... Рыбка немного отплыла, но хоть животное хладнокровное, не выдержала, вернулась, высунулась из воды и говорит: «Слушай, мужик! ТОЛЬКО для тебя! Еще одно желание говори!» – «Вторая нога!» И тут рыбка спрашивает: «Почему ты так поступил? Я тысячу лет живу, каких только желаний я не исполняла! В ваше время обычно просят долларов или евро миллионами, кто-то хочет Нобелевскую премию, кто-то премию Оскара, некоторые президентами хотят стать...» Рыбка еще продолжает это все перечислять, а мужик извиваться перестал, челюсть на грудь уронил, глаза выпучил и спрашивает: «А что, можно было?!»

Так вот: МОЖНО! Любое человеческое желание загадывать можно. И исполняться оно тоже может. Ведь любое наше желание – это всего-навсего указание на наши возможности! Раз оно появилось, значит, возможности уже есть, и только ждут, когда вы ими воспользуетесь!

Из интернета: Дорогое Мироздание!

Пишет тебе Маша Ц. из г. Москва.

Я очень-очень хочу быть счастливой!

Дай мне, пожалуйста, мужа любимого и любящего, и ребенка от него, мальчика, а я, так уж и быть, тогда не перейду на новую работу, где больше платят и удобнее ездить.

с ув., Маша.

Дорогая Маша!

Честно говоря, я почесало в затылке, когда увидело строчки про работу. Даже не знаю, что сказать. Маша, ты вполне можешь переходить на новую работу, а я пока поищу для тебя мужа.

Удачи!

Твое Мрзд.

Уважаемое Мироздание! Спасибо что так быстро ответило!

Но... бабушка моя говорила: кому много дается, с того много и спросится.

Вдруг я буду иметь и то, и это, а за это ты мне отрежешь ногу, когда я буду переходить трамвайные пути?

Нет уж, давай так – я перехожу на новую работу, имею мужа, но за это я готова вместе со своим любимым всю жизнь жить в съемной хрущевке.

Как тебе такой расклад?

Твоя МЦ

Дорогая Машенька!

Хохотало, увидев про ногу. Смысл бабушкиной поговорки совсем другой: кому много дается способностей, талантов, знаний и умений, от того люди много и ждут.

У тебя же заначено на двушку в Подмоскovie, покупай на здоровье. Ногу оставь себе)))
твое М.

Дорогое *Мрзд!*

В принципе, я обрадовалась, прочитав про ногу. НО:

у меня будет муж, ребенок, любовь, квартира и нога. То есть ноги.

Что я тебе буду должна за *это* ?(((

Маша.

Маша!

Уфф. Почему ты со мной разговариваешь, как с коллекторским агентством?

Меня попросили – я делаю. Я тебе где-нибудь когда-нибудь говорило, что ты мне что-то будешь должна?

М-ие.

Да!

То есть нет.

Просто не может быть, чтобы было МОЖНО, чтобы все было хорошо, понимаешь???

Я сегодня плакала всю ночь: отдала взнос за квартиру. Хорошая, окна на реку. Небось, *муж будет урод. Скажи прямо. В принципе, я к этому готова.*

Маша.

Дорогая Маша!

Муж, конечно, не Ален Делон, зато и в зеркало так часто не смотрится. Вполне себе нормальный мужик. На днях встретитесь.

Да, отвечая на твой вопрос: МОЖНО, чтобы все было хорошо. В принципе, мне все равно, хорошо или плохо мне заказывают. Лишь бы человек точно знал, что хочет.

Мрзд.

Уважаемое *Мрзд*,

А можно чтобы ДОЛГО было *хорошо*?....

В принципе, если лет пять будет, я согласна, чтобы с потолка протекало...

Цю, Маша Ц

Машенька,

я тебе отвечу честно.

Долго хорошо может быть. ДОЛГО ОДИНАКОВО – нет. Все будет меняться, не меняется только мертвое. И когда будет меняться, тебе *покажется, что все плохо. На время.*

цю, мрзд.

Мрзд!

Только не ногу. Пусть погуливает муж.

Мария, кончай со мной торговаться. Как на армянском базаре, ей-богу! Я судьбой не заведу, это в другом филиале с другими задачами.

Мое дело – предоставить человеку все, что он хочет.

Счет тебе никто не выставит.

Если так тревожно, можешь ежедневно ругаться с мужем матом. Он начнет погуливать. Шучу, не надо ругаться!

Единственная у меня к тебе просьба: когда ты будешь совсем-совсем счастлива, у тебя освободятся силы. Ты классно шьешь. Займись лоскутным шитьем, твои одеяла украсят любой дом, людям будет радость.

с уважением, М.

Дорогое мое!

Я сегодня прыгала от радости. Конечно!

Я сделаю все, что ты скажешь.

Я ТОЧНО тебе ничего не буду должна?

Мне предложили еще более клевую работу,

а тот чувак из кафе назначил свидание. Йессс!!! (так не бывает так не бывает)

(купила швейную машинку) целую тебя!

Дорогая Маша!

Все хорошо. МОЖНО делать все что хочешь, в рамках Заповедей и Уголовного Кодекса.

И тебе ничего за это не будет. Наоборот. Если ты не будешь ныть, мы все (Управление № 4562223) только порадуемся. Нытики увеличивают энтропию, знаешь. И возни с ними много. Я от них, честно признаться, чешусь.

Так что удачи!

Я откланяюсь пока. Тут заказ на *однополюх тройняшек*, и опять торгуются, предлагают взамен здоровье. Нафиг оно мне сдалось, их здоровье...

Твое *Мрзд*. Береги ногу! Шутка!

Мироздание, привет,

как ты там?

Дочку называли *Мирой*, в честь тебя.

Сшила самое лучшее на свете лоскутное одеяло, заняла первое место на выставке, пригласили на слет *пэтчворкистов на Бали*.

Летим всей семьей.

Я просыпаюсь утром, поют птицы..

Я иногда думаю – за что мне такое счастье? Твоя Маша. От мужа привет)

Маша, привет!

Смущенно признаюсь, что я немного промахнулось с сыном, которого ты заказывала, перепутало... но, гляжу, ты счастлива и так)

Быть счастливым – это нормально. Воспринимай это не как подарок, от которого захватывает дух, а как спокойный фон твоей жизни. А дух захватывает иногда от таких мелочей, которые каждому даются без всякой просьбы: не мое это дело, заставлять птиц петь под твоим окном. Это по умолчанию полагается каждому, базовая комплектация. Твое дело – их услышать и почувствовать то, что ты чувствуешь... Эта способность и делает тебя счастливой.

Все, дальше думай сама. Пиши, если что.

Твое *Мрзд*.

Вот только поверить в это бывает трудно... Ведь сколько раз уже бывало, что желания не исполнялись, мечты рассыпались в прах... У каждого из нас накопился опыт разочарований, воспоминаний о набитых синяках и шишках. У каждого из нас постепенно формируется

рефлекс страданий от движения на пути к целям. Момент достижения – это да! Это и восторг, и ликование, и удовлетворенность, самооценка так приятно повышается... Но в подсознании остается и информация о том, что на пути к этой цели приходилось уставать, отказываться от чего-то, напрягаться сверх сил, волноваться, сомневаться, разочаровываться... И этот самый рефлекс страдания начинает прятать, скрывать от сознания желания, цели, мечты.

Думаю, вам знакомо это чувство – хочется чего-нибудь такого... Ну очень хочется, но вот чего – непонятно. Это неосознаваемые цели, спрятанные глубоко в подсознании, стремятся проявиться.

Так как же понять, чего хочешь? Как определиться с целями?



Существует множество способов разглядеть в своей жизни эти мишени.

Способ номер раз.

Он самый простой и очевидный – осознать в полной мере то, что тебе НЕ нравится в собственной жизни. Что тебе приходится терпеть, с чем ты так покорно смирешься? Это все вовсе необязательно! Необязательно терпеть, необязательно скрепя сердце (или скрипя сердцем?) принимать то, что так не нравится. Ведь на самом деле любая проблема – это всего-навсего упаковка для успеха! Главное – удачно распаковать.

Значит, начинаем составлять список под названием «Мои жалобы». И не стесняйтесь! Без всяких компромиссов! Все, что доставляет неудобства, все, что вызывает даже малейшее страдание! Эта концентрация на проблемах необходима, так как они становятся предметом дальнейшего воздействия, и должны в полной мере осознаваться.

Так что садимся и составляем этот список.

Например:

Мне постоянно не хватает денег.

Мешают жить склочные соседи.

Болит желудок и мучает кашель.

Дети совсем обо мне не заботятся (или не уважают).

Работа не приносит удовлетворения.

Надоело пыхтеть в этом «бодипозитивном» теле.

.....

То есть что тебе приходится терпеть, с чем приходится мириться. А теперь берем каждое из этих страданий, понимаем, что эта ситуация точно не нравится, и решаем: а как должно быть? То есть если что-то такое ... аж противно! А вы – «от противного»! Берите то, что не нравится, и меняйте на прямо противоположное! Как будет выглядеть ваша жизнь без этой проблемы? Так что каждую жалобу превращаем в намерение. Превращаем в цель! И эта цель уж точно будет вашей, а не навязанной кем-то со стороны.

При этом формулируем цель не как избегание, а как достижение! То есть – если проблема по здоровью, скажем, грыжа межпозвоночного диска, то цель – не убрать грыжу, не избавиться от нее, а – наслаждаться здоровым, гибким, легким и сильным позвоночником! Если проблема финансовая, то не нужно ставить цель – избавление от долгов. Здесь уместнее пожелать себе доходов, достаточных для удовлетворения всех потребностей, например. При лишнем весе пожелайте себе не сбросить вес, не терять килограммы, а создать фигуру мечты! Если взаимоотношения не соответствуют вашим представлениям о счастье – а какие будут соответствовать? Не избавляться от того, что не нравится, а получать то, что хочется.

Не нужно ни от чего избавляться. Говорят, что Вселенной нравится, когда мы что-то создаем, и тогда она нам помогает, увеличивает возможности, дает силы для этого созидания. Даже в будничных, повседневных делах есть разница – если вы убираетесь дома, вы устаете гораздо сильнее, чем, когда вы создаете уют. Вспомните. Вы затеяли генеральную уборку дома. Целый день пластались, УБИРАЛИСЬ. К вечеру сил нет, что-то осталось недоделанным, вы чувствуете некую неудовлетворенность результатом, и первый же, кто войдет, получит по полной программе. И за лишний шаг в обуви по чистому коридору, и за недостаточно аккуратно повешенную одежду, и ... словом, «все меня за прислугу держат, убирайся – не убирайся, толку нет! Скоты неблагодарные!»

А иногда бывает так. Вы дома, состояние квартиры ... ну вы думаете, что надо бы уже убрать завтра-послезавтра. И вдруг звонит человек, мнение которого для вас очень важно. И сообщает, что минут через сорок, ну в крайнем случае через час к вам зайдет. Вы понимаете, что вам надо срочно СОЗДАТЬ ВИДИМОСТЬ порядка и чистоты. Вы проносите по квартире как волшебный вихрь, преображающий все на своем пути. Через полчаса вокруг вас чистота и уют, вы энергичны, полны энтузиазма и доброжелательности ко всему миру.

Разница была только в словах, которые вы себе сказали перед началом деятельности. Разница была в намерении – что-то убрать или что-то создать. Уют, например.

Кстати, это важно учитывать и в задачах работы над собой. Убрать, уничтожить, побороть лень – или тренировать в себе активность, раскрывать интерес к деятельности, создавать себя как человека энергичного, деятельного. Бороться с недостатками, уничтожать их в себе, убирать – это путь в никуда. Возможно, вашему подсознанию вообще не хочется от чего-то избавляться. Мало ли, в хозяйстве все пригодится! (Кстати, по большому счету оно, ваше подсознание право. Но об этом позже). Поэтому, вместо того чтобы преодолевать это сопротивление, гораздо эффективнее создавать достоинства!

Принцип жемчуга. Представьте. Где-то на дне океана живет себе моллюск в своей раковине. Наслаждается жизнью, все хорошо. И вдруг в раковину попадает песчинка. Колючая, противная! Она раздражает нежное тело моллюска, мучает, мешает... Но моллюск с ней не борется, не уничтожает, не избавляется. Он обволакивает песчинку перламутром. Слой за слоем, слой за слоем... И так образуется жемчужина. Из того, что мешало, мучило, раздражало – создается драгоценность.

Точно так же – берем какую-то мешающую черту характера. И как бы обволакиваем ее созидательной, противоположной чертой. Обволакиваем тревожность спокойствием и умиротворением; раздражительность – например, доброжелательностью. Если трудно решить, какую противоположность выбрать, – берите любовь. Это универсально! Обволакиваем, утверждая в себе это достоинство, как бы навязывая его себе. И проявляя в жизни, в своих действиях именно это качество. И так – слой за слоем, слой за слоем – из того, что мешало, мучило и раздражало – создаем драгоценный характер!

И это еще одно важное правило взаимодействия со своим подсознанием: полная свобода от слов отрицания. Никаких «не», «никогда», «избавляюсь», «нет» – и прочих, которые фокусируют на проблеме. Вспомните, ведь подсознание мыслит образами. Очень хорошо это видно, когда общаешься с детьми. У детей вся информация мгновенно преобразуется в образы. И

вот вы говорите ребенку: «Смотри, не пролей молоко!» И тут же – перед ним лужа! Говорите: «Дедушка отдыхает, смотри, не хлопай дверью!» – и бабах! Дверь летит со всего маху! Взрослые сердятся, думают, что ребенок балуется, капризничает, издевается просто! А на самом деле... вы сказали – не пролей молоко. И ребенок представляет, как молоко проливается! Или как дверь хлопает. Образ попадает в подсознание ... ну и дальше все понятно. Так что говорите именно то, что хотите получить – например, «дверь закрывай тихонько, неси молоко аккуратно...» И точно так же формулируйте задания для СВОЕГО подсознания.

Способ номер два.

Указателями на цели могут служить и эмоции. Что, например, вы думаете о зависти? Это хорошо или плохо? Как правило, ответ мгновенный: плохо, конечно! А почему? Зависть разрушает человека, его жизнь.

И как же она разрушает? Что уж такого разрушительного в зависти? Часто люди говорят: «У меня зависть белая! Она ничего не разрушает!»

А вы представьте – за вами погнались две собаки. Одна белая, другая черная. Самое главное, догнали обе. Одна в правую ягодицу вцепилась, другая в левую. Где приятнее будет?

Так же и зависть – что черная, что белая.... Обе разрушают. Что такое черная зависть? Это злобное осуждение того, кому завидуют. Типа:

«Вот сволочь, наворовал!» Это проклятие. А ведь известно, что мир – это зеркало. И зеркало мира всегда возвращает человеку то, что человек посылает в него. Причем есть мнение, что возвращается в семь раз больше, чем послали.

Часто можно услышать – человек сам выбирает свою судьбу. А человек возражает: «Неправда! Кто ж такое выберет? Я выбирал быть здоровым и богатым, а посмотрите, что имею на самом деле! Что со мной ЖИЗНЬ сделала!» А вот что выбирал отправить миру – не замечает. Зеркало мира никого не наказывает и не награждает. Как говорится, – ничего личного. Оно бесстрастно отражает все, что человек посылает.

Вообще-то мы осознаем, что существуют незыблемые законы Вселенной. Но некоторые из них мы принимаем без возражений – например, закон всемирного тяготения. Каким бы добрым, умным, нужным людям человеком вы себя не считали, но если шагнете с крыши небоскреба, то не станете удивляться и возражать, и вопрошать – за что закон всемирного тяготения превращает вас в лепешку. А вот насчет закона Бумеранга у многих впечатление, что их он не касается. И жалобно вопрошают – «За что мне это, господи? За что мне, такому хорошему, это несчастье?» Вопрошают, искренне забывая о проклятиях, которые мимоходом кому-то посылали. И проклятие возвращается к проклинающему...

Это что касается черной зависти. Белая выглядит вроде бы получше. «Он такой умный, предприимчивый, целеустремленный! Поэтому богатый! Заслужил!». Казалось бы – все хорошо. Такой добрый посыл! Но на подсознательном уровне звучит:

«Значит, я глупый, ленивый, вообще лох... Поэтому вечно денег не хватает... Не заслужил...». По сути, это проклятие самому себе.



И тут уже подсознание выполняет это проклятие, воспринимая его как заказ. Выполняя этот заказ, подсознание как бы закрывает ваши глаза на возможности достижения успеха, возникающие на вашем пути. Заставляет совершать какие-то промахи, опаздывать туда, куда надо было обязательно прибыть вовремя. Проявлять неуместные эмоции в ключевых ситуациях. То есть старательно избавляет от всего, что вы якобы «не заслужили» ...

Но зависть может помочь человеку. Вообще все, что в нас есть, нам нужно. Любая эмоция необходима, любое состояние. Страх нужен или нет? Конечно, нужен. Так же, как и боль – страх нужен как сторож, помогающий избежать опасность. И если боль – это сигнал опасности, то страх – это прогноз опасности. Если страх мешает вам выйти прогуляться из окна двенадцатого этажа или метнуться через дорогу сквозь трафик – так спасибо этому страху, жизнь спасает! Но если страх мешает сказать «нет» тогда, когда это необходимо – разрушает судьбу.

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.