

ТАЙНЫЙ САД КАРМЫ

Златан Мажовић



18+

Зелан Максвелл

ТАЙНЫЙ САД КАРМЫ

<https://litres.ru/74691128>

SelfPub; 2026

Аннотация

Что если ваша жизнь - это Сад?

Каждое ваше действие — Семя. Каждое слово. Каждая мысль.

Но Артур не верил в это. Он был обычным человеком. У него были: работа, квартира, жена, дочь и ощущение, что он бежит по кругу, пока не встретил Учителя, который раскрыл ему тайну Сада.

Через год он наладил бизнес. Но дело не в этом - он перестал просыпаться с тяжестью в груди. Наладил отношения с женой и перестал бояться "завтра".

Эта книга — не просто чтение. Это практикум. В каждой главе — диалог с Учителем, притча, практика, медитация и ответы на вопросы.

Вы узнаете:

- Как сажать четыре семени — здоровья, богатства, любви и мудрости.

- Как применять шесть правил здоровья.

- Как использовать практики против гнева, тоски и усталости.

«Только ты растишь свой Сад, — говорит Учитель. — И это лучшая новость!».

Зелан Максвелл

ТАЙНЫЙ САД КАРМЫ

Книга-практикум о том, как посадить семена счастья
От автора

Эта книга родилась из вопросов. За годы жизни и преподавания я слышал их тысячи: «Почему у меня не получается?», «Почему я болею?», «Почему деньги обходят меня стороной?», «Почему любимый человек причиняет боль?». Ответы, которые я находил в древних текстах, казались слишком простыми, чтобы быть правдой. Но когда я начал применять их — сначала на себе, потом в бизнесе, потом в семье — они сработали.

Эта книга — попытка перевести язык текстов мудрецов на язык офисов, кухонь и спален. Здесь не будет сложных терминов. Будут притчи, истории из жизни и практики, которые можно делать уже сегодня.

Я не обещаю вам волшебства. Я предлагаю вам садоводство. Потому что счастье — это не лотерея. Это урожай. И у него есть причины.

Как читать эту книгу

1. Не спешите. Одна глава — один вечер. Прочитайте, закройте, подумайте.
2. Делайте практики. Даже если кажется глупо. Особенно

если кажется глупо.

3. Заведите дневник. Называйте его «Дневник семян». Тогда вы будете записывать то, что посадили за день.

4. Не верьте мне на слово. Проверьте. Через месяц, через три, через год. Эта книга работает только если вы работаете.

ЧАСТЬ I. СЕМЯ

Глава 1. Человек, который потерял всё

Артур проснулся в 6:47 от того, что в соседней квартире залаяла собака. Он лежал и смотрел в потолок, на котором трещина напоминала карту какой-то неведомой страны. В груди была тяжесть. Не боль, нет. Просто тяжесть, как будто кто-то положил туда мешок с песком и забыл убрать.

Ему было сорок два. У него был бизнес — небольшой, и не очень прибыльный: три магазина строительных материалов. Была квартира в ипотеку в спальном районе, машина в кредит, жена Лена, дочь Настя пятнадцати лет. Была собака — точнее, собака была у соседей, но лаяла так, будто жила у него в голове.

И было ощущение, что он бежит по кругу. Каждое утро — работа. Каждый вечер — телевизор. Каждые выходные — дача, где он просто лежал на диване и смотрел в небо. Всё было вроде «нормально». И именно это «нормально» разрушало.

С Леной они почти не разговаривали. Не ссорились —

просто молчали. Она читала книги, он смотрел новости. Иногда она говорила: «Артур, нам надо поговорить». Он отвечал: «Давай позже, я устал». Позже не наступало.

С коллегами по работе отношения трещали. Один, Игорь, всё время пытался его обойти. Второй, Вадим, вечно опаздывал с отчётами. Артур злился, но молчал. Потом злился на себя за то, что молчит.

А ещё была спина. Ноющая, тянущая боль в пояснице. Врачи говорили: «Остеохондроз, возраст, сидячая работа». Артур пил обезболивающие и думал: «Неужели это теперь навсегда?»

В тот вечер он листал новости и наткнулся на объявление: «Уроки мудрости. Разумный подход к проблемам. Первое занятие бесплатно». Он усмехнулся. Но что-то заставило его записаться. Может быть, отчаяние. Может быть, любопытство. Может быть, трещина на потолке.

В маленькой комнате его встретил Учитель. Пожилой человек с глазами, которые, казалось, видели тебя насквозь. Он не спросил, зачем Артур пришёл. Он просто сказал:

— Садись. Чаю?

Артур сел. Чай был крепкий, с молоком и маслом. Станный. Но тёплый.

— Я расскажу тебе одну историю, — сказал Учитель. — Однажды Будда собрал учеников и показал им семя манго. «Что будет, если посадить его в землю?» — спросил он. «Вы-

растет дерево», — ответили ученики. «А если полить его солёной водой?» — «Оно погибнет». — «Так и с человеком. Каждое его действие — это семя. И то, что мы поливаем — заботой или злостью — определяет, что вырастет в нашей жизни».

Артур слушал и не понимал, при чём здесь его бизнес и его несчастная жизнь.

— Ты думаешь, твои проблемы приходят извне? — Учитель улыбнулся. — От плохих партнёров, от неблагодарной жены, от случайной болезни? Нет. Всё, что с тобой происходит — это результат семян, которые ты сам посадил в своём сознании. И самое главное: ты можешь научиться сажать нужные семена.

— Но я же не сажал болезнь, — сказал Артур. — Я не хотел болеть.

— Ты сажал раздражение, — ответил Учитель. — Каждое утро ты просыпался с мыслью «опять эта работа». Каждый вечер ты злился на Игоря и молчал. Ты не бил его, не кричал. Но внутри ты желал ему неудачи. Это и есть семя. Оно маленькое. Но если поливать его каждый день — оно прорастёт. И однажды ты почувствуешь боль в спине. Не потому, что тебя наказали. А потому, что таково свойство ума: что посеешь, то и пожнёшь.

Артур хотел возразить. Но вспомнил, как вчера, стоя в пробке, он с ненавистью смотрел на водителя впереди. Вспомнил, как утром, глядя на Лену, подумал: «Почему она

не может просто помолчать?» Вспомнил, как вечером, читая отчёт Вадима, мысленно назвал его бездарем.

Он замолчал.

— Это не значит, что ты плохой человек, — сказал Учитель. — Это значит, что ты садовник, который не знал, что сажает. Теперь ты знаешь. И у тебя есть выбор.

Практика первой недели: «Три секунды»

В течение следующей недели попробуйте делать одно простое упражнение. Каждый раз, когда вы чувствуете раздражение, гнев, обиду или страх, — остановитесь на три секунды. Не говорите. Не действуйте. Просто почувствуйте, как это чувство поднимается в груди.

В эти три секунды скажите себе:

«Если я сейчас скажу или сделаю что-то злое, я посажу семя, которое вернётся ко мне. Я не хочу этой боли. Поэтому я выберу паузу».

Это не слабость. Это высшая дисциплина. И это меняет всё.

Вопросы и ответы

— Получается, если я разозлился на жену, я посадил семя, которое вернётся ко мне? Но я же не могу не злиться! Она же первая начала!

Вы не можете контролировать жену. Но вы можете контролировать свой ответ. Каждый раз, когда вы чувствуете

гнев, вы стоите перед выбором: полить сорняк или посадить новое семя. И у вас есть один секретный инструмент — пауза. Всего три секунды. В эти три секунды вы вспоминаете: «Если я сейчас скажу что-то злое, я посажу семя, которое вернётся ко мне в виде боли. Я не хочу этой боли. Поэтому я выберу промолчать или сказать что-то доброе».

— А если я не чувствую гнева, а просто устал? Это тоже семя?

Да. Усталость часто рождается из семян, которые мы посадили раньше: из нежелания помогать другим, из привычки жалеть себя, из мыслей «мне все должны». Но не корите себя. Просто начните замечать. Усталость — это сигнал. Не приговор.

— Сколько времени нужно, чтобы семя проросло?

По-разному. Иногда месяц. Иногда год. Иногда — следующая жизнь. Но закон работает всегда. Если вы посадили семя яблони, рано или поздно вы получите яблоко. Не картошку. Не арбуз. Именно яблоко. Поэтому важно сажать то, что вы действительно хотите получить.

Глава 2. Четыре семени, которые меняют всё

На следующее занятие Артур пришёл с блокнотом. Он не признался бы в этом, но он записал практику «Три секунды» и даже попробовал её два раза. Один раз получилось. Второй — нет. Он накричал на дочь за то, что она не вынесла мусор. Потом весь вечер чувствовал себя виноватым.

— Это нормально, — сказал Учитель. — Ты только учишься. Садовник не сразу становится садовником. Сначала он просто перестаёт вырывать ростки.

Он достал лист бумаги и нарисовал четыре круга.

— Всё, что мы делаем — телом, словом или мыслью — сажает семя. Но этих семян так много, что ум не может их все отследить. Поэтому древние учителя выделили четыре главных семени. Если ты научишься сажать их осознанно, остальные подтянутся.

Семя первое: здоровье

Каждый раз, когда мы желаем кому-то зла, злимся или раздражаемся, мы сажаем семя собственной болезни и слабости. И наоборот, когда мы заботимся о чужом здоровье — хотя бы мысленно желая человеку выздоровления — мы сажаем семя своего долголетия.

— Это не значит, что ты должен стать вегетарианцем и не убивать комаров, — сказал Учитель. — Хотя и это неплохо. Начни с малого. Перестань желать боли тем, кто тебя раздражает. Даже в мыслях.

Артур вспомнил Игоря. Как он представлял, что тот проваливает проект. Как злорадствовал, когда у Игоря сломалась машина. Он никогда никому об этом не говорил. Но внутри — представлял.

— Вот твоё семя, — сказал Учитель. — Ты поливал его каждый день. И теперь у тебя болит спина.

— Но я же не хотел болеть!

— Ты хотел, чтобы болел Игорь. Ум не различает «я» и «он». Для ума это одно и то же поле. Ты посеял боль — и она вернулась к тебе. Не как наказание. Как урожай.

Семя второе: богатство

Жадность, скупость и страх потерять деньги — это семена бедности. А щедрость — даже самая маленькая, даже просто искренняя радость за чужой успех — это семя изобилия.

— Но я не жадный, — сказал Артур. — Я зарабатываю, трачу, помогаю иногда.

— А что ты чувствуешь, когда видишь, что кто-то заработал больше тебя?

Артур замолчал. Он вспомнил, как недавно увидел в соцсетях фото бывшего одноклассника на новой яхте. И вместо радости почувствовал глухое раздражение: «Повезло. Наверное, украл».

— Вот это и есть семя бедности, — сказал Учитель. — Не то, что ты не даёшь денег. А то, что ты не можешь порадоваться чужому богатству. Ум, который завидует, не может притянуть изобилие. Он притягивает нехватку.

Семя третье: любовь и отношения

Каждый раз, когда мы сеем раздор, сплетничаем или осуждаем, мы сажаем семя одиночества и предательства. Когда мы соединяем людей, мирим их, говорим добрые слова — мы сажаем семя крепкой семьи и верных друзей.

— Ты когда-нибудь сплетничал? — спросил Учитель.

— Все сплетничают, — пожал плечами Артур.

— Вот поэтому у тебя и молчание дома. Ты сеешь раздор на работе, а ждёшь любви в семье. Так не бывает. Поле одно.

Семя четвёртое: мудрость и спокойствие

Гнев, зависть и уныние — это семена депрессии и тупости. А внимание, обучение и помощь другим в понимании — это семя ясности ума и внутреннего покоя.

— Это похоже на диету, — сказал Артур. — Просто нужно есть правильные продукты?

— Не совсем, — ответил Учитель. — Это похоже на сад. Ты не можешь заставить цветок вырасти. Ты можешь только посадить семя, полить его и убрать сорняки. Так и здесь: ты не можешь заставить мир дать тебе счастье прямо сейчас. Но ты можешь создать причины, и результат придёт сам. Иногда через месяц, иногда через год, иногда в следующей жизни. Но он придёт обязательно.

Практика: «Дневник семян»

Каждый вечер, перед сном, записывайте три вещи:

1. Семя, которое я посадил сегодня. Например: «Помог коллеге с отчётом». «Промолчал, когда хотелось накричать». «Пожелал выздоровления соседу». 2. Сорняк, который я выкопал. Например: «Заметил, что завидую, и остановился». «Не стал сплетничать». 3. Семя, которое я хочу посадить завтра. Например: «Позвоню маме просто так». «Скажу жене спасибо за ужин».

Не оценивайте себя. Не ставьте себе оценки. Просто на-

блюдайте. Через месяц вы увидите закономерности. Через три — изменения.

Медитация «Сад»

Сядьте удобно. Закройте глаза. Представьте поле. Оно большое, просторное. Вы стоите в центре. В руках у вас семена. Не торопитесь. Посмотрите на них. Это семена ваших действий. Одни — светлые, гладкие. Другие — тёмные, колючие. Выберите одно светлое семя. Посадите его в землю. Полейте. Почувствуйте, как оно набухает. Как появляется росток. Как он тянется к солнцу. Побудьте с этим ростком минуту. Потом медленно откройте глаза.

Делайте эту медитацию раз в неделю. Не ждите чуда. Просто сажайте.

Вопросы и ответы

— А если я посадил плохое семя, можно ли его выкопать?

Нельзя. Но можно не поливать. И можно посадить рядом хорошее. Через время хорошее перерастёт плохое. Это и есть практика.

— Что делать, если я не верю в карму?

Не верьте. Просто попробуйте. Проверьте на опыте. Карма — это не религия. Это закон причины и следствия. Вы же верите, что, если посадить семя помидора, вырастет помидор? Вот и всё.

— А если я помогаю, а результата нет?

Результат есть. Но не всегда тот, который вы ждёте, и не всегда сразу. Семя может прорасти в другом месте. Например, вы помогли коллеге — а через год ваш ребёнок сдал экзаме́н. Поле одно. Не привязывайтесь к форме.

Глава 3. Как перестать сажать сорняки

Артур попробовал. В первый раз не получилось. Он пришёл домой, Лена сказала: «Ты опять не вынес мусор». Он хотел промолчать. Но вместо этого сказал: «Я устал, у меня был тяжёлый день». Она ответила: «А у меня не тяжёлый?» И они поссорились.

Во второй раз получилось лучше. Он почувствовал, как гнев поднимается в груди, и сказал себе: «Стоп». Три секунды. И потом сказал: «Прости, ты права. Сейчас вынесу». Лена удивлённо посмотрела на него. Ничего не сказала. Но вечером сама предложила посмотреть фильм.

В третий раз он удивился, как легко можно было не ссориться.

Через месяц Лена спросила:

— Что с тобой происходит? Ты стал другим.

Он улыбнулся.

— Я просто перестал поливать сорняки.

Практика «Стоп-кадр»

Когда чувствуете, что сейчас сорвётесь:

1. Остановитесь. Физически. Замрите. Не говорите. 2.

Сделайте вдох. Медленный. На четыре счёта. 3. Назовите чувство. «Это гнев». «Это обида». «Это страх». 4. Спросите себя: «Какое семя я хочу посадить прямо сейчас?» 5. Выберите. Даже если выбор — просто промолчать.

Это занимает десять секунд. Но эти десять секунд меняют день.

Диалог с Учителем: о сорняках

— Учитель, а что делать, если сорняк уже вырос? Я поспорил с женой. Она обижена. Я чувствую вину.

— Вина — это тоже сорняк. Не поливай его. Лучше посади новое семя. Подойди к жене и скажи: «Я был неправ. Прости». Не жди, что она сразу растает. Просто посади. И не поливай обиду.

— А если она не простит?

— Это её семя. Не твоё. Ты отвечаешь только за свои семена. Посади своё. Остальное — не твоя работа.

Вопросы и ответы

— Как быть, если я живу с человеком, который постоянно сажает сорняки? Он критикует, злится, обижает.

Вы не можете запретить ему сажать. Но вы можете не поливать его сорняки. Не отвечайте гневом на гнев. Не спорьте. Не доказывайте. Просто наблюдайте: «Ага, он сажает сорняк. Я не буду поливать». Это трудно. Но это работает. Через время его сорняки завянут без вашей реакции. А ваши

семена дадут плоды.

— А если это мой начальник? Я не могу уйти с работы.

Тогда сажайте семена терпения и мудрости. И параллельно ищите другую работу. Не из гнева, а из ясности. Это разные семена.

— Сколько времени нужно, чтобы сорняки завяли?

Столько, сколько вы их поливали. Если вы поливали их двадцать лет, не ждите, что они завянут за неделю. Но если вы перестанете поливать — они завянут. Обязательно.

ЧАСТЬ II. САД: ПРАКТИКИ

Глава 4. Практика «Четыре шага к исполнению желания»

Прошло два месяца. Артур приходил на занятия каждую неделю. Он всё ещё не был уверен, что это работает — но спина болела меньше, а с Леной они однажды проговорили весь вечер, вспоминая, как познакомились. Это было странно. Он ничего для этого не делал. Просто перестал поливать сорняки.

Но оставалось то, что не давало ему покоя. Деньги. Точнее — их количество. Бизнес стоял на месте. Три магазина давали стабильный, но небольшой доход. Артур хотел большего — не из жадности, а из какого-то внутреннего чувства, что он способен на большее. Он хотел расшириться. Открыть четвёртый магазин. Может быть, пятый. Но каждый раз, когда он считал бюджет, ему не хватало. Каждый раз, когда он

шёл в банк за кредитом, что-то срывалось. То документы не те, то процент высокий, то партнёр подводил.

— Учитель, — сказал он однажды, — я делаю практики. Я перестал злиться. Я даже начал помогать Игорю — хотя, честно говоря, еле себя заставляю. Но денег больше не стало. Почему?

Учитель посмотрел на него внимательно.

— Ты помогаешь Игорю, потому что хочешь денег?

Артур замялся.

— Ну... да. Разве это плохо?

— Это не плохо. Это просто не работает. Семя, посаженное с корыстью, даёт плод с корыстью. Ты помогаешь Игорю, чтобы получить деньги. Значит, ты получишь помощь от кого-то, кто тоже хочет от тебя что-то получить. Это не щедрость. Это сделка. А сделка — это не семя изобилия. Это семя долга.

Артур нахмурился.

— А как тогда? Я же не могу помогать просто так. Мне нужны деньги.

— Можешь. И нужно. Но есть разница между «помогать, чтобы получить» и «помогать, потому что понимаешь: поле одно». Когда ты помогаешь Игорю и думаешь: «Он — это я. Его успех — это мой успех. Если я помогу ему, я помогу себе», — это другое семя. Оно чище. Оно прорастает быстрее.

Учитель достал лист бумаги.

— Я дам тебе практику. Она называется «Четыре шага».

Это древний метод. Он кажется простым. Но если делать его правильно — он меняет всё.

Шаг первый: сформулируйте желание очень конкретно — Первая ошибка, — сказал Учитель, — это размытость. «Хочу быть богатым». «Хочу любви». «Хочу здоровья». Это не семена. Это туман. Семя должно быть конкретным.

Он написал на листе:

«Я хочу к декабрю следующего года открыть четвёртый магазин в районе Северный. Мне для этого нужно 5 миллионов рублей. Я хочу получить их честным путём, без долгов, которые меня раздавят».

— Вот это — семя, — сказал он. — Оно конкретное. Оно имеет срок. Оно имеет форму. И оно не вредит никому. Если бы ты написал: «Хочу 5 миллионов любой ценой», — это было бы семя вреда. Оно вернулось бы к тебе болью. Поэтому важно: желание должно быть чистым. Оно не должно разрушать чужое счастье.

Артур переписал своё желание. Потом ещё раз. Потом ещё. Каждый раз оно становилось всё яснее.

Шаг второй: найдите человека, у которого есть то же желание

— Теперь самое важное, — сказал Учитель. — Тебе нужен партнёр. Человек, у которого есть то же желание, что и у тебя. Не тот, кто уже получил. А тот, кто хочет. Тот, кто

ищет. Тот, кто нуждается.

— Зачем?

— Потому что поле одно. Если ты хочешь денег, а другой хочет денег — вы на одном поле. Если ты поможешь ему получить то, что он хочет, ты посадишь семя для себя. Это не магия. Это садоводство. Ты не можешь заставить свой цветок расти. Но ты можешь полить чужой. И тогда — по закону поля — твой тоже получит воду.

Артур задумался.

— И где мне найти такого человека?

— Оглянись. Может быть, это твой сотрудник, который хочет купить квартиру. Может быть, твой партнёр, который хочет расширить отдел. Может быть, твой друг, который хочет открыть своё дело. Не ищи идеального. Ищи того, кто рядом.

Артур вспомнил про Вадима. Того самого, который вечно опаздывал с отчётами. Вадим недавно обмолвился, что хочет открыть свою маленькую мастерскую по ремонту мебели. Но у него не хватает денег и уверенности.

— Вадим, — сказал Артур. — Он хочет открыть мастерскую.

— Отлично, — улыбнулся Учитель. — Вот твоё поле.

Шаг третий: помогайте ему каждый день

— Каждый день? — переспросил Артур. — Я же работаю. У меня нет времени.

— Пять минут. Хотя бы пять минут в день. Позвони ему. Напиши. Поделись идеей. Спроси, как дела. Помоги с расчётами. Найди ему клиента. Это не должно быть подвигом. Это должно быть привычкой.

Артур начал с малого. В первый день он позвонил Вадиму и спросил, как продвигается идея с мастерской. Вадим удивился. Во второй день он скинул ему контакт знакомого, который искал мебель на заказ. В третий — помог составить простое объявление.

Через неделю Вадим сказал:

— Артур, спасибо. Ты первый, кто в меня поверил.

Артур почувствовал странное тепло в груди. Он не ждал этого. Но это было приятно.

Шаг четвёртый: «сделайте уборку» перед сном

— Вечером, — сказал Учитель, — перед сном, вспомни всё хорошее, что ты сделал за день для других. И порадуйся этому. Не для того, чтобы похвалить себя. А для того, чтобы «закрепить» семя. Это как поставить колышек рядом с ростком, чтобы его не затоптали.

Артур начал делать это. Каждый вечер он записывал в блокнот:

«Сегодня помог Вадиму с расчётами. Порадовался его успеху. Не стал злиться на Игоря, хотя он опять всё перепутал. Пожелал Лене спокойного дня».

Через месяц он заметил, что стал спокойнее. Через два

— Вадим открыл мастерскую. Через три — Артур получил неожиданное предложение от поставщика: скидку на материалы, которая позволяла открыть четвёртый магазин раньше срока.

Он не верил в совпадения. Но он помнил, что говорил Учитель: «Поле одно».

Практика «Четыре шага»

Выполняйте эту практику каждый день в течение трёх месяцев. Не пропускайте. Даже если кажется, что ничего не происходит.

Шаг 1. Запишите своё желание конкретно. Срок. Сумма. Форма. Проверьте: оно не вредит никому? Если вредит — переформулируйте.

Шаг 2. Найдите человека, у которого есть похожее желание. Запишите его имя. Познакомьтесь с ним ближе. Узнайте, что ему нужно.

Шаг 3. Каждый день делайте для него что-то маленькое. Пять минут. Не больше. Но каждый день.

Шаг 4. Вечером запишите то, что сделали. И порадитесь. Искренне. Как за себя.

Медитация «Полив»

Сядьте удобно. Закройте глаза. Представьте человека, которому вы помогаете. Увидьте его лицо. Увидьте, чего он хочет. Представьте, что в ваших руках — лейка. Вы поливаете

те его семя. Не своё. Его. Почувствуйте, как вода уходит в землю. Как семя набухает. Как появляется росток. Порадуйтесь этому ростку. Побудьте с этой радостью минуту. Потом откройте глаза.

Делайте эту медитацию раз в день. Перед сном. Она занимает три минуты.

Вопросы и ответы

— А если у человека, которому я помогаю, желание не такое, как у меня? Например, он хочет любви, а я хочу денег?

Тогда это не ваш партнёр по семенам. Ищите того, у кого желание совпадает. Поле должно быть одним. Если вы хотите денег, а он хочет любви — вы поливаете разное. Это не значит, что помогать ему плохо. Это значит, что для вашего желания нужен другой партнёр.

— А если я помогаю, а человек неблагодарный? Он не замечает, не ценит, грубит.

Это его семя. Не ваше. Вы посадили своё. Не ждите благодарности. Благодарность — это его урожай. Ваш урожай — это ваши деньги. Не путайте.

— Сколько партнёров нужно? Один или несколько?

Один — достаточно. Но если есть возможность — два или три. Чем больше вы поливаете, тем быстрее растёт ваше поле. Но не превращайте это в гонку. Начните с одного.

— А если я не нахожу партнёра?

Значит, вы плохо смотрите. Партнёр — это не обязательно

друг. Это может быть коллега, сосед, случайный знакомый. Главное — у него должно быть желание, похожее на ваше. И он должен быть открыт к помощи. Не навязывайтесь. Предложите. Если откажется — ищите другого.

— Можно ли помогать человеку, который хочет того же, что и я, но я его не люблю? Например, конкурент.

Можно. Более того — это самое сильное семя. Помочь конкуренту — значит победить зависть. А зависть — это главный сорняк на поле денег. Если вы сможете искренне помочь конкуренту — вы посадите семя, которое прорастёт быстрее, чем вы думаете.

Диалог с Учителем: о корысти

— Учитель, а разве плохо хотеть денег? Вы всё время говорите о щедрости, о помощи. А если я просто хочу зарабатывать больше? Это что, грех?

— Нет. Хотеть денег — не грех. Грех — думать, что деньги придут сами, без причин. Деньги — это плод. Плод не растёт без семени. Семя — это щедрость. Но щедрость не означает «раздай всё». Щедрость означает «поделись тем, что имеешь». Временем. Вниманием. Знанием. Даже просто добрым словом. Это тоже семя.

— То есть я могу хотеть денег?

— Можешь. Но не привязывайся к ним. Если ты хочешь денег только для себя — ты поливаешь сорняк. Если ты хочешь денег, чтобы помочь другим — ты поливаешь семя.

Разница не в сумме. Разница в намерении.

Глава 5. Как исцелить тело: шесть правил здоровья

Спина Артура болела всё меньше. Но оставалась ещё одна проблема — давление. Врачи говорили: «Возраст, стресс, наследственность». Артур пил таблетки. Они помогали. Но не до конца.

— Учитель, — спросил он, — а можно ли вылечить тело без таблеток?

— Можно, — ответил Учитель. — Но не сразу. Тело — это плод. Если ты сажал семена болезни двадцать лет, не жди, что за неделю всё пройдёт. Но если ты начнёшь сажать семена здоровья — тело начнёт меняться. Медленно. Но обязательно.

Он достал старую книгу в кожаном переплёте. Открыл её.

— Здесь шесть правил. Они древние. Но они работают. Это не мораль. Это гигиена ума.

Правило первое: не убивать

— Даже комара? — усмехнулся Артур.

— Даже комара. Но дело не в комаре. Дело в уме. Когда ты убиваешь — даже в мыслях — ты сажаешь семя боли. Ты привыкаешь к мысли, что боль — это решение. А потом эта мысль возвращается к тебе. В виде болезни.

— А если комар мешает спать?

— Можно прогнать. Можно открыть окно. Можно натя-

нуть сетку. Убийство — это крайний случай. И даже тогда — если ты убиваешь, ты должен делать это без ненависти. С пониманием: «Я делаю это не потому, что ненавижу, а потому, что иначе не могу». Это другое семя. Оно легче.

Артур подумал о том, сколько раз он мысленно «уничтожал» Игоря. Сколько раз желал ему провала. Сколько раз представлял, как тот получает по заслугам. Он никогда никого не бил. Но внутри — бил. И это возвращалось.

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.