

Спонтанное Осуществление Желаний: Как Подчинить Себе Бесконечный Потенциал Вселенной

Дипак Чопра

- [От автора](#)
- [Предисловие](#)
- [Часть 1](#)
 - [1. Материя, разум, дух](#)
 - [2. Синхронистичность в живой природе](#)
 - [3. Природа души](#)
 - [4. Намерение](#)
 - [5. Значимость совпадений](#)
 - [6. Желания и архетипы](#)
- [Часть 2](#)
 - [7. Медитации и мантры](#)
 - [8. Первый Принцип:](#)
 - [9. Второй Принцип:](#)
 - [10. Третий Принцип:](#)
 - [11. Четвертый Принцип:](#)
 - [12. Пятый Принцип:](#)
 - [13. Шестой Принцип:](#)
 - [14. Седьмой Принцип:](#)
 - [15. Жить Синхросудьбой](#)
- [Об авторе](#)

- [Сноски](#)

Дипак Чопра
Спонтанное Осуществление Желаний
Как Подчинить Себе Бесконечный
Потенциал Вселенной

The Essential. Spontaneous Fulfillment of Desire

@ 2007 by Deepak Chopra

Книга издается с разрешения Harmony Books, a division of

Random House, Inc., и Synopsis Literary Agency

© «София», 2008

Рита, Маллика, Гаутама, Кэндис, Саманта, Тара и Лила, эта книга посвящается вам.

Вы управляете синхронистичным танцем моей вселенной.

От Автора

Не много найдется дел, которые нравятся мне больше, чем учиться самому и учить других. Все люди рождаются с неуемной жадью познавать окружающий мир. Мне повезло: родители не только не ограничивали, но и поощряли мой интерес к неведомому. Теперь я взрослый человек, и обе эти области — в моем распоряжении. С одной стороны, я изучаю медицину, древнюю мудрость, здоровье, душу, а с другой — делюсь накопленными знаниями. Я пишу книги, читаю лекции, удовлетворяя тем самым любознательность других.

Выступая публично, я либо сжимаю материал, либо подаю его во всех деталях и частностях — в зависимости от запаса времени. Часовая еженедельная передача на радио требует совсем иного подхода, чем пятиминутный сюжет в утренней телепрограмме. Недельный же курс лекций предполагает еще более обширное изложение материала. Сказанное справедливо и для печатных изданий. Далеко не всегда у нас есть возможность читать пояснение какой-то идеи, растянутое на несколько сот страниц. Однако мы, возможно, нашли бы время, чтобы вникнуть в *сущность* идеи.

Поэтому у нас и возникла мысль сократить некоторые книги. Уже изданы три сокращенные версии книг: *«Тело и ум, неподвластные времени: квантовая альтернатива старению»*, *«Как познать Бога: путешествие души к тайне тайн»* и *«Спонтанное осуществление желаний: как подчинить себе бесконечный потенциал совпадений»*. Надеюсь, эта серия будет полезна как тем, кто не знаком с моими работами, так и людям, которые уже прочли полноформатные книги, но хотели бы освежить в памяти изложенные там мысли.

Эта книга предназначена для всех, кто задумывался над смыслом совпадений: вы только что подумали о старом друге, с которым не виделись много лет, — и вдруг звонит телефон, вы снимаете трубку и слышите голос именно этого человека! Или же вы глубоко уповаете на что-то — и в конце концов все складывается как нельзя лучше.

Совпадение? Возможно. Но на такие совпадения следует обращать внимание. Ведь *«совпадение»* означает *«происходящее одновременно»*; в такие моменты вы словно проникаете взглядом

туда, где все случается в одно и то же время, туда, где прошлое, настоящее и будущее едины.

Изложенные в книге сведения помогут вам не только научиться пользоваться подобными совпадениями — они помогут увеличить их количество. Нужно лишь осознать присутствие совпадений в вашей жизни и осознать их смысл. Так вы попадете в мир божественного разума, где сможете творить свою «удачу» сами.

Это не просто совпадения. Это путь к исполнению желаний.

Предисловие

Чудеса случаются каждый день. Причем не где-то за тридевять земель, а здесь, в нашей с вами жизни. Они возникают из потаенного источника, окружают нас морем возможностей и исчезают. Чудеса считаются чем-то сверхъестественным, хотя и пронизывают наше сознание ежедневно. Мы можем замечать их, а можем игнорировать — и не понимать, что в этот миг решается наша судьба. Но если настроиться на чудеса, настроиться быть «здесь и сейчас», жизнь озарится таким сиянием, какое вы и представить не можете.

Если же не обращать на чудеса внимания, счастливые возможности проплывут мимо. Узнаете ли вы чудо, если увидите его своими глазами, — вот в чем вопрос. А если поймете, что чудо — это чудо, как себя поведете? А вот если бы вы сами могли творить собственные чудеса, какое чудо вы бы выбрали?

Внутри нас, за пределами физической сущности, за пределами мыслей и эмоций обретается мир чистого потенциала — в этом мире возможно всё. Даже чудеса. *Особенно чудеса.* Эта часть нашего естества связана со всем сущим — нынешним и будущим. Каждому из нас приходилось быть свидетелем поразительных и сверхъестественных — иначе не назовешь — явлений. Скажем, вы убираетесь в шкафу и находите давний подарок человека, связь с которым прервалась много лет назад. Через какой-нибудь час раздастся телефонный звонок, вы снимаете трубку и слышите голос того самого приятеля. Или же — у вас ломается машина на пустынной трассе; вы огорчены: помощи придется ждать не один час. Однако первой же машиной, показавшейся на дороге, оказывается автотягач.

Можно ли назвать такие вещи простыми совпадениями? Конечно, можно. Но при ближайшем рассмотрении подобные случаи могут оказаться и проявлениями чудесного. От них можно отмахнуться, как от случайных явлений в мире хаоса. Но и признать в них потенциально судьбоносные события, каковыми они вполне могут оказаться, тоже можно.

Я не верю в бессмысленные совпадения. Я считаю, что

совпадения — это послания, подсказки, на которые следует обращать самое пристальное внимание.

Уделяя совпадениям и их значению должное внимание, вы поддерживаете связь с глубинным пластом бесконечных возможностей. С этого и начинается магия. Такое состояние я называю *Синхросудьбой* — оно позволяет исполнить любое желание. *Синхросудьба* предполагает доступ к глубинным уровням вашей сущности; кроме того, вы должны внимательно следить за затейливым танцем совпадений в материальном мире. Нужно стараться проникнуть в природу вещей, осознать существование источника разума, благодаря которому созидание Вселенной продолжается по сей день. Человек должен стремиться реализовать открывающиеся перед ним возможности и тем самым изменить свою жизнь.

Мой отец служил в индийской армии, он был личным врачом лорда Маунтбаттена, последнего генерал-губернатора Индии. Свободное от службы время отец нередко посвящал общению с леди Маунтбаттен — они подружились. Леди Маунтбаттен посоветовала ему подать заявку на членство в Королевской коллегии врачей. Вскоре отца вызвали в Англию. Мне тогда только-только исполнилось шесть лет. Потом и мать уехала к отцу, оставив нас с братом на попечение бабушки и дедушки.

И вот отец написал, что наконец-то сдал все экзамены. Это был знаковый день для всех нас. Дедушка, гордый удачей сына, повел нас в город, чтобы отпраздновать приятную новость. Это был не день, а ураган счастья. А ночью нас разбудил громкий плач. Мы еще не знали, что дедушка наш умер; его оплакивали безутешные женщины — от их рыданий мы и проснулись.

На меня и на брата все это произвело сильнейшее впечатление. Я целыми ночами лежал без сна, гадая, где теперь мой дедушка и удалось ли его душе спастись. Брат реагировал иначе: у него начала шелушиться кожа, словно от солнечного ожога. Но ожога-то не было, и брата показали нескольким врачам. Один мудрый доктор сказал, что недавние драматические события в семье, должно быть, сильно ранили мальчика, пробили его защиту; шелушение кожи стало внешним проявлением ранимости. Кожа перестанет шелушиться, когда наши родители вернуться в Индию, сказал врач напоследок. Так и случилось.

Оглядываясь назад, я понимаю, что те события раннего детства определили род моих дальнейших занятий — я заинтересовался изучением природы души и исследованиями связи между телом и разумом.

Но увидеть сеть совпадений — это далеко не все; это лишь первый шаг к пониманию *Синхросудьбы* и ее законов. Следующий этап — развить способность осознавать совпадения. Стечения обстоятельств легче заметить по прошествии времени. Однако в

более выгодном положении находится тот, кто умеет видеть их в настоящем. У такого человека больше шансов воспользоваться новыми возможностями. Кроме того, осознание преобразовывается в энергию.

Чем внимательнее вы к совпадениям, тем чаще они случаются и тем шире ваш доступ к посланиям-подсказкам.

Финальная стадия *Синхросудьбы* — это осознание взаимосвязи, взаимозависимости и согласованности всего сущего.

Согласованность — это попадание в унисон. Представьте себе стаю рыбок — вот они плывут в одном направлении, мгновение — и вся стая развернулась в другую сторону. Вожака у рыб нет. И никто из них не раздумывает: «Ага, передняя рыба повернула налево, значит, и мне туда же». Все поворачивают одновременно. Такая синхронность обусловлена существованием великого всепроницающего Разума, пребывающего в самом сердце Вселенной. Этот Разум проявляется в каждом из нас посредством того, что мы называем душой.

Если научиться прислушиваться к миру души, возможным станет многое. Мы начинаем осознавать тонкие паттерны и синхронные ритмы, которые управляют нашей жизнью.

Мы понимаем, что наше нынешнее «я» — это сумма накопленного опыта и воспоминаний. Страх и тревоги исчезнут, как только наши глаза раскроются от удивления перед распахивающимся навстречу миром.

Мы начнем замечать совпадения и поймем, что даже в пустячной случайности таится некий глубинный смысл. Оказывается, что внимательное отношение к *совпадениям* приносит весьма ощутимые результаты. Мы установим связь со всем сущим и познаем объединяющий всех нас дух. Отыщем сокрытые в недрах душ невиданные сокровища и окунемся в обретенное величие. Мы сознательно превратим судьбу в неисчерпаемый источник творчества — ведь душа изначально должна была быть таким источником — и сможем реализовать самые сокровенные мечты, приближаясь к просветлению.

Это — чудо *Синхросудьбы*.

Моя книга не изменит вашу жизнь за один вечер. Но если вы готовы каждый день посвящать немного времени «тренировкам», то обнаружите, что чудеса не только возможны — они уже встречаются на каждом шагу. Чудеса могут происходить каждый день, каждый час, каждую минуту.

Сейчас потенциал чудесной жизни находится внутри вас; этот потенциал пассивен. Высвободите его, проживите жизнь, полную невиданных чудес.

Позвольте мне показать вам, как это сделать.

Часть 1

Потенциал Безграничных Возможностей

1. Материя, Разум, Дух

Как только человек начинает осознавать окружающий мир, он принимается искать свое место в мироздании. Снова и снова мы задаем себе вечные вопросы: «Зачем я здесь?», «Смогу ли я стать частью вселенской мозаики?», «Какая судьба мне уготована?»

В детстве грядущее кажется чистым листом, на котором мы легко и просто запишем историю собственной жизни. В детстве всё по плечу, и мы упиваемся предвкушением открытий, наслаждаемся чистой радостью жизни, полной безграничных возможностей.

Но человек растет, взрослеет, «обучается» собственной ограниченности — и его горизонты сужаются. То, что недавно разжигало воображение, пригибает к земле, оборачивается смятением и страхом. Беспредельное сужается, тускнеет.

Высокую радость безграничных возможностей можно вернуть. Понимание природы реальности, готовность признать взаимосвязь и единство всего сущего — вот и всё, что для этого нужно. Стоит овладеть специальными техниками, и мир раскроется перед вами, удача станет частой гостьей в вашем доме.

Первый шаг к такой жизни — осознание истинной природы трех уровней бытия.

Уровень 1. Сфера Физического

Первый уровень бытия — физический, или материальный, зримый мир. Мы называем его «подлинным миром». В отличие от других уровней, он изучен нами вдоль и поперек. Здесь есть материя; у объектов этого мира четкие очертания, все объекты умещаются в три измерения и доступны чувственному восприятию: здесь нам помогают зрение, слух, осязание, вкус и обоняние. На физическом уровне кажется, что время линейно, — мы даже говорим о стреле времени, направленной из прошлого в настоящее и будущее. Это значит, что на этом уровне все имеет свое начало и конец — а значит, всё непостоянно.

Материальный мир подвластен непреложному закону причины и следствия — и потому предсказуем. Благодаря законам Ньютона мы можем предвидеть равенство действия и противодействия; когда бильярдные шары сталкиваются друг с другом, траектория их дальнейшего движения вполне очевидна. Ученые с большой точностью могут определить время и длительность следующего солнечного затмения. Сведения о материальном уровне бытия

лежат в основе всех наших «разумных» представлений о мире.

Уровень 2. Квантовая Сфера

Второй уровень — информация и энергия. Это квантовый уровень. Здесь всё «нереально» — то есть недоступно органам чувств. Ваш разум, мысли, эго — всё, что вы привыкли считать своей «сущностью», — всё это частицы квантовой сферы. Мысли неосвязаемы, и тем не менее вы не сомневаетесь, что ваше «я» и ваши мысли действительно существуют. Нам кажется, что категории разума отлично объясняют сущность квантовой сферы. На самом деле всё не так просто: зримый мир есть не что иное, как проявление информационно- энергетического поля квантового уровня. Материальный мир есть подмножество мира квантового.

Материальные предметы состоят из молекул, а молекулы из атомов, — это азы школьных знаний. Школьник понимает, что стул, на котором он сидит, — такой, казалось бы, твердый и прочный стул — состоит из атомов, и видны эти атомы только в мощный микроскоп. Более того, крохотные атомы состоят из субатомных частиц, не обладающих какой-либо плотностью. Это в буквальном смысле пакеты волн информации и энергии. А это значит, что на втором уровне бытия стул, на котором вы сидите, — тоже сгусток энергии и информации.

Всё это с трудом поддается пониманию. Как могут невидимые волны энергии и информации производить впечатление материальных предметов? Дело в том, что на квантовом уровне все процессы происходят со световой скоростью, и наши органы чувств просто не успевают обработать информацию. Разница в восприятии объектов объясняется тем, что энергетические волны несут различную информацию — эта информация зависит от частоты и вибрации энергетических волн. Иными словами, вещественный мир, мир объектов и материи, соткан из информации, а информация содержится в вибрирующей на разных частотах энергии. Вибрации осуществляются на огромных скоростях, и поэтому мир видится нам не огромной всепроникающей энергетической сетью, а чем-то иным. Наши органы чувств не поспевают за всем этим, они воспринимают только отдельные сгустки энергии — именно эти кластеры информации и становятся в человеческом восприятии «стулом», «телом», «водой» и прочими объектами материального мира.

На квантовом уровне сгустки энергии, вибрирующие на разных частотах и воспринимающиеся нами как материальные объекты, входят во всеобщее энергетическое поле. Если бы мы могли воспринимать мир на квантовом уровне, то увидели бы себя частицами колоссального «энергетического супа»; обнаружили бы,

что все сущее, все материальные объекты — всего лишь кластер энергии, плавающий в этом «супе». Наше энергетическое поле постоянно контактирует с другими полями; на такой контакт каждый из нас реагирует по-своему. Мы — проявления всепроницающей энергии и информации. Иногда эта связь уловима. Это очень тонкие материи, но иногда ощущения проясняются. Бывает, заходишь в комнату и просто кожей чувствуешь повисшее в воздухе напряжение — слышно, как муха пролетает. В храме, в святой обители, человека нередко окутывает покой и умиротворение. Практически каждому из нас хорошо знакомы эти чувства. Энергия места смешивается с вашей собственной энергией — и на определенном уровне вы это чувствуете.

На более глубоком уровне границы между нами и окружающим миром стираются. Материальные предметы на ощупь кажутся плотными, словно их и нас что-то разделяет. Физик сказал бы, что предметы кажутся твердыми оттого, что все в мире состоит из атомов; атомы сталкиваются, из-за чего возникает ощущение плотности, вещественности материальных предметов. Но давайте задумаемся о природе атома. Атом — это крошечное ядро, вокруг которого вращается электронное облако. Для наглядности можно представить лежащий посреди футбольного поля орешек. Орешек — это ядро атома, а стадион — электронное облако. Касаясь чего-либо, мы ощущаем плотную поверхность — это значит, что электронные облака сталкиваются между собой. Именно так мы объясняем ощутимую (или же едва уловимую) плотность того или иного предмета. Наши глаза настроены на восприятие трехмерного изображения материальных объектов.

Выходит, в нашем сознании энергия и информация становятся материальными предметами по милости наших же органов чувств — несовершенных и ограниченных. Но что, если бы мы сумели заглянуть на квантовый уровень? Мы увидели бы, что всё, казавшееся прочным и незыблемым, возникает из пустоты и в пустоте исчезает — исчезает в мгновение ока, со скоростью света. Непрерывность и вещественность мира существуют только в нашем воображении — а воображение опирается на информацию, полученную от органов восприятия. В сущности, все мы то проявляемся в этой жизни, то исчезаем из нее. Мы обязательно заметили бы эти интервалы — если бы сумели тонко настроить органы чувств. Мы то есть, то нет. То снова есть. Иллюзию же непрерывности существования создает память.

Итак, разум — это область энергии и информации. Идеи — тоже энергия и информация. Энергетический «суп» вы принимаете за множество отдельных материальных сущностей — и воображаете, будто ваше тело и весь материальный мир действительно существуют. Но откуда взялось сознание, источник всех этих

фантазий?

Уровень 3. Нелокальная Сфера

Третий уровень бытия — это уровень разума, или сознания. Можно сказать, что это виртуальный, духовный уровень, пространство возможностей, универсальное бытие, глобальное нелокальное сознание. Именно здесь информация и энергия отделяются от океана возможностей. Фундаментальный, основополагающий уровень бытия не материален — это даже не «информационно-энергетический суп», но *чистый потенциал*. Пространства и времени на этом уровне нет — глобальная нелокальная действительность не оперирует такими категориями. Мы называем ее нелокальной, так как эту действительность невозможно соотнести с каким-либо местом — она не «в» вас и не «где-то там». Она просто *есть*.

Именно благодаря разумному началу духовного уровня в «энергетическом супе» появляются привычные нам очертания материальных объектов. Под влиянием этого начала квантовые частицы соединяются в атомы, атомы — в молекулы, а молекулы — в структуры. Это и есть организующее начало всего и вся. Разобраться в этом довольно трудно. Вспомните двойственную природу мышления — возможно, так легче будет осознать вышесказанное. Раскрывая книгу, вы видите печатный шрифт, ваш мозг (ум) перекодирует печатные знаки в символы — в буквы и слова — и пытается докопаться до заложенного в них смысла.

Но вернемся на шаг назад и спросим себя: «Кто именно читает книгу? Что за сознание стоит за нашими мыслями?» Задумайтесь о двойственности этого внутреннего процесса. Ваш ум декодирует сигнал, анализирует и переводит. *Кто* же тогда читает? Эта небольшая головоломка поможет вам осознать, что внутри вас постоянно присутствует нечто — некая сила, осуществляющая и познающая. Это и есть душа, нелокальный разум; ее свершения лежат в сфере виртуальной действительности.

Нелокальный разум находится одновременно везде, он может проявляться сразу в нескольких местах. Именно этот виртуальный мир ведает организацией и синхронизацией всего сущего. Здесь причина всех *совпадений*, без которых не было бы *Синхросудьбы*.

Если вы научитесь жить на этом уровне, то сможете легко исполнять любые желания.

Творить чудеса.

Доказательства Существования Виртуального Уровня

Виртуальный уровень — вовсе не плод разыгравшегося воображения, не фантазия человека, мечтающего о существовании вселенской силы, чья мощь неизмеримо превышала бы сто силу. Уже не первое тысячелетие длится философский спор о существовании «духа». И лишь в XX веке ученые смогли доказать существование нелокального разума.

Из школьного курса физики мы помним, что Вселенная состоит из волн и твердых частиц. Нас учили, что все материальные предметы — это не что иное, как скопления твердых частиц. Так, вращающиеся вокруг атомного ядра электроны, эти мельчайшие сегменты материи, тоже твердые частицы. А вот звуковые и световые волны, говорили нам, не обладают плотностью, их невозможно пощупать. Между этими двумя субстанциями проводилась четкая грань: частицы — это частицы, а волны — это волны.

Но выяснилось, что субатомные частицы — это составляющие так называемого *волнового пакета*. Энергетические волны делятся непрерывно, характеризуются одинаковыми периодами подъемов и спадов. Волновой же пакет есть концентрированная энергия.

Размышляя о субатомной частице, присутствующей в волновом пакете, мы могли бы задать себе два вопроса: (1) «Где эта частица?» и (2) «Каков ее импульс?». Физики обнаружили, что правомерным будет только один вопрос — ответить сразу на оба вопроса *невозможно*.

Если вы спрашиваете: «Где частица?» — то фиксируете волну-частицу в определенном месте; волна-частица становится частицей. Если же вы интересуетесь ее «импульсом», значит, считаете главным ее свойством движение — стало быть, говорите о волне.

Так что же это на самом деле — волна или частица? Все зависит от заданного вопроса. Одновременно определить импульс и координаты волны-частицы невозможно, ибо она может быть как волной, так и частицей. Пока не произведены измерения, волна-частица сохраняет свою *амбивалентную* природу. Феномен этот называется принципом неопределенности Гейзенберга — в современной физике это одно из ключевых понятий.

Наблюдение — главный инструмент идентификации субатомной частицы, поэтому ответственность за коллапс волновой функции Нильс Бор и некоторые другие ученые-физики возлагали на сознание. Можно сказать, что бытие без вмешательства сознания — это аморфные пакеты энергии с огромным потенциалом; бытие без сознания есть чистый потенциал.

Это одно из ключевых положений моей книги. С вашего позволения, я еще раз повторю его, поскольку важность этого тезиса чрезвычайна: *без вмешательства сознания, выступающего в роли наблюдателя и толкователя, бытие было бы чистым потенциалом.*

Чистый потенциал — это виртуальный уровень, третий уровень бытия. Уровень этот нелокален и неисчерпаем; он вечен и всеобъемлющ. Черпающий из этого источника способен творить чудеса.

Исследователь Клив Бакстер, сотрудник Центра Чопры и мой добрый друг, предложил интересный эксперимент. В 1972 году он разработал методику исследования клеток человеческого организма, изъятых из организма хозяина.

Однажды Клив, исследуя белые кровяные клетки, обнаружил интересную вещь. Во время эксперимента ученый пропустил порцию своей слюны через центрифугу (так он получил экстракт белых клеток), после чего поместил ее в маленькую пробирку, внутрь которой опустил электроды из золота, подсоединенные к датчикам ЭЭГ. Тут ему пришла мысль сделать на тыльной стороне ладони небольшой надрез и посмотреть, скажется ли это на лейкоцитах. Он нашел стерильный ланцет, вернулся к приборам и мимоходом взглянул на график электромагнитной активности лейкоцитов. Оказалось, что всплеск активности белых кровяных клеток пришелся на время поисков ланцета! Иными словами, лейкоциты отреагировали на одно только его *намерение* порезаться.

Но чтобы увидеть проявления активности нелокального разума, не обязательно ставить эксперименты в лаборатории. Доказательства повсюду — в животных, в природе, в нас самих.

2. Синхронистичность В Живой Природе

Примеров синхронистичности в природе так много, что мы просто перестаем их замечать. Но посмотрите вокруг свежим взглядом, и понятие синхронистичности прояснится. Посмотрите в небо и подождите, когда прилетит стая птиц. Птицы, как и упомянутые рыбки, словно выстроены в боевые порядки: каждый маневр выполняется синхронно. В стае могут быть сотни особей, и движения их согласованны — при этом четко выраженного лидера в стае нет. Птицы меняют направление все разом, одновременно, ни одна из них не сбивается с ритма. В чем же секрет? Времени для обмена информацией у птиц нет, поэтому остается признать, что любая корреляция в их поведении нелокальна.

Физики давно пытаются понять, как птицам удается синхронизировать перемещения в стае, однако успехом эти попытки так и не увенчались. Сложность и абсолютная точность

движений птиц ставят ученых в тупик. Мгновенная связь в птичьих и рыбьих стаях происходит на духовном уровне — это дает о себе знать всепроницающий нелокальный разум виртуальной действительности. Результат — синхронность. Создания, тонко чувствующие окружающий мир и друг друга. Создания, танцующие в ритме Вселенной.

Ученый Руперт Шелдрейк исследовал то, что можно назвать примером нелокальной связи между собаками и их хозяевами, — и установил весьма интересные факты. Между людьми и собаками нередко возникает прочная связь. Выяснилось, что за какое-то время до прихода хозяина (от двух часов до десяти минут пес усаживается перед дверью и будто ждет, когда явится владелец. Скептики утверждали, что это просто привычка, что хозяин каждый день возвращается примерно в одно и то же время — или же что пес слышит звук подъезжающей машины или чует запах человека за несколько километров. Однако собаки «предсказывали» приход хозяина даже тогда, когда он возвращался домой неожиданно, приезжал на чужой машине, приходил пешком, — даже когда ветер дул в другую сторону, унося прочь знакомый запах.

Такое происходит не со всеми собаками, но, когда подобное случается, это очень впечатляет. Удивительнее всего то, что собаки, как доказал Шелдрейк, умеют угадывать намерения человека. Скажем, хозяин на две недели уехал в Париж, а пес остался дома в Лондоне. Если хозяин по какой-то причине меняет планы и решает вернуться домой неделей раньше, то и признаки нетерпения собака проявляет на семь дней раньше. Как только хозяин думает: «Пора домой», пес просыпается и, виляя хвостом, усаживается перед дверью.

В дикой природе примеров синхронистичности больше, ведь животные ближе к подлинной действительности, чем мы. Люди утратили чувство общности, увязнув в сумбуре тревог о том, где взять деньги заплатить за квартиру, какой автомобиль купить... Когда развивается ощущение «эго», ощущение отдельного и отличного от других «я», прежние связи рушатся.

Но некоторые люди и без совместных медитаций сохранили способность синхронистично чувствовать друг друга. Каждый из нас слышал о том, что близнецы часто знают мысли и чувства друг друга. Подобная связь присутствует и в отношениях других людей, связанных хоть и не родственными, но не менее крепкими узами. Как-то раз я разговаривал с пациентом — он вдруг схватился за живот, упал и стал качаться по полу. «Меня словно пырнули ножом», — объяснял он потом.

Позже мы узнали, что как раз в тот миг на его мать, проживавшую в Филадельфии, напал грабитель, который ударил женщину ножом в живот. Этот пациент был очень привязан к

матери — отношения с ней значили для него очень много. Мать и сын были так тонко настроены друг на друга, что на определенном уровне их физиология сливалась воедино. Мы могли бы сказать, что их ритмы были *согласованными*.

Согласованность — еще один синоним *корреляции* и *синхронизации*, потребляемый учеными для обозначения «захвата» одной силы (субстанции) другой силой (субстанцией). Так, частицы могут быть *захвачены* потоком жидкости. Этот термин помогает понять, как происходит корреляция. Не забывайте, что синхронистичность возможна только между тесно связанными, или *согласованными*, людьми, животными и предметами.

Как могут наши тела — такие настоящие, материальные — зависеть от виртуальных связей? Не забывайте: человеческий организм состоит из ста триллионов клеток — это приблизительно по тысяче клеток на каждую яркую звезду Млечного Пути. В человеческом организме насчитывается двести пятьдесят видов клеток — от простенькой шарообразной клетки жира до тонкой и разветвленной нервной клетки.

У каждой клетки своя функция; кроме того, каждая клетка постоянно занята обеспечением своей жизнедеятельности: синтезом белков, регуляцией уровня проницаемости оболочки, переработкой питательных веществ — и это далеко не полный список. Каждая клетка должна «знать», что делают остальные, — иначе тело распадется на мелкие кусочки. Функционирование организма возможно только при синхронной активности клеток — а такое может быть только при условии существования нелокальных связей. Как иначе сотня триллионов клеток, постоянно занятых тысячей разных дел, могли бы координировать свои действия, обеспечивая жизнедеятельность живого существа? Как иначе мог бы человек думать, нейтрализовывать токсины и улыбаться ребенку (или даже зачинать ребенка) в одно и то же время?

Наше тело всегда и везде ведет себя синхронистично. В здоровом организме всё синхронно и всё отлажено. Здоровые люди настроены на определенный ритм. А вот в больном организме ритмичность нарушена. Самый страшный разрушитель — стресс. Если вы напряжены, если чувствуете враждебность по отношению к кому- или чему-либо, внутреннее равновесие нарушается. Стресс ломает все нелокальные связи. Когда человек нездоров («не-здоров»), какие-то части его тела начинают сокращаться, тем самым исключая себя из нелокального поля разума.

Нарушить электромагнитное поле сердца способны многие эмоции, но больше всего достоверных фактов накоплено о гневе и враждебности. Когда исчезает синхронизация, функции организма

выполняются вразнобой. Иммунная система слабеет, повышается вероятность развития онкозаболеваний, инфекций, организм быстрее стареет. Происходящие с человеком изменения заметны животным — настолько эти изменения серьезны. Когда собаке случается увидеть человека, затаившего в себе злобу, она заходится лаем и просто-таки свирепеет. Куда бы вы ни шли, на глубинном уровне вы всегда несете информацию о подлинной сущности вашего «я».

Но связь с нелокальным разумом простирается далеко за пределы нашей физической оболочки. Вселенная, как и человеческий организм, пребывает в состоянии равновесия. Ритмы и циклы — проявления этого равновесия. Суточный ритм находится в прямой зависимости от Солнца, а лунный ритм зависит от Луны (лунных фаз). Лунные циклы коррелируют с планетарной активностью и оказывают серьезное влияние на человеческий организм. Солнечная и лунная гравитация — причина океанских приливов и отливов, которые, в свою очередь, тоже воздействуют на каждого из нас. Кроме всего прочего, миллионы лет назад мы обитали под водой. И до сих пор храним в себе частицу океана. Человеческий организм на восемьдесят процентов состоит из тех же химических элементов, что и океан, наш бывший дом.

Все ритмы — циркадные, лунные, сезонные — связаны между собой. Есть ритмы в ритме и ритмы в ритмах ритма. Эта барабанная дробь звучит вокруг и внутри нас. И мы тоже часть этих ритмов, часть пульса Вселенной.

Попробуйте представить, что Вселенная — огромный единый организм. И эта его огромность есть не что иное, как спроецированная перцепционная действительность: даже если «здесь» вы видите заполненный болельщиками громадный стадион, на самом деле это всего лишь слабый электрический импульс в мозгу, который вы, нелокальное существо, считаете футбольным матчем. «Мир — это отраженный в зеркале огромный город. Вселенная — тоже огромное отражение, наше отражение в собственном сознании», — гласит «Йога-Васиштха», древний ведический текст.

Это и есть душа всего сущего.

3. Природа Души

Громадный океан не имеет «эго». Издалека — с Луны или со спутника — океан кажется тихим и безжизненным; он словно обвивает Землю широкой голубой лентой. Но стоит приблизиться к океану, становится ясно: он постоянно движется; потоки, течения, водовороты, волны ни на миг не замирают. Со стороны может казаться, что во это — отдельные сущности. Гребни волн вздымаются над поверхностью океана, видно, как волны

разбиваются о прибрежные скалы. Но волна неотделима от океана. Волну невозможно упаковать и принести домой.

Если вы только-только начинаете понимать душу, океан может стать очень выразительной аналогией. Представьте, что океан — это нелокальная действительность, область беспредельных возможностей, виртуальный уровень бытия, синхронизирующий все сущее. А мы с вами — волны в этом океане. Мы плоть от плоти океана, он — самая сущность каждого из нас. Волны принимают определенные очертания — и мы тоже приноравливаемся к замысловатым формам нелокальной действительности. Этот огромный, беспредельный океан возможностей есть основа основ физического мира. Океан — символ нелокального, волны — символ локального. Океан и волны неразрывно связаны.

Если осознать, что душа есть производная нелокальной, виртуальной сферы бытия, то место человека во Вселенной проясняется. Мы локальны и в то же время нелокальны; каждый из нас, вообще всё сущее есть не что иное, как отдельная ипостась нелокального разума. Душа словно состоит из двух «частей». Огромная, нелокальная душа обретается на виртуальном (духовном) уровне — мощная, кристально чистая, обладающая беспредельными возможностями. А вот индивидуальная, локальная составляющая души существует на квантовом уровне. Именно она озаряет своим присутствием нашу повседневную жизнь и содержит информацию о нашей подлинной сущности. Она тоже сильна, кристально чиста и способна горы свернуть. В каждом человеке сокрыт безграничный потенциал беспредельной души. Наша душа — именно о ней мы думаем, когда размышляем о своей «сущности», — есть проявление вечной души.

Если бы мы жили созвучно уровню души, то увидели бы, что лучшая, самая светлая часть нашего «я» созвучна ритмам Вселенной. Мы бы уверились в своей способности творить чудеса. Избавились бы от страха, страстей, ненависти, тревог и сомнений. Быть созвучным миру души означает преодолеть ограничения «эго» и разума — ограничения, намертво привязывающие нас к явлениям и событиям материального мира и вообще к материальному миру как таковому.

Все мы — частицы нелокальной действительности, делающие вид, что мы — люди. В конечном счете, всё есть дух.

Но мы ведь вполне *чувствуем* свою индивидуальность, не так ли? Органы чувств «в один голос» убеждают нас в реальности нашего тела, да и мысли у нас очень личные, исключительно «наши». Мы учимся, влюбляемся, растим детей, делаем карьеру. Почему же мы не чувствуем огромный, бушующий внутри нас океан? Почему наша жизнь кажется нам столь ограниченной? Разгадка — в трех уровнях существования.

На физическом уровне — мы называем его «реальной жизнью»

— душа становится наблюдателем в мире наблюдаемого. Наблюдение состоит из трех компонентов. Первый компонент — объект наблюдения (эта составляющая из материального мира). Второй — процесс наблюдения (уровень разума). Третий — сам наблюдатель; этого наблюдателя мы и называем душой.

Душа есть у каждого, но наблюдаем-то мы с разных ракурсов. И жизненный опыт у нас разный. Поэтому вещи и явления видятся нами по-разному. Различия в восприятии — это различия в интерпретации. Если бы вы и я наблюдали за одной и той же собакой, мысли у нас были бы совершенно разные. Возможно, мне показалось бы, что это свирепое животное, и я бы даже слегка оробел. А вы сочли бы его милым, дружелюбным песиком. Ваш разум истолковал бы ситуацию совсем не так, как мой. При виде собаки я пусти лея бы наутек. Вы подозвали бы пса свистом и поиграли бы с ним.

Интерпретация происходит на уровне ума, но движения индивидуальной души обусловлены накопленным опытом; с помощью воспоминаний о прошлом душа предопределяет наш выбор, восприятие тех или иных ситуаций. Крохотные зерна событий, западающие на протяжении всей жизни в память, а также подпитываемое опытом сочетание памяти и воображения называется *кармой*. *Карма* накапливается в индивидуальной «части» души, в сердцевине нашей сущности — и определяет свойства нашего «я». Именно эта личностная составляющая управляет сознанием и делает нас такими, какие мы есть. Однако наши поступки могут повлиять на эту «индивидуальную душу» и изменить карму — в лучшую или худшую сторону.

Всемирная, нелокальная составляющая души неподвластна поступкам, но она связана с духом — чистым и неизменным. *Просветление* можно определить как «осознание себя беспредельным существом, наблюдающим и наблюдаемым с некоей локализованной точки зрения». И какой бы бездарной ни была наша сегодняшняя жизнь, никогда не поздно «подключиться» к той части души, которую называют беспредельным, неразбавленным потенциалом, и изменить свое существование. Это и будет *Синхросудьба* — обращаясь к связи между «своей» душой и душой всемирной, вы сформируете собственную жизнь.

Итак наша карма, возвращенные опытом семена памяти помогают нам осознать нашу сущность. Но особенности «индивидуальной» души каждого из нас определяются не только кармой, но и взаимоотношениями с окружающим миром.

Перейдем к эмоциям. Эмоции — это видоизмененная энергия. Они приходят и уходят, зависят от обстоятельств, ситуации, событий, уровня отношений. 11 сентября 2001 г., когда рухнул Всемирный Торговый Центр, всех нас захлестнуло волной страха и

ужаса — эти чувства были вызваны вполне определенными событиями. То были довольно сильные эмоции, и мир лихорадило не один месяц. Эмоции никогда не возникают на пустом месте, они всегда результат вашего взаимодействия с окружающим миром. Нет отношений, событий — нет и эмоций. Так что, даже если я рассержусь, это будет не *мой* гнев. Гнев просто *завладеет* мной на какое-то время.

Эмоции зависят от контекста, обстоятельств и взаимоотношений, которые формируют ваше видение действительности.

А что же мысли? Мысли — это переработанная информация. Каждая наша мысль — часть всеобщей базы данных. Сто лет назад никто не произнес бы фразу «Я полечу в Дисней-парк самолетом "Дельты"». Упомянутых реалий еще не было, не было и мыслей о них. Все мысли, кроме наиболее оригинальных, — не более чем переработанная информация. Да и самые свежие мысли — это квантовые скачки творческого вдохновения, коренящиеся всё в том же общем массиве информации.

Словосочетание «квантовый скачок» прочно вошло в повседневную лексику, но у этого термина есть и узкоспециальное значение. В школе нам говорили, что в атоме имеется ядро, а вокруг ядра вращаются электроны — каждый по своей орбите, на определенном расстоянии от ядра.

Нас учили, что электроны движутся по определенным орбитам, но в некоторых случаях могут изменять траекторию движения. Поглощая энергию, электрон может «прыгнуть» на более высокую орбиту. Если же энергия высвобождается, то он «прыгает» на более низкую. Но почти никогда не говорили, что, когда электрон меняет орбиты, он *не перемещается* в пространстве. Электрон движется по орбите А — и в следующий миг он доке на орбите В. *Меняя орбиты, электрон не перемещается в пространстве.* Это и называется квантовым скачком. Квантовый скачок есть изменение статус-кво — изменение мгновенное и без промежуточных стадий.

Ученые признают, что современная наука бессильна предсказать место и время квантового скачка. С помощью математических моделей можно просчитать приблизительную вероятность скачка, но точно определить, когда и где он произойдет, невозможно.

Ученые уже осознали непредсказуемость природы и теперь пытаются понять, почему окружающий мир устроен именно так, а не иначе.

Новая наука о хаосе конструирует сложные математические модели и с их помощью пытается предсказать непредсказуемое. Классический пример: бабочка в Техасе взмахивает крыльями, а

через шесть дней на Токио обрушивается тайфун. Едва заметный перепад давления, спровоцированный мотыльком, стократ усиливается и перерастает в ураган. Но предсказать подобное невозможно. Потому-то и ошибаются синоптики часто, потому-то правдивый прогноз погоды возможен только на ближайшие сорок восемь часов, не более. И все же предсказать погоду сравнительно легко — если сравнивать это с другими явлениями окружающего мира.

Применительно к духовному уровню это означает, что мы не можем предсказать, как повлияют на нашу судьбу едва заметные трепыхания крылышек наших мыслей и действий. Кроме того, мы никогда не постигнем всю глубину Божьего замысла. Мы не в состоянии понять, как, где и когда произойдет то или иное событие, — мы не можем предсказать даже такой пустяк, как вскипание воды. С неизвестностью надо примириться. И по достоинству оценить, сколь изысканна ее красота.

Квантовые скачки и неопределенность — основа любого творчества. Приходит время, и из коллективной информационной базы данных появляются новые идеи. Идеи эти зарождаются не в голове какого-то счастливчика, но в коллективном сознании. Вот почему важные научные открытия часто совершаются сразу в нескольких уголках земного шара. Идеи витают в коллективном сознании, и подготовленный разум способен перевести эту информацию на язык людей.

Уловить нечто познаваемое, но никем до сих пор не уловленное — это и есть гениальность. Только что новой, свежей идеи не существовало, секунда — и она стала частью нашего осознанного мира. Где же обреталась эта идея в промежутке между моментами? Она — гостья из виртуального мира, мира вселенского духа, где существует лишь чистый потенциал. Этот потенциал может воплотиться и во что-то вполне предсказуемое, и в нечто принципиально новое. На этом уровне все возможности уже существуют.

Теперь можно задаться вопросом: если мое тело, чувства, мысли и индивидуальные особенности не созданы лично мной и не суть врожденные данности, кто же я есть на самом деле? Согласно многим великим духовным традициям, «я есть другой». Без другого всех нас просто не существовало бы.

Ваша душа есть отражение других душ. Попробуйте представить то колоссальное переплетение связей и отношений, сформировавших ваше сегодняшнее «я»: вспомните всех родственников и друзей, учителей и одноклассников, всех продавцов во всех магазинах, всех сотрудников — вообще всех, с кем вы когда-либо общались. Чтобы понять всех этих людей и осознать их влияние на вашу личность, придется определить, кем были они сами. Придется описать калейдоскоп связей каждого из

тех, кто стал частью сети ваших собственных отношений. Вскоре вы поймете, что для описания одного-единственного человека надо описывать весь мир. В общем-то, каждый человек — это Вселенная. С определенной локализованной точки зрения каждый человек — бесконечность. Ваша душа индивидуальна и универсальна одновременно; она отражает другие души.

Важно понимать, что душа индивидуальна и универсальна, ее значение и ценность не ограничиваются жизненным опытом того или иного человека. Душа — наблюдатель; этот наблюдатель истолковывает события и делает выбор, находясь в самой гуще событий и взаимоотношений. Эти взаимоотношения оказывают влияние на всю нашу жизнь, формируют характер, внутренние установки, обстоятельства и окружение человека. Душа формируется под влиянием взаимоотношений с окружающим миром и является отражением всех этих отношений. Жизненный опыт тоже нарабатывается под влиянием контекста и смысла.

Под *контекстом* я понимаю всё, что нас окружает и помогает осознать значение индивидуальных действий, слов, событий и всего остального. Так, слово может обозначать разные предметы и явления — всё зависит от других слов, от *контекста*. Если я скажу слово «лайка» без контекста, вы не поймете, о ком или о чем идет речь — о собаке или о коже для перчаток. Когда мы жалуемся, что сказанное нами вырвали «из контекста», это значит, что кто-то неправильно нас понял, ведь именно *контекст* определяет значение чего бы то ни было. Поток смысла есть поток жизни. От контекста зависит наша интерпретация всего увиденного и прочувствованного; эта интерпретация и становится нашим жизненным опытом.

Теперь мы можем дать более полное определение души.

Душа — наблюдатель, интерпретирующий действительность и совершающий выбор (выбор зависит от кармы). Кроме того, это совокупность отношений, определяющих контекст и смысл, под влиянием которых формируется жизненный опыт человека. Таким образом, жизнью каждого из нас управляет душа.

Наша жизнь зависит от наших взаимоотношений, от общего контекста и смысла — все это хранится в памяти и обусловлено кармой и накопленным опытом. Рано или поздно мы понимаем, что наши жизненные модели не новы. Детали, конечно, варьируются, но темы и сюжеты стары как мир: герой/негодяй, грех/покаяние, божественное/дьявольское, запретный плод/безусловная любовь. Вот почему люди так любят мыльные оперы, светские сплетни и бульварную прессу: там четко и ясно прорисованы основные архетипы — небольшие преувеличения не в счет. Людям нравится находить соответствия собственным мыслям и чувствам. Те же архетипы — и тоже не без преувеличений — отражены в мифах древней Индии, Греции, Египта... Те же темы, те же сюжеты. И

«цепляют» они куда сильнее беллетристики — эти сюжеты *резонируют с нашими душами*.

Теперь можем уточнить формулировку.

Душа есть средоточие смыслов, контекстов, взаимоотношений и мифологических мотивов (архетипических сюжетов), влияющих на наши повседневные, обусловленные кармой мысли, воспоминания и желания. Всё это, в свою очередь, формирует те или иные жизненные модели, которым мы подчиняемся.

Абсолютное большинство людей подчиняются этим моделям неосознанно, словно бы машинально. Мы живем как актеры, у которых в спектакле одна-единственная роль: мы делаем вид, что всё понимаем, хотя замысел режиссера нам совершенно неведом. Но стоит только прислушаться к голосу души — и сценарий раскроется сам по себе. Вы всё поймете. Вы продолжите играть, но играть радостно, осознанно, в полную силу. Вы сможете выбирать — выбирать свободно, со знанием дела. Мгновения наполнятся глубочайшим смыслом: вы будете помнить контекст и осознаете значение каждого мига.

Но еще удивительнее то, что мы можем самостоятельно переписывать сценарий, взять себе другую роль. Нужно только идти к своей цели, использовать возможности-совпадения и не глушить внутренний голос.

4. Намерение

Всё начинается с *намерения*. Зарождается намерение в нелокальном, всемирном разуме, а локализуется в разуме индивидуальном. Локализованное намерение становится физической действительностью.

Фактически, не было бы намерения — не было бы и физической действительности. Намерение активирует нелокальные связи в мозгу. Познание физической действительности, ее восприятие приводит к «синхронизации фазы и частоты» активных нейронов на разных участках мозга. Нелокальная синхронизация происходит на частоте приблизительно сорок герц (сорок периодов в секунду). Такая синхронизация («связь») — необходимое условие познания. Если бы ее не было, вы не могли бы признать в человеке человека, дерево не было бы для вас деревом, дом — домом, а лицо на фотопортрете не было бы лицом. Вы видели бы белые и черные точки, отдельные линии, светлые и темные пятна. Человеческий мозг фиксирует объекты восприятия как двухпозиционные сигналы — и только. Благодаря синхронизации (обусловленной намерением) точки, пятна, разрозненные линии, электрические разряды, темные и светлые полосы обретают целостность, структуру. Под влиянием структуры картина мира становится субъективным переживанием. Мир

существует не в виде картинок, но единственно в виде комбинаций двухпозиционных импульсов, точек и пятен, цифровых кодов случайных, казалось бы, электрических вспышек. Обусловленная намерением синхронизация превращает все это в определенный опыт, в переживание — так появляются звук, текстура, форма, вкус, запах. Вы как нелокальный разум «метите» это переживание, благодаря чему в субъективном сознании внезапно прорисовывается материальный объект.

Как сказано в Упанишадах, «человек состоит из желания. Каково бывает его желание, такова и воля; какова бывает воля, такое деяние он и совершает; какое деяние он совершает, такого удела и достигает». В конечном счете оказывается, что судьба человека предопределена его сокровенными желаниями и намерениями. Желания и намерения неразрывно связаны.

Что есть намерение? Считается, что это цель, которую человек перед собой ставит; мысль, желание. На самом деле всё немного сложнее. Намерение помогает реализовать определенную потребность: возможно, вы стремитесь обрести какие-то материальные блага, а может, вам не хватает теплоты в отношениях, любви или духовной самореализации. Намерение — это мысль, помогающая удовлетворить ту или иную потребность. Когда потребность реализована, человек доволен. Всё логично.

С этой точки зрения все наши намерения подчинены одной цели: мы хотим счастья и хотим себя реализовать. Конечная цель — самореализация на духовном уровне. Мы называем ее счастьем, радостью, любовью.

Если намерение воплощается в жизни, и воплощается не однажды, формируется привычка. Чем чаще человек доводит намерение до логического конца, тем больше вероятность того, что универсальное сознание создаст соответствующую модель и проявит свое намерение в материальном мире. Нужно снова и снова возвращаться к мыслям о невозможном — только так, посредством воли нелокального разума, невозможное может стать возможным.

Нелокальный разум присутствует в вас и во мне, в носороге и в жирафе, в птицах и в червяках. И везде он один и тот же. Именно нелокальному разуму, чистому сознанию, мы обязаны ощущением своего «я» — это «я» словно бы говорит: «Я Дипак» или «Я птица»; именно «я» сообщает вам, кто вы на самом деле — или кем себя считаете. Это универсальное сознание и есть единственно существующее «Я». Но единое, универсальное «Я» способно принимать разные формы и обличья, трансформироваться в почти бесконечное множество субъектов и объектов наблюдения, зрителей и зримое, органику и неорганику — во все, что называется объектами материального мира. Свойство Универсального Сознания принимать формы локального

сознания не поддается объяснению. Прежде чем «Я» заявит о том, что «я — Дипак», или «я — жираф», или «я — червь», существует только «Я». Неисчерпаемый творческий потенциал преобразовывает всеобщее «Я» в ваше или в мое «я», в любой сущий в мире объект.

Это те же два уровня души — вселенская и индивидуальная, тот же принцип, проявляющийся на индивидуальном уровне. Люди считают свою индивидуальную сущность единственно подлинным «я», не обращая должного внимания на более масштабное, универсальное «Я». Универсальное «Я» есть второе название вселенской души. Местоимение «я» — просто удобный способ локализации нашей точки зрения, частицы всеобщей души. Но, отождествляя себя с одним только индивидуальным «я», мы запираемся в рамках возможного — того, что сами привыкли считать возможным. А во всеобщем «Я» всё не только возможно, но уже *существует* — и нуждается лишь в намерении, воле, чтобы «уплотниться» и стать реальностью материального мира.

Различие между локальным и нелокальным разумом — это различие между ординарным и экстраординарным. Локальный разум индивидуален, он содержит в себе наше эго, наше самодостаточное «я», и полностью зависит от обусловленных внешним миром привычек. Природа локального разума такова, что он буквально изолирует нас от остального мира.

Нелокальный же разум есть душа, дух, или, как его еще называют, Всеобщее Сознание. Неподвластный временным и пространственным ограничениям, нелокальный разум организует и объединяет Вселенную; это мощнейшая сила, беспредельная и вневременная. Нелокальный разум объединяет все предметы и явления, поскольку все предметы и явления есть его составляющие. Именно нелокальный разум подвигает нас выйти за пределы того, что локальный разум считает «возможным»; именно нелокальный разум вдохновляет мыслить «за рамками» и верить в чудеса.

Намерение зарождается на универсальном уровне. В сущности, локальное намерение реализуется благодаря нелокальному произволению — если первое служит интересам локального разума (мне) и нелокального разума (вселенской душе). Только в этом случае локальный и нелокальный разумы действуют согласованно. Впрочем, имеются здесь и подводные камни. Землю населяют миллиарды людей и триллионы других живых существ — и у всех есть свои нелокальные намерения. Любой живой организм всегда может заявить: «Это — мое намерение!» Каждый считает, что источник активности — его собственное локальное «я». На самом же деле локальные сущности проявляются в мире и порождают одна другую исключительно благодаря произволению нелокального разума. Деревья дышат — благодаря этому дышу и

я. Реки текут, и кровь в моих жилах тоже течет. В конце концов выясняется, что существует только одно «Я» — беспредельное, всепроницающее, вечное, ритмичное, неделимое. Любое разделение — иллюзия.

Мы так привязаны к своему локальному, индивидуальному, личному «я», что не замечаем, какое великолепие лежит за его пределами. Неведение есть неполная осознанность. Чтобы что-то заметить, необходимо отрешиться от всего остального. Именно так нелокальное становится локальным. Когда в поле моего зрения попадает какой-то объект или явление, все остальное от моего внимания ускользает, хотя, конечно, продолжает воздействовать на заинтересовавший меня объект, — следовательно, он является частью общего. В поле зрения моего «я», моего эго попадает только частное — общее же остается «за кадром». Но когда наблюдение ведет «Я»-душа, то течение жизни во вселенском масштабе, благодаря которому становится возможным частное, не остается незамеченным.

Именно желание упорядочивает безграничные возможности. Какие же намерения наиболее действенны? — спросите вы. Что бы вы загадали, если бы знали, что любое намерение тотчас исполнится?

Задумывая что-либо, вполне можно было бы спросить себя: «Как это отразится на мне и моем окружении?» И если окажется, что от исполнения вашего намерения все только выиграют, то это намерение, помноженное на непротивление нелокальному разуму, само позаботится о своем исполнении.

Помните: ваши мысли не должны диссонировать с мирозданием. Желание сорвать джек-пот может усилить в вас чувство отстраненности от мира. Те, кто выигрывали большие суммы, часто жаловались, что они отдалились от друзей и семьи, а счастья так и не обрели. Если ваша цель — деньги, и только деньги, вы обречены на отчуждение.

Как определить, какое желание может исполниться? Очень важно обращать внимание на подсказки нелокального разума. Надо замечать совпадения. *Совпадения* — это послания. Это путеводные нити Бога, или души, или нелокальной действительности, понуждающие человека разорвать круг кармической обусловленности и шаблонного мышления. Эти путеводные нити показывают дорогу в мир осознания, в мир, наполненный любовью и заботой беспредельного разума, первопричины вашего бытия.

Такое состояние духовные традиции называют благодатью.

5. Значимость Совпадений

Если *совпадения* — это закодированные послания нелокального разума, то жизнь, возможно, покажется вам чем-то вроде романа-мистерики. Будьте наблюдательны, замечайте знаки и намеки, учитесь понимать их значение — и рано или поздно докопаетесь до истины.

В сущности, жизнь — это и есть одна сплошная загадка. Мы не знаем своей судьбы: только в самом конце можно будет оглянуться на пройденный путь. Сквозь призму времени история жизни каждого из нас кажется очень логичной. Мы без труда можем проследить непрерывную нить своего существования. Оглянитесь назад — и на каком бы этапе вы сейчас ни находились, вы) видите, как плавно течет ваша жизнь от одной вехи к другой, от одного места жительства или работы к другому, от одной цепочки обстоятельств к другой. Как легко было бы жить, если б заранее знать, где окажешься в конце пути. Оглядываясь назад, большинство из нас думают: «Зачем я так нервничал? Зачем изводил себя и своих детей?»

Если бы мы всегда могли пребывать в мире души, нам не пришлось бы открывать великие истины «задним числом». Мы бы сами строили свою жизнь. Весь путь был бы как на ладони, и никаких указателей, путеводных нитей и совпадений не понадобилось бы.

Но большинство из нас не живет в мире души, поэтому и приходится полагаться на стечения обстоятельств и разгадывать волю Вселенной. Стечения обстоятельств случались в жизни каждого. Все необходимые пояснения содержатся в самом слове: «с» означает «совместное», а *течение* можно понимать как «явление». Слово *стечение* обозначает явления, происходящие *совместно* с другими явлениями: два и более события случаются в одно и то же время. Стечения обстоятельств бывают у всех, и большинство людей не задумываются об их значении, считая совпадения очередной странностью жизни. Совпадения изумляют, но о них быстро забывают.

Совпадения — это далеко не забава. Они дают ключ к разгадке воли вселенской души, поэтому значение их трудно переоценить. Особо значимые стечения обстоятельств иногда называют «многозначительными совпадениями». Я считаю это словосочетание тавтологией, поскольку каждое совпадение многозначительно — в противном случае его бы просто не было. Если совпадение случается, это значит очень многое. Просто иногда нам удастся расшифровать его смысл, а иногда нет.

Что же означают совпадения? Вы знаете ответ, но этот ответ нужно осознать. Совпадение как таковое не является источником смысла. Источник смысла — это вы, тот, кто обретает опыт.

Сформулировать намерение легко — не труднее, чем захотеть чего-либо. Повысить же свой духовный уровень куда сложнее.

Многие из тех, кто считает себя людьми высокой духовности, ничего не знают об огромном океане духовной силы. Они барахтаются на поверхности, но никогда не погружаются в глубины всеобщего смысла.

Проявления Чудесного В Реальном Мире

Чудеса — это феномен. Во всех культурах мира имеются свидетельства их существования — хоть и называются чудеса по-разному. В нашем понимании чудо — это когда желание удивительным образом сбывается: например, мы мечтаем вылечиться от смертельной болезни, или разбогатеть, или найти цель жизни. И восклицаем: «Чудеса!» — если желание сбывается. Человек формулирует намерение, желание или мысль — и все идет как по маслу. Чудо — это, можно сказать, яркий пример удачной попытки перенестись на духовный уровень и высвободить волю — волю, управляющую судьбой.

Приведу пример одного примечательного совпадения.

У Дэвида была возлюбленная по имени Джоанна. Юноша по-настоящему ее любил, но боялся обязательств и никак не мог решиться предложить ей руку и сердце. В конце концов он отважился. Не то чтобы обязательства перестали его смущать, однако утром назначенного дня Дэвид проснулся с чувством удивительного умиротворения: он знал, что всё сложится как нельзя лучше. Молодые люди пришли в парк, Дэвид расстелил на траве покрывало. Собрав всю свою храбрость, юноша приготовился задать один-единственный вопрос. И тут в небе появился самолет — к нему был прикреплен какой-то рекламный баннер. «Что пишут?» — спросила Джоанна. И Дэвид на одном дыхании выпалил: «"Джоанна, выходи за меня замуж", — вот что пишут».

Присмотревшись, они увидели, что на полотнище и вправду выписано: «ДЖОАННА, ВЫХОДИ ЗА МЕНЯ ЗАМУЖ». Девушка упала Дэвиду в объятия, они поцеловались. Дэвид наконец утвердился в правильности своего решения. На следующий день они узнали, что минувшим вечером предложение делал еще один парень — он попросил летчика ему помочь. Девушку тоже звали Джоанной. Самолет появился в нужное время в нужном месте. Удивительное совпадение оказалось путеводной нитью; это было чудо, Дэвид и Джоанна поженились, они по сей день счастливы в браке.

Для человека, способного разглядеть в совпадениях удобные возможности, исполнено смысла каждое стечение обстоятельств. Каждое совпадение — это возможность творчества. Каждое совпадение — шанс стать таким, каким вас задумала Вселенная.

В этом и заключается конечная истина *Синхросудьбы*: вашей

участью занимаются все силы Вселенной. Главный инструмент здесь — «*некаузальные* нелокальные связи». Что это такое? Вспомните какие-то разрозненные события вашей жизни. Все они находятся в прямой связи с вашим существованием. *Некаузальными* называются события, которые не находятся в причинно-следственных отношениях — по крайней мере, внешне. «Некаузальный» — латинское слово, означающее «беспричинный».

Мы даже представить себе не можем, какие силы стоят за каждым событием нашей жизни. В сеть кармы, судьбы вплетена нить совпадений. Все вместе образует жизнь каждого из нас — вашу жизнь, мою, еще чью-то. Синхронистичность остается незамеченной только потому, что повседневная жизнь далека от нелокального уровня. Как правило, мы замечаем только причинно-следственные связи: это произошло из-за того, а то стадо причиной этого — линейная траектория. Но на глубинном уровне вершится и нечто иное. Существует целая сеть невидимых нам взаимосвязей. Когда взаимосвязи проявляются, мы замечаем, как прочно вплетены в них наши желания. И сеть эта целостна, она идеально согласуется с реалиями жизни, идеально подходит для обучения и значительно превосходит наш поверхностный опыт.

Как писал Руми, один из моих любимых поэтов и философов: «Это призрачный мир. Подлинное — по ту сторону занавеса. Мы не здесь, здесь лишь наши тени». Так называемая повседневная жизнь — всего лишь игра теней. По ту сторону занавеса, по ту сторону пространства и времени сокрыта душа — живая, энергичная, бессмертная. Если жить по законам истинного мира, можно сознательно изменить собственную судьбу. Изменения произойдут благодаря синхронизации *некаузальных* (на первый взгляд) отношений: так вы сформируете свою судьбу — термин «синхросудьба» именно отсюда.

Категория *Синхросудьбы* предполагает осознанное участие в формировании собственной жизни — для такого участия необходимо понимать мир, недоступный чувственному восприятию. Необходимо понимать мир духа.

Совпадение С Самой Вселенной

Всё сущее словно заточено под совпадения, под целые цепочки совпадений. Иначе ничего — абсолютно ничего — не существовало бы. Когда-то я прочел статью о Большом Взрыве, положившем начало Вселенной. В момент Взрыва количество частиц превышало количество античастиц. Частицы и античастицы сталкивались и взаимоуничтожались, наполняя Вселенную протонами. Благодаря начальному дисбалансу после аннигиляции осталось какое-то

количество частиц, образовавших мир материальных объектов. Вы, я, вообще все мироздание — это остаточный туф, сохранившийся с момента творения. Сохранилось 10^{80} частиц. Если бы частиц осталось немного больше, гравитационные силы спровоцировали бы коллапс молодой Вселенной: образовалась бы огромная черная дыра, и не было бы ни вас, ни меня, ни звезд, ни галактик. А если бы частиц было чуть-чуть меньше, Вселенная расширялась бы слишком быстро и галактики просто не успели бы сформироваться.

Углерод и кислород, необходимые для зарождения биологических организмов, образовались благодаря целой цепи *совпадений*. Ваше существование, мое, вообще существование Вселенной со всеми ее звездами, галактиками и планетами по большому счету невероятно! Абсолютное совпадение! Чудо, длящееся с той поры, когда и времени-то не было.

Внимание И Намерение

Сознание напрямую зависит от внимания и намерения. Что бы ни оказалось в центре вашего внимания, оно словно бы заряжается энергией. А когда вы переносите внимание на другой предмет, значимость прежнего снижается. С другой стороны, как мы видели, желание — это путь к изменениям. Можно сказать, что внимание активирует энергетическое поле, а желание активирует поле информационное. Эта активация и предопределяет изменения.

В материальном мире довольно много источников информации: газеты, книги, телевидение, радио, телефонные разговоры. Всё это средства погружения в море информации, и все они «готовы к употреблению». Остается только «подключить» к ним органы чувств и видеть, слышать, осязать, обонять, пробовать на вкус. Но в мире души собирать информацию нужно иначе.

Как правило, мы не фокусируем внимание на этом невидимом измерении, однако именно в нем коренятся причины всего происходящего в видимой действительности. В духовном мире все связи проясняются. Всё связано со всем остальным. В духовном мире это яснее ясного, но в мире материи мы видим лишь проблески связей, и только тогда, когда замечаем совпадения. Внимание создает энергию, а намерение способно эту энергию трансформировать.

Внимание и намерение — наиболее могущественные инструменты духовного мастера. Они являются спусковыми крючками для привлечения энергии и информации определенного типа.

Получается, что чем больше внимания вы уделяете совпадениям, тем больше вы привлекаете следующие совпадения, которые помогут вам прояснить их смысл. Постепенно вы начнете понимать, что именно означает то или иное стечение обстоятельств. Замечая совпадения, вы привлекаете энергию, задавая вопрос «Что все это значит?» — привлекаете информацию.

Ответ может явиться в виде внезапного озарения, интуитивного предчувствия, неожиданной встречи или знакомства с новым человеком. Например, в вашей жизни случаются четыре совпадения, которые на первый взгляд не связаны между собой. В какой-то из дней вы смотрите выпуск теленовостей, и вас осеняет: эврика! так вот что мне пытались втолковать! Чем внимательнее вы относитесь к совпадениям и к сокрытому в них смыслу, тем чаще они случаются и тем яснее их значение. Когда вы научитесь замечать и понимать все совпадения, путь к самореализации прояснится.

Большинству из нас кажется, что прошлое живет только в воспоминаниях, а будущее — только в воображении. Но на духовном уровне прошлое, будущее, вообще всё и вся существует одновременно. Все происходит одновременно и синхронно.

Совпадения Можно «Взрастить»

Теперь мы знаем, что внимание к совпадениям притягивает новые совпадения, а намерение понять их значение помогает эти совпадения расшифровать. В совпадениях проявляется воля Вселенной, позволяющая познать синхронистичность и воспользоваться безграничными возможностями жизни.

Тот, кто способен остро чувствовать свое окружение, заметит и посланные Вселенной совпадения. Намеки могут быть очень тонкими. Так, плывущий из распахнутого окна дым сигары может вызвать воспоминания об отце и об одной из его любимых книг — и вдруг окажется, что это воспоминание может сослужить вам хорошую службу.

Не пренебрегайте совпадениями. Подумайте, что может значить то или иное стечение обстоятельств. Ответ, как правило, лежит на поверхности. Просто задайте вопрос: «Какое здесь послание? Каково его значение?» Вам не нужно доискиваться ответа. Задайте вопрос — и ответ придет. Возможно, это будет мгновенное озарение, или неожиданно подвернувшаяся возможность чему-то научиться, или что-то абсолютно непредвиденное. Может, вы встретите того, кто каким-то образом причастен к совпадению. Случайная встреча, близкий друг, необычная ситуация или обстоятельство немедленно подскажут вам разгадку. «Ах, так вот о

чем это!»

Для возвращения совпадений полезно также завести дневник и записывать туда все совпадения в своей жизни. Раз в несколько лет я просматриваю записи и провожу классификацию: незначительные совпадения, совпадения средней значимости, серьезные совпадения и потрясающие совпадения. Поступайте так, как вам удобно. Кому-то удобнее делать записи ежедневно, подчеркивая и выделяя те слова, фразы, понятия, которые можно назвать совпадениями. Кто-то предпочитает вести специальный дневник, где каждому стечению обстоятельств посвящена целая страница; на этой странице потом записывают все, что связано с тем или иным событием. Внимательно следите за совпадениями — как в дневной жизни, так и в ночных сновидениях. Будьте особенно внимательны ко всему, что кажется вам необычным, — к событиям, выходящим за рамки статистической вероятности.

Конечно, каждый из нас сталкивается с трудностями, у каждого свои хлопоты, обязанности и обязательства, — случается, текучка дел накрывает человека с головой. Бывают времена, когда совпадения случаются на каждом шагу, а иногда их словно бы «выключают». Как не потерять себя в сложном и запутанном мире? Каждый день выискивайте пять минут, когда можно спокойно посидеть в тишине. Душой и сердцем сосредоточьтесь на таких вопросах: «Кто я? Как я хочу прожить жизнь? Чего бы мне хотелось сегодня?» Потом расслабьтесь. Пусть поток сознания, ваш внутренний голос, подскажет варианты ответов. Через пять минут запишите их. Прodelывайте такое каждый день; вы удивитесь, насколько точно обстоятельства, люди и события укладываются в схему ваших ответов. Это и будет началом *Синхросудьбы*.

Кому-то эти вопросы вначале покажутся слишком трудными. Многие просто не привыкли размышлять о своих желаниях и потребностях — мы если и думаем о них, то очень абстрактно, не допуская возможности их реализации. Если вы не определили для себя жизненную цель, то чем думаете заниматься? Было бы неплохо, если бы Вселенная послала какую-то очевидную подсказку или даже снабдила нас огромным компасом, указующим верное направление. Но ведь такой компас у нас есть. Чтобы его увидеть, внимательно прислушайтесь к себе и осознайте, чего же на самом деле хочет ваша душа, о какой жизни она мечтает. Когда поймете свое сокровенное желание и осознаете его истинную сущность, у вас появится путеводная звезда — ее свет может распространиться и на архетипические символы.

6. Желания И Архетипы

Мы с вами добрались до сущности *Синхросудьбы*. Мы определились с двойной природой души и осознали себя частью нелокального разума (ведь никто не спорит, что волны — часть океана). Мы уже умеем видеть синхронистичность во всем. Синхронистичность — своего рода матрица, соединяющая нас с истоками Вселенной. Мы научились ценить совпадения и видеть в них послания нелокального разума — послания, подсказывающие, как избрать верное направление и приблизиться к своей судьбе. Мы знаем, что наше намерение способно сформировать это направление. Все эти открытия очень полезны, все они помогают сделать жизнь полноценной. Но если мы хотим получить подсказку, как лучше организовать повседневную жизнь, придется ответить на главный вопрос нашего «я»: «О чем я мечтаю и к чему стремлюсь?» Ответить сможет только тот, кто уже ответил на вопросы «Кто я? Чего я хочу? Какова моя цель в этой жизни?».

Мы знаем, что глубинное наполнение наших взаимоотношений с миром, вообще, понимание смысла, контекст — все это коренится в душе. И страстное желание заниматься чем-либо, эта грандиозная, прекрасная, мифическая тоска по настоящему делу тоже исходит из потаенных глубин души. И обретающаяся на земле индивидуальная душа не успокоится, пока не завершит этот мифический поиск, который можно назвать Великим Планом и на который ориентирована судьба каждого из нас.

В каждом человеке звучит всепроникающий мотив, мотив героического бытия, в каждом обитает бог или богиня, мечтающие пробиться на поверхность. Эти божественные создания — наши подлинные сущности, от которых мы сами же и отказываемся из-за неспособности осознать доступный нам безграничный потенциал. Это совершенная сущность каждого из нас — сущность без эго, действующая через нас частица Вселенной. Цель этой сущности — всеобщее благо.

Люди со скучней монотонной жизнью не замечают внутри себя мифического бытия. Обрести просветление можно через осознание пути, предначертанного вашей душе, через исполненные понимания смысла и контекста отношения, а также через участие в мифических событиях собственной жизни. Все это основа любви и сострадания, самореализации и завершенности.

Эти живущие внутри нас герои, эти мифические истории называются *архетипами*. *Архетипы* — вечные сюжеты, существующие на уровне всеобщей вселенской души. Такие сюжеты суть воплощение стремлений, воображения и самых сокровенных чаяний вселенской души. Они были, есть и будут. Их можно найти в древних текстах, в манускриптах тысячелетней давности. Детали меняются в зависимости от эпохи, но суть остается прежней.

Порождает архетипы всеобщая душа, но проявиться они могут

только через индивидуальные души. Мифические действия с их участием разыгрываются в материальном мире ежедневно. Так, Роберта Дауни-младшего легко представить воплощением Диониса или Бахуса — неукротимого, бесшабашного духа. Принцесса Диана была Артемидой — дикой, свободолюбивой бунтаркой, возмутительницей спокойствия, бесстрашной воительницей, отстаивающей свои убеждения.

Каждое человеческое существо созвучно какому-то архетипу, а то и двум-трем сразу. У каждого из нас есть связь с миром души — эта связь необходима для воплощения и моделирования свойств того или иного архетипа. В наших душах словно посеяны семена. Семечко прорастает и высвобождает некие Формирующие силы, которые помогают ему стать растением. Семечко помидора станет именно помидором, а не розовым кустом. Архетип активируется и высвобождает силы, которые помогают нам уподобиться предназначенному для нас образу. Наши личные архетипы находят отражение в наших намерениях, желаниях. Итак, кто вы? Чего вы хотите? Какова цель вашей жизни? На самом глубинном уровне эти вопросы адресованы вашей душе. Если хотите узнать ответы, прислушайтесь к той частице души, которая есть только у вас, которая уникальна сама по себе. Так вы определите личные архетипы.

Мы живем в обществе, так сильно ориентированном на результат, что оно на каждый предмет и явление навешивает какой-то ярлык. Но если вам безразлична природа вашей души, от такой практики лучше отказаться. Навешивая на себя ярлык, вы себя же и обездвиживаете — как ту бабочку на витрине. Архетип не предполагает никаких ярлыков, ибо он не ограничивает человека. Наоборот, архетипы — это жизненные модели, образы и идеи, ведущие вас до тех пор, пока не исполнится предначертанная вам судьба. Распознавание своей подлинной сущности, ее беспрепятственное развитие — это часть красоты, которой исполнена жизнь на уровне духа. Вы становитесь героем (героиней) мифической саги.

Если хотите узнать свой архетип и свою судьбу, прислушивайтесь ко вселенской душе, прислушивайтесь к себе. Осознайте свои глубинные желания, выберите соответствующий архетип и следуйте его древней модели поведения.

Предназначение Архетипов

Определение архетипа — очень личное переживание. Ни один человек — даже если он знает вас как самого себя — не может за вас решить: «Ты соответствуешь такому-то архетипу». Согласно Ведам, древней индийской традиции мудрости, приземленность

лечится только связью с зарождающимся внутри вас богом (богиней). Постарайтесь, чтобы этот зародыш развился и полностью себя проявил, иначе избавиться от рутины не удастся никогда. Когда бог (богиня) сможет проявляться через вас, вы будете творить чудеса.

Архетипы жизненно важны для понимания и определения того, кто мы есть, — мы индивидуальные проявления коллективного сознания. Мифология — неиссякаемый источник цивилизации. Любые неординарные действия — высадка астронавтов на Луну, первый перелет через Атлантику — суть не что иное, как мифические подвиги героев. Вспомните Ясона, отправившегося за золотым руном, вспомните Икара, парившего на крыльях из воска и кожи. Похищение Плутоном Персефоны, Орфей, спустившийся за своей невестой к теням Аида, сказания об Аполлоне, Кришне, кельтская мифология — всё это глубинные истоки идентичности и цивилизации. Архетипы воплощаются в таких людях, как Махатма Ганди, Мартин Лютер Кинг, Юрий Гагарин, — в тех, кто нашел в себе силы выйти за рамки повседневности и шагнуть в мир чудесного. У этих людей есть все шансы достичь величия, ведь такие личности напрямую связаны с коллективным сознанием. Это позволяет им одновременно видеть несколько вариантов развития событий и даже предвидеть зависящее от их выбора будущее. Говорят, когда в Дурбане (Южная Африка) Махатму Ганди вышвырнули из поезда, он закрыл глаза и представил, как рухнет Британская империя. Этот эпизод изменил ход истории.

Найдите Свои Архетипы

Поиски архетипа должны доставлять радость. Не бойтесь ошибиться. Истоки архетипов — в коллективном сознании, поэтому каждый человек является носителем абсолютно всех архетипов. Но некоторые из них представлены в нас более рельефно. Ваша задача — отыскать один, два или даже три архетипа, которые более всего вам соответствуют и сильнее других резонируют с вашей душой. Не думайте о том, каким человеком вам хотелось бы стать и какие свойства вам больше всего нравятся. Ищите качества, к которым тяготеет ваша душа, которые вас мотивируют и вдохновляют. Вы обязательно их найдете. Неверных ответов здесь не бывает.

Запишите три ваших символа или архетипа. Начните собирать их изображения, фигурки или украшения. Некоторые люди сооружают для подобных символов маленький алтарь — так легче сосредоточиться на поисках себя. Если основные качества ваших архетипов можно описать словами или какими-то высказываниями, запишите эти слова на листке бумаги — это будет еще одно

напоминание. Хотя бы раз в день (желательно — после медитации) смотрите на эти вешки и тихо зовите: «Прошу, приди ко мне и проявись во мне». Пусть они напоминают вам о ваших целях. Если вы собьетесь с пути, потеряетесь, эти маяки помогут вернуться к подлинной сущности.

Часть 2

Путь. Выстраивание Судьбы

7. Медитации И Мантры

Медитация — мощнейшее средство для того, кто хочет научиться жить созвучно *Синхросудьбе*, видеть пронизывающие Вселенную нити и превращать желания в чудеса. Медитация помогает сфокусировать внимание и намерение на тонких планах, давая нам доступ к невидимой, нетронутой энергии и информации.

Если врач посоветует вам дважды в день выходить на двадцатиминутную прогулку и скажет, что прогулки в одиночестве пойдут на пользу вашему здоровью, успокоят нервы, избавят от тревог и волнений, обогатят личную жизнь, помогут сделать карьеру, вы ведь последуете его совету, не так ли? По крайней мере, большинство хотя бы попытается к нему прислушаться. *Синхросудьба* предписывает дважды в день медитировать по пятнадцать-двадцать минут, после чего следует момент приглашения архетипов. Просто не мешайте им. Прodelывайте это два раза в день, и очень скоро ваша жизнь изменится. В остальном ведите себя как обычно. Утренняя медитация, перерыв, вечерняя медитация. Этого достаточно, чтобы ваша жизнь начала меняться, а желанные чудеса стали частью вашего существования.

Медитация — простой процесс, который трудно описать, но очень легко выполнить (если заниматься медитациями регулярно). Я опишу азы медитативных техник — это поможет вам успешно использовать изложенные ниже принципы *Синхросудьбы*.

Как Медитировать

Наш ум активен всегда, он постоянно прыгает с одной мысли или эмоции на другую. Внутри каждого из нас живет всеобщая душа. Она соприкасается с нелокальным разумом, и ей нужен путь, пролегающий сквозь туман посторонних мыслей — такие мысли, как правило, отвлекают нас от верного пути. Пробиться сквозь барьер мыслей так же трудно, как отыскать в густой мгле нужную тропинку. Когда разум тих и спокоен, можно уловить мгновения

полной тишины — я называю их «мысленными дырами» — сквозь эти дыры можно заглянуть на более глубокий уровень души. С каждым взглядом «вглубь» ум проясняется; в конце концов сознание расширяется.

Смысл медитации — во временной остановке мыслительного процесса: нужно подождать, пока туман мыслей рассеется, и заглянуть внутрь, в свою душу. Управлять потоком мыслей довольно трудно. На первых порах неудачи могут сильно разочаровать, но разочарование — та же мысль, та же эмоция-преграда. Надо избавиться от всех мыслей — тихо и спокойно.

Начните с концентрации на каком-то предмете — тогда случайным мыслям будет труднее завладеть вашим умом; это очень распространенный метод. Что до меня, то я предпочитаю начинать с дыхательной медитации.

Расположитесь поудобнее. Сядьте на стул, обе ступни поставьте на пол. Положите руки на колени ладонями вверх. Закройте глаза и сосредоточьтесь на дыхании. Отслеживайте каждый вдох и выдох, но не пытайтесь контролировать дыхание. Возможно, вы обнаружите, что оно ускорилося или замедлилось, стало более глубоким или поверхностным; на какое-то время вы даже можете перестать дышать. Просто наблюдайте эти перемены, не сопротивляйтесь и не пытайтесь предвосхитить их. Если отвлечетесь на какие-то внешние звуки или внутренние ощущения/мысли, постарайтесь сосредоточиться на дыхании снова.

Это главная медитация. Когда научитесь спокойно сидеть, сконцентрировавшись на дыхании, я рекомендую добавить мантру. Мантра создаст ментальную среду, которая позволит вашему сознанию расшириться.

Мантры

Слово «мантра» состоит из двух компонентов: *ман* — это корневой слог слова *mind*^[1], и *тра* — это корневой слог слова *инструмент*. В буквальном переводе *мантра* означает «инструмент ума». Древняя традиция Веданты подвергает тщательному анализу каждый звук природы, каждую вибрацию окружающего мира. С точки зрения Веданты, звуки природы — не что иное, как выражение беспредельного космического разума; они лежат в основе любого языка.

Говорят, когда пророки древности погружались в глубокую медитацию, они слышали вибрации Вселенной. Мы тоже можем услышать вибрации, причем в любое время. Это совсем нетрудно. Успокойтесь, сидите тихо — и вы услышите. Прodelать такое можно когда угодно.

В Ведах говорится, что, если повторять мантру вслух, ее вибрации создадут особый фон и, возможно, изменят физическую реальность. Мысленное же повторение мантры создает внутренние вибрации, которые становятся все более абстрактными.

Лично я проговариваю простую мантру «Сохам» — рекомендую ее тем, кто хочет обрести *Синхросудьбу*. Это дыхательная мантра: прислушайтесь к своему дыханию, и на вдохе/выдохе вы услышите звуки «со-хам». «Со» — звук вибрации вдоха. На выдохе звук меняется на «хам». Поэкспериментируйте. Глубоко вдохните, закройте глаза и рот и с силой выдохните через нос. Если вам удастся сосредоточиться, то вы отчетливо услышите звук *хам*.

Можно просто сосредоточиться на источнике дыхания, но это уже другая техника медитации. Закройте глаза, сделайте вдох и мысленно произнесите «со»; на выдохе мысленно скажите «хам». Постепенно дыхание и звуки стихнут; потом дыхание почти прекратится. Успокаивая дыхание, вы успокаиваете разум.

Когда выйдете за пределы себя, мантра «сохам» совсем стихнет, а дыхание на мгновение остановится. Остановится само время; вы окажетесь в мире чистого сознания, на нелокальном уровне, уровне души, основе всего сущего.

Следовательно, мантры — это путь к познанию нелокального сознания.

Сутры

Сутра — это *мантра* со смыслом. Обычная мантра никаким вербальным смыслом не обладает; это чистый звук, вибрация. Мантра становится *сутрой*, если в звуке заложен какой-то смысл. Слово «сутра» пришло к нам из санскрита; в латыни есть однокоренное слово *sutura* — оно и стало основой для английской *suture* («сшивание»). Таким образом, *сутра* — это швейный стежок на душе, стежок смысла. Выйти за пределы эго и достичь глубинных уровней сознания позволяют и мантры, и сутры. Но мантру «со-хам» можно использовать, например, для выхода за пределы «эго». Потом, чтобы «впечатать» в сознание какое-то намерение или смысл, надо произнести осмысленное слово, *сутру*.

Послание, вложенное в сугру, просто и сложно одновременно. Возьмем сутру «*ахам брахмасми*» («сердцевина моего бытия есть окончательная реальность, корни и почва Вселенной, источник всего сущего»). Понадобился бы целый день (или полкниги), чтобы объяснить и понять это высказывание. А вот *сутра* содержит полное объяснение этой трудной для понимания мысли. Состоящая из двух слов *сутра* резюмирует длинное пояснение. Просто

сосредоточившись на этой сутре, вы переживете и поймете заключенный в ней смысл.

Некоторые мантры и сутры уже не одну тысячу лет служат людям верой и правдой — мы поговорим о них в следующих главах. Эти сутры помогают отыскать дорогу к *Синхросудьбе*. Возможно, слова санскрита (сутры звучат на санскрите) кажутся вам чужими и непонятными, но это никак не влияет на их эффективность. Вы можете вообще не понимать, о чем идет речь, — *сутры* все равно будут воздействовать на вас. Помните: это звуки самой природы — звуки, наделенные смыслом. И душа понимает этот смысл, даже если вы не понимаете.

* * *

В следующих главах изложены *Семь Принципов Синхросудьбы*, а также даны упражнения, регулярное выполнение которых углубит ваше понимание этих Принципов.

Семь Принципов — это взгляд со стороны на свойства нелокального разума, способы соотношения с этими свойствами. Из каждого принципа можно извлечь урок; каждый *Принцип* — это новый вид связи с нелокальным разумом, способный приблизить человека к духу с его безграничными возможностями.

Ниже приведена программа достижения *Синхросудьбы*, особый способ использования всех элементов, о которых я говорил ранее.

1. Утром каждого дня уединяйтесь в тихом и спокойном месте. Положите перед собой символы вашего архетипа.

2. Медитируйте двадцать минут, повторяя мантру *со-хам*. Это расширит ваше сознание и обострит восприятие.

3. После медитации, когда откроете глаза, посмотрите на символы архетипа и пригласите его энергию проявиться в вас. Скажите: «Прошу Тебя стать частью меня и проявлять себя через меня. Веди меня по моей жизни».

4. Ежедневно прочитывайте один *Принцип* — тот, что соответствует дню недели. Принципов *Синхросудьбы* семь — и дней недели тоже семь. В первый день прочтите *Первый Принцип*. Понимать каждую упомянутую в нем концепцию не обязательно. Просто читайте. На второй день перейдите ко *Второму Принципу*. На третий — к *Третьему*, и так далее. Менять очередность не следует: *Принципы* расположены так, чтобы дополнять друг друга. На восьмой день начните цикл сначала, вернитесь к первому тезису.

Каждый *Принцип* снабжен сутрой, в которой заключен его краткий смысл. Внимательно вдумайтесь в значение сутры. Выполняйте упражнения до тех пор, пока они не станут частью

вашей действительности.

Через несколько месяцев достаточно будет прочесть сутру, чтобы осознать содержание целой главы.

Эти четыре шага должны занимать двадцать-тридцать минут, не более. Лучше всего упражняться вечером.

В остальное время ничего особенного от вас не требуется. Живите, как жили раньше. Утренняя медитация заострит ваше внимание на определенных целях, даже если вы и думать о них забудете. Цель вы намечаете, когда читаете тот или иной тезис. Ваше чтение словно бы отворяет шлюзы: нелокальный разум синхронизирует миллионы локальных событий, что позволяет достичь цели. Как видите, от вас требуется совсем немного.

В конце каждой главы приведены упражнения, иллюстрирующие тот или иной Принцип и проясняющие значение сутр. Я бы не назвал их частью ежедневных медитаций; это скорее приложение к медитациям. Если вы хотите глубже понять *Принципы Синхросудьбы*, это именно то, что нужно.

Семь Принципов, семь сутр, ваши архетипы, медитация с использованием мантры «сохам», сутры-высказывания — вот и все, что необходимо для жизни на уровне *Синхросудьбы*. В вашей власти превратить все это в источник чудес.

8. Первый Принцип: Человек — Крошечная Пульсация В Космической Мастерской

Сутра: Ахам брахмасми
(*ah HUM brah-MAHS-mee*)

Основа моего бытия — изначальная действительность, первопричина Вселенной, первоисточник всего сущего.

В первом положении *Синхросудьбы* говорится о том, что существует некий разум, лежащим в основе всей жизни. Именно этот разум сотворил меня, вас, всю Вселенную — звезды, галактики, субатомные частицы. Поле сознательного разума — первоисточник Космоса. Все мы — частицы этого тела, оно объединяет нас в одно целое. Основа моего бытия — это основа и вашего бытия. Это основа всего и вся.

Вы, я, Вселенная — одно целое. Когда вы осознаете, что ваши намерения и желания есть намерения самой Вселенной, вы сможете отпустить свои желания, перестать их контролировать и позволить чуду жизни, для которого вы рождены, развернуть перед вами все свое невообразимое великолепие.

Осознание этой идеи помогает понять сутру *Первого Принципа*:
Основой моего бытия является изначальная действительность,

первопричина Вселенной, корни и почва всего сущего, источник всего, что существует.

Как бы просто это ни звучало, для постижения всей глубины этого положения может потребоваться целая жизнь. Важность этого *Принципа* трудно переоценить. Когда вы полностью поймете эту несложную сутру, все невозможное станет возможным: все вероятности уже сейчас присутствуют внутри каждого человека. Вы и я едины; каждый из нас есть беспредельное существо, воплощающее ту или иную позицию — вы свою, а я — свою. Моя сущность, как и ваша, неотделима от всего, что существует.

Вся мощь этого открытия проясняется, когда мы начинаем понимать, что «я» функционирует синхронистично. Я есть продолжение сознательного разума, а сознательный разум есть первопричина реальности. Следовательно, первопричина всего сущего — я. Я творю свой собственный опыт жизни.

Упражнение 1. Безмолвный Наблюдатель

Уединитесь там, где вас никто не потревожит. Включите любимую музыку — тихую, спокойную. Закройте глаза. Когда сделаете это, обратите внимание на то, кто в действительности слушает музыку. Постарайтесь заметить две грани вашей сущности. Ваши уши улавливают звук, а мозг его расшифровывает. Но это только механизм слушания. *Кто* связывает звуки воедино, чтобы они стали музыкой? Когда вы *думаете* о слушании, *кто* на самом деле *слушает*?

Обратите внимание на безмолвного наблюдателя, молчаливого слушателя — он не оставляет вас ни на секунду. Он присутствует не только внутри вас, но и в окружающем пространстве. Это та часть вашей сущности, что лежит по ту сторону мыслей и сиюминутных ощущений; она никогда не устает, никогда не спит. Ее невозможно уничтожить. Осознайте постоянное присутствие этого безмолвного наблюдателя. Это часть вас, проблеск которой можно уловить только тогда, когда с помощью медитации вы прекратите болтовню мыслей. Чувствуете ли вы внутри себя этот глубинный поток сознания?

Осознание того, что безмолвный наблюдатель существует, — первый шаг к осознанию поля сознательного разума, источника всех синхронистичностей в нашей жизни.

Упражнение 2. Зачем Мы Здесь?

Для выполнения этого упражнения понадобится ручка и листок бумаги. А также десять минут сосредоточенности.

Спросите себя: «Зачем я здесь?» И запишите первое, что придет вам в голову. Этот вопрос — ключ ко многим ответам, поэтому записывайте все, что взбредет в голову. Пусть вас не заботит форма записи — если хотите, можете писать неполными предложениями.

Потом задайте себе этот вопрос еще раз: «Зачем я здесь?» Новый ответ тоже запишите. Прodelайте это двадцать раз.

Просмотрите свои ответы. О чем они вам говорят? Видите ли вы в них некую последовательность? Отражается ли в ответах ваш взгляд на вашу жизнь?

Вы можете увидеть свою жизнь как серии внешних и внутренних событий, но можно научиться видеть во всех событиях некую связь — связь между событиями, а также связь с царством духа. Когда вы сделаете это, вы начнете видеть свою жизнь как возможность поделиться с миром неким уникальным даром, которым владеете только вы в этом мире. Это один из ответов на вопрос, зачем вы здесь. Ясность относительно цели поможет вам сфокусировать свое намерение.

9. Второй Принцип: При Помощи Зеркала Отношений Я Открываю Свою Нелокальную Сущность

Сутра: Тат Твам Аси
(*tuht t'vahn AH-see*)

Я вижу других в себе и себя в других.

Понимание того, как работают человеческие взаимоотношения, — один из важнейших ключей к *Синхросудьбе*. Когда возникает необходимость навести порядок в мыслях и чувствах, представители Западной цивилизации склонны полагаться на популярную психологию. Книжки по самосовершенствованию сплошь и рядом советуют манипулировать отношениями — это, мол, улучшает жизнь и настроение. Но подлинные взаимоотношения невозможно уложить в примитивные тактические схемы. Подлинные отношения предполагают создание окружения, подвластного *Синхросудьбе*. Это абсолютное, фундаментальное представление. Как необходимость воздуха для дыхания или сила тяжести.

Соответствующая *Второму Принципу* мантра означает «Я есть То». Второе положение вытекает из первого: как мы помним, в первом говорилось о том, что все мы — часть всеобщего энергетического поля, единая сущность, обладающая множеством

точек зрения. Позиция «я есть то» включает в себя целостный взгляд на все сущее; эта позиция предполагает понимание, что все сущее — вариации вашего глубинного «я». Вы и я — одно и то же.

Всё есть одно. Я, вы, все вокруг — это те же он, она, оно, они. Мы отражаем друг друга, и мы должны научиться видеть в других себя. Это и называется зеркалом взаимоотношений. В таком зеркале я могу различить свою нелокальную сущность. Поэтому нет ничего важнее развития отношений. Озираясь по сторонам, я вижу отражение себя.

Получается, что отношения — это инструмент духовного развития, а единое сознание — их конечная цель. Все мы неотъемлемые частицы всеобщего сознания, но подлинный прорыв происходит, когда существующую между нами связь мы начинаем замечать в повседневной жизни.

Человеческие взаимоотношения — один из эффективнейших методов обретения единого сознания: все мы постоянно находимся в отношениях.

Благодаря зеркалу взаимоотношений — всех отношений без исключения — мы можем входить в расширенное состояние осознания. Те, кого мы любим, и те, кого терпеть не можем, — все это наши зеркала. Кто нам нравится? Те, чьи черты похожи на наши. Мы хотим быть к таким людям поближе, поскольку чувствуем, что в их обществе эти черты проявятся еще ярче. А вот людей, чей характер напоминает нам о тех наших свойствах, которые мы старательно подавляем в себе, мы не очень любим. Так что, если кто-то вызывает в вас стойкое неприятие, знайте: у этого человека есть что-то общее с вами, но вам это «что-то» очень не нравится. Если бы вы были готовы принять эти качества, они перестали бы вас раздражать.

Когда поймаете себя на мысли, что кто-то вам симпатичен, определите, что именно в этом человеке вам понравилось. Красота, изящество, элегантность, влияние, сила, ум? В любом случае, знайте: названное качество присуще и вам. Не отмахивайтесь от этого — и, возможно, ваша жизнь станет полнее.

Сказанное справедливо и в отношении тех, кому не нравятся вы. Налаживая контакт со своей подлинной сущностью, вы должны понять и принять не самые лучшие черты вашего характера. Сосуществование противоположностей — это основа Вселенной. Если где-то глубоко внутри вас не прячется трус, вам никогда не стать храбрецом. И щедрым вам не быть, если внутри вас не сидит скупец. Человек может быть добродетелен только в том случае, если вместе с добродетелью в нем уживается способность к злу.

Прекрасной иллюстрацией влияния зеркала отношений на человеческую жизнь может служить одна суфийская притча.

Однажды в деревне, где жил старый мудрец-суфий, объявился

странник, который направился напрямик к мудрецу.

— Не знаю, стоит ли мне проходить через вашу деревню, — сказал он. — Скажите, что за люди здесь живут, чего от них можно ждать?

— А что за люди жили там, откуда ты пришел? — спросил суфий.

— Одни только жулики, лжецы да разбойники с большой дороги, — ответил странник.

— У нас то же самое, — пожал плечами старец.

Странника и след простыл. Спустя полчаса в деревню пришел другой путник. Он тоже разыскал старого суфия и обратился к нему:

— Я не решаюсь пройти через деревню. Вы не могли бы сказать мне, какие здесь люди?

— А какие люди в твоих краях? — спросил старик.

— О, мои земляки — самые добрые, самые смирные, самые жалостливые и мягкие люди на земле. Я так скучаю по ним!

— Здешние люди такие же, — отвечал мудрец.

Эта притча заставляет задуматься: черты характера, которые мы прежде всего замечаем в окружающих, свойственны нам самим — причем это самые яркие наши черты. Заглядывая же в зеркало отношений, мы получаем возможность узнать о себе абсолютно всё. Для этого необходимо смириться с неоднозначностью своей натуры и полностью принять себя такими, какие вы есть. В глубине души каждый должен понимать, что недостатки — никакая не катастрофа. Идеальных людей нет. Признание своих минусов означает только то, что вы целостный человек. И эта целостность открывает дорогу ко вселенской нелокальной сущности.

Признание Двойственности

Для следующего упражнения тоже понадобится ручка и листок бумаги.

Вспомните человека, который вам очень нравится. В левой колонке перечислите десять (или больше) самых, на ваш взгляд, лучших его качеств. Записывайте все, что придет на ум. Не мешкайте. Главное тут — опередить сознание, не дать ему отредактировать ваши мысли.

Почему вы находите этого человека приятным?

Почему он вам нравится?

Что вас больше всего восхищает?

Присущи ли этому человеку доброта, преданность, гибкость, насколько он самостоятелен?

Нравится ли вам, что он ездит на модной машине, стильно подстрижен и живет в симпатичном домике?

Пунктов может быть и больше десяти, — главное, чтобы не

меньше.

Теперь переключите передачу и вспомните кого-то очень противного — того, кто вас раздражает, выводит из равновесия, кто вам докучает, из-за кого вы чувствуете неловкость. Подумайте, *что именно* в этом человеке вас не устраивает. В правой колонке запишите десять наиболее антипатичных черт. Перечислите не меньше десяти качеств (можно больше).

Когда заполните оба списка, примерьте на симпатичного вам человека несколько (не менее трех) неприятных качеств из правого списка. Теперь вспомните неприятного вам человека. Найдите в нем три привлекательные черты.

У вас получилось два списка, а в них, самое меньшее, двадцать шесть пунктов. Прочтите их и подчеркните качества, свойственные лично вам. Скажем, если в перечне добродетелей значится *способность к состраданию*, подумайте, сострадательны ли вы сами. Если да, обведите это качество кружочком. Если нет, оставьте всё как есть. Не раздумывайте долго — действуйте по наитию. Просмотрите оба списка и отметьте каждое свойственное вам качество.

Теперь определите, какие из неотмеченных качеств не присущи вам ни в малейшей степени. Отметьте их галочкой.

Подумайте, какие из обведенных определений подходят вам больше всего; выберите из этого списка три качества и запишите их на обороте листка. Затем вернитесь к пунктам, помеченным галочкой: выберите три качества, которые, как вам кажется, совершенно чужды вам и запишите их на обороте страницы под тремя наиболее характерными вам свойствами. Прочтите вслух этот список из шести слов, половина из которых «ваши», а половина — непонятно чьи.

В вас присутствуют все эти качества, в вас присутствует Двойственность. Черты, которые вы упорно отрицаете, — тоже часть вашей натуры; возможно даже, именно они и определяют самые важные этапы вашей жизни. И все эти шесть качеств притягивают к вам людей. Позитивные качества притягивают потому, что они кажутся вам слишком хорошими, чтобы примерять их на себя, а негативные — из-за вашего нежелания признать их.

Когда научитесь видеть в других себя, то устанавливать связь с окружающими станет гораздо легче. Именно с помощью такой связи человек открывает для себя единое сознание и путь к *Снхросудбе*. Такова сила зеркала отношений.

Упражнение 4. Намасте

На санскрите *намасте* означает «Божественное во мне приветствует Божественное в тебе». Мысленно произносите

«намасте» каждый раз, когда встречаете взгляд другого человека. Таким образом вы признаете, что «то» создание едино с «этим» созданием.

Когда вы посылаете человеку это приветствие, он воспринимает информацию о вас — ваши жесты, мимику, тон голоса — на более глубоком уровне. Хотя вы и не обращаетесь к нему вслух, он непременно почувствует в вашем приветствии уважение. Поэкспериментируйте несколько дней и посмотрите, как изменятся ваши отношения с окружающими.

10. Третий Принцип: Управляйте Своим Внутренним Диалогом

Сутра: Сат Чит Ананда
(*saht chit ah-NAN-dah*)

Мой внутренний диалог отражает пламя моей души.

Третий Принцип описывает, как ваш разум творит вашу реальность. Здесь речь пойдет о том, как вы можете буквально эту реальность изменить с помощью управления внутренним диалогом.

Мантра — *сат чит ананда* — напоминает нам о том, что наша душа есть средоточие любви, знания и счастья. *Сат* — это «правда, свобода от ограничений». *Чит* — это «всеведение, стихийное знание, чистое сознание». *Ананда* — счастье, полное блаженство, самореализация. В буквальном переводе эта фраза означает следующее:

«Моя душа не знает ограничений.

Моя душа наделена знанием.

Моя душа существует в целостности».

Внутренний диалог — одно из основных качеств человека. Внутренний диалог очень важен: сформулированные внутренним голосом суждения помогают человеку выжить. «Вот тот тип может быть опасен. У этого фрукта, наверное, изумительный вкус. Кажется, сейчас не самое лучшее время просить шефа о надбавке к зарплате».

Все это весьма полезно, но у вас может сложиться впечатление, что этот тоненький голос — неотделимая часть вашей сущности, что его цели полностью соответствуют вашим целям. Однако же, как мы видели, внутри вас живет еще и наблюдатель, безмолвный свидетель. Именно благодаря ему вы можете установить связь с духом; в обиталище этого безмолвного наблюдателя локальный разум уступает место разуму нелокальному.

Жизнь, синхронизированная с полем разума, — это путь к физическому, эмоциональному и духовному равновесию. Вы обретаете такую силу и гибкость, что щелкаете любые жизненные задачи как орешки. Можете поставить себе на службу любые трудности; испытания вас только закаляют.

Если поймаете себя на мысли о том, что в окружающем мире вам «ничего не светит», загляните заодно и внутрь себя, спросите: «Если *там* ничего не светит, то, может, попытать счастья *здесь*?» Необходимо проанализировать свой внутренний диалог и убедиться, что сознательный энергетический поток не заблокирован. Затем следует «отодвинуть» эго и отойти самому — не мешайте пламени души светить изнутри вас.

Ведийские мудрецы утверждали, что пламя души, если оно есть, отражается в сиянии глаз, в мимике и жестах. Отражается оно и в ваших мыслях, чувствах, словах и поступках. Как именно отражается? Четких правил здесь нет, но обычные проявления духа — это безукоризненная речь и поведение: человек старательно избегает слов и поступков, которые могут кого-то ранить.

Дух сияет и в доверии, и в счастье, в добродушии, бесстрашии, доброте, в глубокомыслии и внимательности. Окружающие мгновенно чувствуют уровень вашего внутреннего диалога — хоть и не всегда понимают, *что именно* они чувствуют. Если внутренний диалог направлен на позитив, люди будут к вам тянуться, с удовольствием станут вам помогать — ваше общество будет доставлять радость. Все хотят погреться в лучах любви, знания и счастья — эти качества отражаются в каждом вашем поступке; ваши глаза наполнены светом. Это подлинная внутренняя сила.

Упражнение 5. Огонь В Глазах

Внутреннее пламя отражается в глазах. Каждый раз, когда глядите в зеркало — даже если это мимолетный взгляд, — посмотрите своему отражению в глаза и мысленно повторите три тезиса саморазвития.

Первый: «Я абсолютно не завишу от оценок окружающих — как хороших, так и плохих».

Второй: «Никто не может быть моим господином».

Третий: «Я не боюсь трудностей».

Посмотрите в глаза отражению — эти установки отразятся в них и вернутся к вам. Смотрите в глаза, а не на общее выражение лица. Ищите в глазах сияние — оно напомнит вам о пламени в вашей душе.

11. Четвертый Принцип: Гобелен Вселенной Выткан Из Намерения

Сутра: Сан Кальпа
(*sahn KAL-pah*)

Мои намерения обладают беспредельным действенным могуществом.

Все мы часть Вселенной, поэтому наши желания суть проявления самой Вселенной. В намерениях изначально присутствует механизм их исполнения. Каждый из нас должен иметь ясные намерения. И если мы сумеем убрать с пути эго, наши намерения непременно сбудутся. Намерение притягивает нужные обстоятельства, силы, события, ситуации, контакты.

О частностях не беспокойтесь: если переусердствовать в стараниях, результат может оказаться прямо противоположным желаемому. Предоставьте нелокальному разуму возможность синхронизировать явления Вселенной и исполнить ваше намерение. Намерения — те же силы природы: они как сила тяжести (но намного могущественнее). На законах физики не нужно концентрироваться — они и так работают. Никто не скажет: «Я не верю в силу тяжести». Сила тяжести проявляется независимо от того, понимаем мы происходящее или нет. С намерением дело обстоит точно так же.

Чтобы высвободить энергию намерения, следует установить связь с полем сознательного разума. Это можно сделать разными способами, лучше всего — посредством медитации. Когда человек достигает определенного уровня сознания, любое его желание исполняется. Некоторые люди связаны с полем сознательного разума настолько тесно, что все их намерения сбываются сами собой: под их желания подстраивается все мироздание. Это не значит, что исполняется любая прихоть; дело в том, что намерения таких людей соответствуют намерениям Вселенной. И намерения эти действительно сбываются, но только потому, что Космический Разум использует их для исполнения собственной воли.

Намерение и прихоть — далеко не одно и то же. Намерение предполагает сосредоточенность, а также некоторую отстраненность. Когда вы мысленно сконцентрировались на каком-то желании, следует отпустить его и предоставить Вселенной заниматься деталями. Если абстрагироваться от результата не получается, то в дело вмешивается эго и желание не сбывается. Если намерение не сбывается сразу, вы разочаровываетесь.

Безусловно, лучший способ научиться реализовывать свои намерения — это согласовывать их с космическими намерениями, гармонизировать свои планы с планами Вселенной. Когда такое

соответствие установится, в вашей жизни появится больше синхронистичности — и вы это обязательно заметите. Устанавливать гармоничные отношения лучше всего с помощью обыкновенной благодарности. Осознайте, что вы благодарны Вселенной за все, что получаете. Поблагодарите мир за доставшееся вам место в жизни; за то, что вам посчастливилось участвовать в общей судьбе человечества. Гармония предполагает отказ от всевозможных обид и жалоб. Жалость к себе — детище эго. Так, животным обиды и недовольство неведомы. Только ворох эмоций мешает проявить человеческие намерения. Чтобы создать чистое намерение, необходимо научиться *отпускать* его.

Упражнение 6. Сосредоточиться На Намерении

Лучший способ сосредоточиться на намерениях — записывать их. Уединитесь в каком-ни- будь укромном месте, где вас никто не побеспокоит. Напишите, чего вы хотите; опишите все уровни вашего намерения. Упомяните и физические радости, и удовольствие для эго, взаимоотношения, самооценку и духовные желания. Запишите как можно более детально.

По мере исполнения (или изменения) желаний вычеркивайте соответствующие пункты из списка или добавляйте новые.

Погрузитесь в медитацию и представьте, что было бы, если бы все ваши желания исполнились. Возможно, вам удастся представить реализацию ваших мечтаний как на материальном, так и на духовном уровне. Не пытайтесь упорядочить мысленные образы; не беспокойтесь, если они покажутся вам несбыточными, нереальными. Просто наблюдайте за ними, ощущайте их полноту. Главное — уделить должное внимание всем четырем уровням устремлений. Если удастся достичь нужной степени соответствия, внутренний диалог прояснится и обретет большую силу — с его помощью вы попадете на уровень единого сознания.

Намерение не нуждается в постоянном внимании, но в концентрации оно очень даже нуждается. Со временем привычка концентрироваться обязательно выработается. Просматривайте составленный список один-два раза в день. Читайте его перед самой медитацией. Медитация успокаивает внутреннюю сущность человека. Эго исчезает. И вы отстраняетесь от возможного результата, не вникаете в детали и не мешаете глубинному разуму все организовывать и располагать частности в нужном порядке. Главное здесь — абстрагироваться от уровня эго, уровня «я», от самооценок, и не мешать нелокальному разуму исполнять ваши желания посредством синхронистичности.

Вначале можно быть сколь угодно эгоистичным. Вначале все ваши желания могут вертеться вокруг «себя» и разного рода

мелочей. Но со временем вы начнете понимать, что самореализация должна происходить во всех измерениях, а не только на личном уровне и уровне эго. Когда заметите, что ваши желания исполняются, эгоизм пойдет на убыль: вы осознаете, что можете получить все что угодно.

Тому, у кого еды вдоволь, даже в голову не придет постоянно что-то жевать. То же и с намерениями. Когда вы поймете, что желания сбываются, вы станете меньше думать о личных потребностях. Вас начнут больше интересовать нужды остального мира. Это поэтапный процесс. Будьте терпеливы — но приготовьтесь к чудесам.

12. Пятый Принцип: Обуздайте Эмоции

Сутра: Мокша

(*MOKE-shah*)

Я свободен от эмоции.

С осознанием того, что внешняя действительность неотделима от внутренней, что Вселенная есть продолжение нашего тела, становится ясно: накопившаяся внутри негативная энергия деструктивна. Эмоциональные завихрения — главный барьер для спонтанного исполнения желаний. Однако негативную энергию можно превратить в высший уровень осознания.

Слово *Мокша* означает «свобода». Когда сутра резонирует внутри вас, она выражает следующее: «Я свободен от эмоций. В моей душе нет места мелодрамам. Я избавился от обид, сожалений, враждебности и чувства вины. Я больше не оплакиваю свою участь, не жалею себя. Я могу смеяться над собой. Я вижу комизм жизни». Все это составляющие свободы: если не избавиться от эмоций, духовный опыт будет затемнен вашим эго — и самые благие намерения не исполнятся.

Полная эмоциональная свобода — это путь к свободе психологической и духовной. В сущности, есть только две эмоции: удовольствие и боль. Вам либо хорошо, либо плохо. Часто приходится сталкиваться с расхожим мнением о том, что основные чувства — это любовь и страх. На самом деле любовь и страх — не что иное, как реакция на потенциальную возможность получить удовольствие или испытать боль. *Любовь* — это желание приблизиться к воображаемому источнику удовольствия. *Страх* — желание избежать того, что, как нам кажется, принесет нам боль.

Самое оптимальное состояние — это состояние равновесия. Когда человек нервничает, его внутреннее равновесие нарушается. Духовное развитие из-за этого может прекратиться, а

связь с синхронистичностью — нарушиться. Это вовсе не значит, что эмоции вредны и что их нужно избегать. Эмоции — неотделимая часть человеческого естества. Но заикливаться на какой-то эмоции ни в коем случае не следует.

Гнев, по-видимому, самая деструктивная эмоция. Гнев подталкивает нас на недобрые дела, уводя прочь с пути просветления и единого сознания. Гнев мешает увидеть единство. Гнев — порождение эго. Он не только не способствует просветлению сознания и синхронистичности, но и отталкивает человека назад, надежно заглушая спасительные послания Вселенной.

Первое, что нужно сделать, — взять ответственность на себя. А для этого необходимо распознать эмоцию.

Что вы чувствуете?

В какой части тела локализуется эмоция?

Когда распознаете ощущение, наблюдайте за ним. Постарайтесь быть объективным; представьте, что наблюдение ведет посторонний человек. Причина гнева — боль. Опишите боль с объективной точки зрения. Распознав боль, вы сможете выражать ее, высвободить, разделять ее. Превратите боль в новое осознание. В конце концов вы будете радоваться боли, ведь она знаменует еще один шаг на пути духовного развития. Если принять боль так, как я описал, эмоциональная буря быстро стихнет, а дорога к синхронистичности прояснится.

Упражнение 7. Обуздать Боль

На десять минут уединитесь в каком-нибудь тихом месте. Погрузитесь ненадолго в медитацию.

Закройте глаза и вспомните то, что выбило вас из равновесия. Какой-то спор, случайная встреча, которая сильно вас разозлила, еще что-нибудь. Затем вспомните как можно больше подробностей. Прокрутите в голове все от начала до конца.

Чтобы справиться с болью, четко осознайте свои чувства. Это первое, что надо сделать.

Каким словом можно охарактеризовать ваши эмоции? Постарайтесь подобрать слово, которое выражает как можно больше ваших чувств. Точнее всего описывающее ваше внутреннее состояние. Сосредоточьтесь на нем на несколько секунд.

Постепенно перемещайте внимание на все тело. Что вы ощущаете, когда заново проживаете давно забытые эмоции? У каждого чувства есть физические и психологические проявления, разделить которые невозможно. Эмоция переживается на физическом и на психологическом уровнях. Осознайте, что вы

чувствуете, когда вспоминаете то или иное событие. Обратите внимание на физическое проявление эмоции; определите, в какой части тела возникли неприятные ощущения или напряжения.

Теперь эти ощущения нужно выразить. Приложите руку к тому месту, где, как вам кажется, сосредоточена эмоция. Скажите: «Болит здесь». Если таких мест несколько, прикоснитесь к каждому и повторите: «Болит здесь».

Человек может справиться с любой душевной болью. Наши реакции на внешние события зарождаются внутри нас. Мы сами создаем эмоции, причиняющие физическую боль. Если хотите изменить свою реакцию на внешние события, без осознания этого простого факта не обойтись. Мы можем *выбирать*, как реагировать на то или иное происшествие. Если человек сердится, тревожится, если он враждебен или подавлен, в его организме, поддавшемся внутреннему настрою, вырабатываются соответствующие гормоны, мышцы сокращаются — возникает физическая боль.

Следует помнить, что мы всегда сами в ответе за свою боль. Как бы ни сложились обстоятельства, человек способен реагировать конструктивно. От эмоциональных бурь и переживаний вполне можно избавиться. Помедитируйте на тему личной ответственности за душевные переживания.

Если очаг боли определен, если человек признает боль и осознает свою ответственность за ее проявление, у него появляется шанс от нее избавиться. Полностью сосредоточьтесь на той части тела, где локализовалась боль. С каждым выдохом концентрируйтесь на желании избавиться от накопившегося напряжения.

На полминуты сосредоточьтесь на дыхании: представьте, что с каждым выдохом из вас выходят боль и напряжение. Не препятствуйте им. Выдохните их.

Теперь следует научиться делиться болью. Представьте, что вы беседуете с человеком, активно участвовавшим в тех событиях, которые вы выбрали для этого упражнения. Что бы вы ему (ей) сказали? Помните, что боль вам причинил вовсе не этот человек. Физические страдания вам доставили ваши же эмоции. Отвечаете за них вы. Учитывая все это, что бы вы сказали вашему собеседнику? Когда вы делитесь пережитой болью, изгнать из сознания болезненное переживание становится легче.

Поделитесь своими чувствами — давешними и нынешними, расскажите, как вы хотите реагировать на подобные ситуации в будущем.

Возвращайтесь к этому упражнению всякий раз, когда вам будет не по себе. После не забудьте поздравить себя с тем, что неприятные переживания удалось использовать для перехода на более высокий уровень сознания. Регулярные упражнения помогут вам избавиться от боли и волнений, откроют дорогу к

синхронистичности.

Упражнение 8. Избавьтесь От Детского Гнева

Для выполнения этого упражнения понадобится десять минут. Важно, чтобы вас никто не отвлекал.

Вспомните вчерашний день. Представьте, что ваша память — это видеокассета и вы легко можете вернуться к любому событию. Отмотайте видеопленку на двадцать четыре часа назад. Чем вы занимались в течение прошедшего дня? Было ли что-то такое, что напугало или разозлило вас? Я не говорю о каких-то монументальных событиях; быть может, вы долго стояли в очереди и у вас иссякло терпение. Или вы видели чью-то грубость, эгоизм. Вспомните все вчерашние события как можно подробнее — на все это у вас минута.

Особое внимание уделите гневу, вспомните свои ощущения — душевные и физические.

Теперь отмотайте пленку еще дальше. Вспомните, что вы делали год назад; вспомните самую близкую дату. О чем вы тогда думали! Может, сердились, тревожились? Постарайтесь воскресить прошлогодние ощущения — и телесные, и психологические. Совпадают ли они со вчерашними эмоциями?

Вернитесь во времена юности. И тоже сосредоточьтесь на том, что вас тогда сердило или пугало. Переживите свои эмоции заново, переживите их психически и физически. Обратите внимание, как ваш вчерашний гнев вплетается в давно забытые переживания.

Теперь вспомните какой-то случай из детства. Когда вы первый раз по-настоящему рассердились? Осознайте тот эпизод. Где вы тогда были? Кто находился рядом? Кто или что вас рассердило? Вспомните детские ощущения.

Обратите внимание, как вырос за эти годы страх и гнев. Хотя вы и не помните этого, но в вашей жизни было время, когда вы не знали ни страха, ни гнева, — то было время покоя и равновесия. Представьте себе это блаженство. Сосредоточьтесь на времени, когда в вашей жизни не было места страху и злости. Отмотайте кассету до момента, где видимый мир тускнеет, а границы между вами и окружающей действительностью стираются. За минуту отпустите накопившиеся страх, гнев и эго: прочувствуйте, как эго, страх и гнев покидают вас.

Осознавая это состояние блаженства, перемотайте кассету воображения вперед. Просмотрите все эпизоды снова; вспомните страх или гнев, испытанные в детстве, юности, год назад, вчера. Вернитесь к забытому счастью. И вместо того, чтобы умножать гнев, сотрите его из вашей души, сотрите всю злость и страх,

начиная с самого раннего детства и заканчивая вчерашним днем. На минуту сосредоточьтесь: прочувствуйте, как память о блаженстве уничтожает минуты страха и гнева. После этого *отпустите* из души многолетние залежи страха и гнева.

Выполняйте упражнение, когда возникнет надобность разделаться с гневом. Многие предпочитают делать это перед сном — чтобы проснуться счастливым, без следа злости.

13. Шестой Принцип: Празднуйте Космический Танец

Сутра: Шива-Шакти

(*SHE-vah SHOCK-tee*)

Я сам создаю внутри себя богов и богинь.

Их сила и власть проявляются через меня.

Шестой Принцип — это призыв жить более полной жизнью, используя мужские и женские аспекты нашей сущности.

Вот один из способов: можно обратиться к мужским и женским архетипам. Карл Юнг утверждал, что архетипы — это изначальные образы, воспринимаемые разумом как универсальные символы; ярче всего они проявляются в мифах и снах. Архетип есть состояние осознания. Это универсальное средоточие психической энергии.

Архетипы существуют в виде возможностей, они пассивно присутствуют в нашем сознании. В каждом из нас присутствует как минимум один архетип: он не проявляется до тех пор, пока его не проявит какое-то внешнее или внутреннее событие (осознанное или неосознанное) — вот тогда архетип покажет свою мощь и даст о себе знать.

В большинстве случаев вся жизнь человека, его достижения — это проявления общего поля его архетипов. Так, у облеченной властью особы — короля или президента — архетипами власти являются, скорее всего, Зевс или Гера. Если этот человек мудр, то еще и Афина как архетип мудрости.

Архетип можно проявить сознательно, одной только силой намерения. Когда определите ваши основные архетипы, постарайтесь задействовать их в повседневной жизни. Окружите себя символами, словами, образами, которые о них напоминают. Расположите символы в изголовье кровати — пусть на них приходится ваш первый после пробуждения взгляд. Обратитесь к архетипам с просьбой направлять вас и даровать вам мудрость, войти в вашу плоть и кровь и проявлять себя через вас. Просто скажите: «Прошу вас стать частью моей сущности и проявлять себя во мне. Помогите мне не сбиться с пути».

Сделайте это сразу после дневной медитации — и вы ясно ощутите присутствие архетипов. Именно с их помощью вы доберетесь до сокровитного внутри вас источника силы.

Упражнение 9. Открыть Космос Внутри

Надиктуйте эти инструкции на диктофон; прослушайте запись.

Сядьте или лягте, закройте глаза. Успокойте внутренний диалог: наблюдайте за своим дыханием.

Через несколько минут сосредоточьтесь на сердце. Представьте, что ваше сердце — пульсирующий светящийся шар. Внутри шара пребывают два или три божественных создания. Можно представить, что шар наполнен энергией архетипов. Там могут быть ангелы, боги и богини. Представьте, что все ваше тело — чистый свет. И что этот свет — и пульсирующий шар божественных созданий — медленно расширяется, заполняя собой всю комнату.

Свет проникает за пределы помещения, и уже не вы находитесь в комнате, а комната — в вас. Тело света расширяется еще больше, теперь оно вмещает в себя весь город и всех жителей, все дома, автомобили, пригороды. Расширяйте ощущение сущности дальше — пока не почувствуете, что ваше физическое естество охватило всю область, страну и в конце концов всю планету.

Теперь тихо скажите себе: «Не я нахожусь в мире — мир пребывает во мне». Как бы ни печалили вас несовершенства этого мира, попросите богов исправить их — божественные создания все еще кружатся в пульсирующем шаре вашего сердца. Попросите их исполнить все ваши желания и даровать вашей космической сущности гармонию, красоту, исцеление и радость. Расширяйте эту сущность, охватывая собой планеты и луны, звезды и галактики.

Теперь скажите себе: «Не я во Вселенной — Вселенная во мне». И постепенно уменьшайте объем вашей космической сущности, пока снова не почувствуете собственное тело. Подумайте о миллиардах клеток вашего организма, все они — элементы танца, каждая клетка — вселенная.

Напомните себе, что вы существуете на всех уровнях творения — от микро- до макрокосмоса, от атома до вселенной, от вашего тела до тела космического.

Вспомните о том, что на всех уровнях бытия у вас есть доступ к божественной энергии — именно она нелокально управляет космическим танцем, благодаря чему возможно гармоничное взаимодействие между всевластными силами и элементами. Возблагодарите эти архетипические силы.

Теперь спокойно посидите или полежите, вслушайтесь в свои ощущения. Возможно, в ушах у вас появится шум; вы можете

почувствовать приятное возбуждение.

Через две-три минуты откройте глаза. Медитация окончена.

14. Седьмой Принцип: Разгадать Тайну Невозможного

Сутра: Ритам

(*REE-tahm*)

Я бодр и готов к совпадениям; я знаю, что совпадения — это послания Бога. Я кружусь в космическом танце.

В *Седьмом Принципе* сочетаются все остальные грани *Синхросудьбы*. С их помощью вы сможете выработать мировоззрение, соответствующее мирному осознанию.

Ритам означает «я готов разгадывать тайны невозможного».

У каждого события есть вероятность реализации. Вероятность выиграть в лотерею очень невысока. Вероятность выиграть в лотерею без лотерейного билета еще ниже.

Своими действиями мы можем повысить вероятность того или иного события. Многие наши поступки обусловлены кармой — той интерпретацией накопленного опыта и отношений, под влиянием которой формируются наши желания и воспоминания. Если в прошлом человеку везло, вероятность того, что он приобретет выигрышный билет, повышается. Но если он никогда ничего не выигрывал, он сразу чувствует себя проигравшим, — возможно даже, он так и не решится на покупку билета.

Следовательно, чтобы изменить свою жизнь, надо освободиться от кармической обусловленности. Изменить оценку происходящего. Повысить вероятность великих событий в своей жизни.

Все изменения начинаются с уровня души. Именно душа наделяет события смыслом. Душа воздействует на наш разум — так проявляется ее воля. Вы помните каждый свой поступок, эти воспоминания сохраняются, сохраняется интерпретация. Смысл, опыт, интерпретация, память, желание — в кармическом цикле все это взаимосвязано.

Мы привыкли к определенному стереотипу поведения и следуем этому стереотипу просто потому, что нам так удобно. Но если вы хотите повернуть свою жизнь в другое русло, наезженную колею придется покинуть. Это нелегко, но люди проделывают такое ежедневно. Лучше подождать, пока появятся признаки новых возможностей. Эти признаки и называются *совпадениями*.

Совпадения — послания нелокального мира, предложение разорвать оковы кармы. Совпадения предлагают оставить известное и шагнуть в неведомое. Совпадения — это творческий,

квантовый скачок в отношениях с самой Вселенной.

Все известное и привычное обусловлено прошлыми привычками, в то время как творчество и свобода пребывают в неведомом — во всем, что не вписывается в рамки обусловленной кармой шкалы возможностей. Вот почему так важно выискивать совпадения и записывать их. Обнаружив совпадение, вы получаете шанс докопаться до его подлинного смысла.

По определению, совпадение есть синхронистическое переживание. Это вестник нелокального мира. Его влияние на действительность непредсказуемо. Само по себе совпадение — уже Божье послание. Мы должны отнестись к нему внимательно, а потом действовать. У вас есть шанс творчески ответить на послание.

Цель просветления — выйти за пределы привычных возможностей и познать подлинную свободу. Поэтому пренебрегать совпадениями нельзя. Никогда не упускайте шанс узнать, что приготовила вам Вселенная. Внимательно присматривайтесь к совпадениям, и вы увидите, как они прогрессируют, открывая перед вами всё больше новых возможностей.

В этом и заключается загадка *Синхросудьбы*. Представленные здесь *Принципы* суть законы Вселенной. Ориентируйтесь на них — и все ваши мечты исполнятся. Осознание того, что это не какая-то абстракция, а действенные законы, управляющие вашей жизнью, — это даже больше, чем осознание. Это, можно сказать, торжество, празднование. Тот, кто научился синхронистичности, научился синхронизировать собственную жизнь со Вселенной, — тот празднует космический танец.

Упражнение 10. Соединить Всё Это Воедино

Отправьтесь в какое-то шумное место. В торговый центр, например. Купите что-нибудь поесть. Присядьте на лавочку. Закройте глаза.

Полностью осознавайте происходящее; попробуйте пищу, вдохните запах еды, почувствуйте, какая она на ощупь. Не раскрывая глаз, прислушайтесь к долетающим до вас звукам. Что это за музыка на заднем фоне? Рождественский хорал? Мелодия из кинофильма? Получается ли у вас настроиться на разговор сидящих рядом людей? Различаете ли вы разрозненные фразы, слова? Выделяются ли на фоне общего шума какие-то звуки?

Теперь сосредоточьтесь на собственном теле, на ощущениях. Что вы можете сказать о скамейке, на которой сидите, — мягкая она или твердая, металлическая, деревянная или обита тканью?

Откройте глаза и оглядитесь вокруг, посмотрите на людей, на

цвета, витрины, товары, картины.

Снова закройте глаза и вспомните свои ощущения: вспомните вкус, запахи, фактуру, цвет, звуки, вообще все увиденное.

От каждого ощущения возьмите что-то одно. Например, вы чувствуете клубничное мороженое во рту, запах свежее испеченного хлеба, шероховатые камни под ногами; перед глазами красивая картина — закат в горах; вы слышите рождественские хоралы и мелодию из «Золотого пальца», фильма о Джеймсе Бонде. Скажите себе, что все эти звуки, запахи, вкус и фактура — составляющие одного сюжета.

Спросите себя, что это за сюжет. Попросите нелокальную сущность открыть его. После этого можете уходить из торгового центра — нелокальная сущность ответит, и ответ этот явится в виде синхронистичного переживания.

Это упражнение взято из личного опыта — все вышеописанное я проделал в торговом центре под Рождество.

Через год я оказался на Ямайке. Я ехал в автомобиле по сельской местности, а за окном проплывал пейзаж, очень похожий на ту картину из центра, — солнце заходило за прибрежные скалы. Как потом выяснилось, фильм «Золотой палец» снимался именно здесь, а местность эта зовется «Клубничный Холм».

Невдалеке высился красавец-отель с тем же названием. Я решил заглянуть туда. Оказалось, что это роскошный курорт с минеральными водами. Директор курорта обрадовался мне — он хотел поговорить об аюрведической терапии и уже несколько дней меня разыскивал. В конце концов мы договорились о сотрудничестве.

Спустя несколько лет я снова встретился с ним, — как оказалось, директор курорта заведовал студией звукозаписи. Его супруга болела, и я ее проконсультировал. С директором мы подружились. Этот человек очень мне помог, когда я готовил к выпуску первый диск с записями лечебных медитаций.

С годами наша дружба окрепла. Мы оба знаем, что связаны кармой.

15. Жить Синхросудьбой

Теперь вернемся к вопросу, который я задавал в самом начале книги:

Если бы вы знали, что чудеса существуют, о каком чуде попросили бы?

Если бы вы могли получить все что угодно, если бы могли заниматься любым делом — что бы вы пожелали и чем бы занялись?

Синхросудьба творит любые чудеса — и чудеса эти бесконечны, беспредельны. Вас будто ведут от локального уровня к

нелокальному, ведут мягко и настойчиво. Человек, живущий на одном только локальном уровне, беден и слаб. Его духовные счета пусты. На локальном уровне, где большинство из нас прозябают всю свою жизнь, будущие события предсказать невозможно. Все ваши действия здесь отмечены печатью тревог и волнений. Мысли омрачены сомнениями, а воля парализована заботами эго.

Обращаясь к *Синхросудьбе* и устанавливая связь с нелокальным уровнем, вы попадаете в мир беспредельного творчества и бесконечных корреляций. Здесь вам нечего бояться: здесь не бывает тревог и можно быть таким, каким вас создала Вселенная. Вы располагаете духовным эквивалентом миллиарда долларов. На нелокальном уровне у вас есть неисчерпаемый источник знания, вдохновения, творчества и возможностей. У вас неограниченный доступ ко всем сокровищам мира. Что бы ни произошло, вы всегда в полной безопасности, счастливы и абсолютно спокойны.

Законы *Синхросудьбы* открывают канал связи с нелокальным уровнем. Медитируйте, не забывайте повторять соответствующие сутры, и ваша связь с духом окрепнет настолько, что чудеса будут не только возможны — они станут частью повседневной жизни.

Как любое стоящее путешествие, жизнь по законам *Синхросудьбы* требует жертв. Придется отказаться от ошибочного взгляда на мир как на механизм — механизм хорошо смазанный, но лишенный сознания. Также придется расстаться с убеждением, что в этой жизни вы одиноки. Кроме того, придется пожертвовать мифом об отсутствии в жизни магии.

Есть люди, чью жизнь иначе, чем волшебством, не назовешь. Эти люди сумели возобновить связь с беспредельной энергией, пребывающей в самом сердце Вселенной. Они научились замечать *совпадения* — послания нелокального мира, расшифровывать их и узнавать, как чудо можно сделать реальностью.

Чего Ожидать От Синхросудьбы

Хотя изложенные в этой книге идеи могут послужить толчком к саморазвитию длиною в жизнь и вдохновить вас заняться реализацией своих возможностей, но только от вас зависит, выберете ли вы проникать в тайну невозможного, отыскивать скрытые от глаз сокровища — или нет.

Путь к *Синхросудьбе* вы можете начать с намерения разбогатеть, завязать с кем-то серьезные отношения, сделать карьеру. *Синхросудьба* действительно может вам все это дать. Но конечная цель *Синхросудьбы* — расширение сознания и путь к просветлению.

Наслаждайтесь путешествием. На каждой стадии вас ждут

чудеса, каждой стадии соответствует определенное восприятие мира и образ жизни в этом мире. Пусть *Синхросудьба* станет для вас трансформацией и пробуждением. Пробуждение и пребывание в пятом, шестом или седьмом состояниях сознания расширяет восприятие не меньше, чем расширяет сознание бодрствование — если сравнивать его с глубоким сном. *Синхросудьба* поможет вам стать таким, каким вас задумала Вселенная: могущественным, как могущественно *намерение*, и способным созидать, как созидает дух. Все, что от вас требуется, — это стремление включиться в космический танец и готовность открывать чудеса души.

Когда чудеса станут частью вашей жизни, вы поймете, что *Синхросудьба* — признак другого, еще более глубокого явления. Я говорю о глубинных личностных изменениях, о пробуждении, осознании подлинной сущности своего «Я». Вы начинаете понимать, что ваше истинное «Я» — вовсе не человек. Ваша сущность — это поле разума, в котором пребывает и тот человек, с которым вы себя отождествили, и остальные люди, и все ваше окружение. Совместное же существование и эволюция Вселенной обусловлены внутренним взаимодействием сущности с самой собой.

Вы больше не считаете Вселенную суммой отдельных частиц; вы понимаете, что она есть единое и неделимое целое, где между личностью, с которой вы себя идентифицируете, ее мыслями, другими личностями и их мыслями, между всеми событиями и отношениями существует взаимосвязь. Все вышеназванное — это единое проявление вашей нелокальной сущности. Вы — искрящаяся тайна; за завесой этой тайны рождается и исчезает вся Вселенная со всеми ее элементами и связями. Осознание этого знаменует полное перерождение вашей индивидуальной сущности в сущность универсальную; вы обретаете бессмертное знание путем тождества, раз и навсегда избавляетесь от страха — в том числе от страха смерти. Вы излучаете любовь, как солнце излучает тепло и свет. Наконец-то вы оказались в исходном пункте вашего путешествия.

Об Авторе

Дипак Чопра — автор пятидесяти с лишним книг, переведенных на тридцать пять языков мира. В число этих книг входят и бестселлеры *New York Times* — художественные и научные издания. Дипак Чопра — основатель и президент «Союза обновленного человечества».

Связаться с писателем можно через сайт www.deepakchopra.com. Журнал *Time* назвал Д. Чопру одним из ста самых известных героев-символов XX века, «поэтом-пророком альтернативной

медицины» (июнь 1999 г.).

Другие Книги Дипака Чопры

Тело и ум, неподвластные времени.

Квантовая альтернатива старению.

Старость! Тело дряхлеет, ум слабеет... Мы привыкли считать, что подвластны времени. Однако Дипак Чопра, «поэт-пророк альтернативной медицины», утверждает, что этот процесс обратим.

Если вы будете выполнять упражнения, приведенные в этой книге, то значительно замедлите и даже обратите вспять процесс старения — к годам молодости, задора и крепкого здоровья.

Эта книга — для всех тех, кто не желает старости и ищет путей выхода за пределы линейного времени.

Как познать Бога

Путешествие души к тайне тайн

В этой удивительной маленькой книге рассматривается пошаговый процесс развития в человеке Божественного сознания.

Каждый шаг приближает нас к полному взаимодействию с высшей тайной — Божественным Разумом. На этих страницах Дипак Чопра стремится снабдить нас инструментами, которые помогут нам встретиться со своим Высшим Я.

Возвращение Мерлина

Кто мог предположить, что разгадку странного убийства на шоссе следует искать в мифическом королевстве Камелот, а молодому констеблю Артуру Каллэму доведется узнать, что он — легендарный король Артур?

Детективная интрига книги ведет читателя в сверхъестественный мир, где настоящее отделено от далекого прошлого лишь тончайшей пеленой иллюзии. Когда наваждение, которое мы привыкли считать непреложной реальностью, рассеивается, человек оказывается свидетелем противостояния запредельных могущественных сил, избравших в качестве поля битвы саму вечность.

Эта книга — о великом волшебстве, сокрытом в наших душах, и

о тайнах бытия, которые нам дано постичь.

Жизнь после смерти

Эта книга — глубокое и эмоциональное исследование потустороннего бытия, открытого для изменений и незавершенного, как сама жизнь.

«Смерть есть не что иное, как трансформация свойств нашего внимания», — утверждает Дипак Чопра. Переступая ее порог, мы движемся туда, куда нас влекут желания. Душа, словно в сновидении, материализует все, что ей нужно для движения вперед. И здесь, если мы хотим обрести свободу, нам необходимы навыки, которые можно развить точно так же, как мы развиваем в себе умения, в которых нуждаемся в земном обыденном мире.

Книга Дипака Чопры бросает вызов страху перед смертью и помогает постичь беспредельность скрытого в человеке творческого начала.

Книга тайн

Как познать тайные сферы жизни

Наша жизнь — это книга тайн, которая ждет только того, чтобы ее раскрыли. Тайну истинной любви можно обнаружить только внутри себя, равно как и тайны исцеления, сострадания, веры, а также самую непостижимую тайну мироздания — кто мы есть на самом деле. И хотя ответы на все эти вопросы могу! показаться простыми, мы все еще остаемся загадкой для самих себя, а все, что мы жаждем узнать, по-прежнему скрывается глубоко внутри нас.

Каждый человек стремится к личностному прорыву, каждый ищет поворотную точку, откровение, которое способно придать жизни новый смысл. Все это ты, читатель, найдешь в «Книге тайн» — этой квинтэссенции глубоких мыслей и мудрых идей, которая выкристаллизовывалась в течение всей жизни одного из величайших духовных мыслителей нашего времени.

Путь к любви

Обновление Любви и Силы духа в вашей жизни

В своей книге «Путь к любви», ставшей бестселлером во всем мире, Дипак Чопра учит тому, как мы можем преобразить свою

жизнь и взаимоотношения с людьми, заполнив каждый день глубоким смыслом, романтикой и страстью.

Опирающийся на мудрость ведических текстов Индии, другие великие духовные традиции и собственный опыт доктора Чопры, «Путь к любви» показывает нам, как, используя духовные озарения, можно успешно пройти семь ступеней любви: влечение, страстную влюбленность, ухаживание, близость, уступки, страсть и экстаз. С помощью специальных упражнений вы научитесь преодолевать трудности, повысив роль духа в своей жизни и в своей любви. Эта книга может изменить вашу жизнь и заставить дух творить чудеса в самой **сложной**, но сулящей самое богатое вознаграждение области — человеческом сердце.

Беременность и роды

Волшебное начало новой жизни

Эта книга адресована будущим мамам и папам, а также всем, кто хочет иметь отношение к рождению и воспитанию детей.

Несмотря на свою вдохновенность и возвышенность, она имеет весьма практический характер. Ее идеи, приемы и упражнения помогут будущей матери прислушаться к мудрости своего тела. Бы естественным образом разовьете в себе навыки нейтрализации стрессовых ситуаций, сбалансируете питание, укрепите мышцы, повысите упругость и эластичность своих тканей, обретете внутреннее равновесие и всесторонне подготовитесь к родам.

Руководствуясь принципами этой книги, вы узнаете много нового о себе и о том, как обрести внутреннюю гармонию и счастье.

Семь духовных Законов Успеха

Практическое руководство по осуществлению вашей мечты

Эта книга — один из величайших бестселлеров современности. Ее успех и тиражи невероятны.

Основанная на законах, которым подчиняется все мироздание, она вдребезги разбивает миф о том, что успех является результатом тяжелого труда, точного планирования или руководящих вами амбиций.

В «Семи Духовных Законах Успеха» Дипак Чопра рисует перспективу достижения успеха, которая изменит всю **вашу** жизнь: стоит вам понять вашу истинную природу и научиться жить в гармонии с ней, к вам легко и без всяких усилий хлынут благосостояние, здоровье, взаимоотношения с людьми,

которые принесут вам удовлетворение, энергия и энтузиазм, а также материальное благополучие.

Семь духовных Законов для родителей

Руководство для достижения успеха и реализации всех возможностей ваших детей

Книга рассказывает о том, как просто и эффективно привить ребенку этические понятия, подготовить его к духовному путешествию под названием жизнь. Это лучшее, по мнению автора, что мы можем предпринять, чтобы сделать своих детей успешными и счастливыми.

Семья — не просто «ячейка общества». Семья, утверждает доктор Чопра, это единение душ. Но ошибочно думать, что объединяет нас лишь территория, на которой мы живем, школа, в которой мы учимся, или способ, с помощью которого мы зарабатываем на жизнь.

Связывает нас нечто несравненно большее, вечное.

Если вы достаточно открыты для того, чтобы пересмотреть общепринятые взгляды на воспитание, и хотите расширить духовные горизонты своих детей — обязательно прочтите эту книгу.

Кама-сутра

Семь духовных законов любви

В своем новом толковании Кама-сутры всемирно известный автор Дипак Чопра рассказывает о связи между сексуальностью и духовностью.

Через два тысячелетия после создания Кама-сутры Чопра показывает нам: оказывается, эту удивительно современную книгу можно читать как духовный текст, помогающий поднять сексуальный опыт на новый уровень — уровень духовного экстаза.

Книга состоит из трех основных частей: новое толкование Кама-сутры, афоризмы о любви и Семь Духовных Законов Любви. На каждой странице вы найдете изумительные иллюстрации, выполненные специально для этой книги.

Сохраняя верность духу изначальной Кама-сутры, Дипак Чопра обнаруживает глубинную святость этой уникальной книги. В результате такого нового прочтения Кама-сутра обретает актуальность как глубокий духовный текст.

Безграничная энергия, Как преодолеть вредные привычки, Полноценный сон, Идеальный вес, Идеальное пищеварение

В самих названиях этой серии книг доктор Чопра отражает не проблему, а средство для ее решения. Это не случайно. Вместо темного, негативного (проблема хронической усталости, проблемы со сном, проблемы с пищеварением и т. д.) автор сразу ориентирует читателя на светлое, положительное (безграничная энергия Природы, идеальное пищеварение, идеальный сон).

К решению этих проблем Дипак Чопра привлекает и древнюю, как мир, Аюрведу, и новейшие достижения физики, психологии, биохимии...

И получились практические книги, доступные и одновременно серьезные руководства для тех, кто захочет узнать множество способов восстановления связи с Природой и гармонизации своего организма, а также открывать талящиеся в вас естественные источники энергии.

Сила, Свобода и Благодать

Жизнь, построенная на Источнике вечного счастья

В этой книге Дипак Чопра обсуждает вечные вопросы человеческого существования: «Кто я? Откуда? Куда отправлюсь после смерти?» — и показывает, как эти вопросы связаны с поиском счастья. Обращаясь к древней философии веданты и к открытиям современных ученых, Чопра помогает читателю понять и ощутить свою истинную природу. Познав, кто он есть, человек позволяет Вселенной протекать через него легко и беспрепятственно, благодаря чему обретает Силу, Свободу и Благодать.

Стань моложе, живи дольше

10 шагов к омоложению

«Стань моложе, живи дольше» включает десять практических шагов, которые, войдя в привычку, позволят вам перестроить свой Биостат (биологический возраст) таким образом, чтобы он стал на пятнадцать лет меньше вашего хронологического возраста. Книга проста и пригодна для практического использования прямо сейчас. Объединив приведенные в книге практики со своим

образом жизни, вы сразу же обнаружите улучшение своего физического и эмоционального состояния, возродите свою способность подсоединяться к внутреннему резервуару неограниченной энергии, творческих сил и жизнеспособности.

Вы почувствуете себя моложе и ваш организм начнет функционировать так, как функционирует организм значительно более молодого человека.

Путь Волшебника

Как строить жизнь по своему желанию

«Путь волшебника» содержит двадцать духовных уроков, которые помогут читателю в создании новой, лучшей жизни — той жизни, о которой мы все мечтаем, но не умеем найти к ней пути.

«Путь волшебника» дает нам ключ к достижению любви, личного удовлетворения и духовного единства. Приступая к чтению этой книги, будьте готовы к тому, что все ваши предыдущие представления об успехе и счастье изменятся. Произойдет сдвиг от жизни, в которой преобладает эго и вечная внутренняя борьба, к более свободной жизни, в которой найдется место для чуда.

Сноски

Примечания

1

Mind (англ.) — ум. — Прим. перев.



С любовью,
электронная библиотека
Theosophy-Books.org

