

Никита Истомин



# ЗАПУСК ШАМАНА

Из этических соображений все события в этой книге несколько изменены, а имена героев полностью выдуманы.

Но все методики сохранения здоровья являются подлинными.

## Annotation

Автор книги – успешный врач, остеопат, психолог и парапсихолог. Встреча с народным целителем и шаманом из Якутии полностью перевернула его представление о современной медицине. Загадочный шаман Арамаам рассказывает удивительные истории исцеления, дает реальные практики, рассказывает о древних секретах обретения здоровья. Из этических соображений все события в этой книге несколько изменены, а имена героев полностью выдуманы. Но все методики сохранения здоровья – абсолютно подлинные.

---

- [Никита Истомирин](#)
  - 
  - [Черная дыра Андрея](#)
    - [Список потенциальных жертв](#)
    - [Весна пришла](#)
    - [Что же убило Андрея?](#)
    - [Спасите свою печень](#)
    - [Диета для печени](#)
    - [Совет шамана](#)
  - [Аркан для кобеля, или Черная вдова](#)
    - [Приворотное зелье](#)
    - [Муж № 1](#)
    - [Муж № 2](#)
    - [Муж № 3](#)
    - [В чем привлекательность женщины?](#)
    - [Уроки любви](#)
    - [В чем причина бронхита?](#)
    - [Решение проблем с легкими, горлом, грудью и... одиночеством](#)
  - [Доктор бомж](#)
    -

- [Машина для операций](#)
- [Встреча у помойки](#)
- [Богач и нищий: кто из них кто?](#)
- [Как перестать себя убивать?](#)
- [Шаман. Начало пути](#)
  - [Фиолетовая встреча](#)
  - [Вы уволены](#)
  - [Шаман](#)
  - [Правда о головной боли](#)
  - [А был ли бомж?](#)
  - [Как правильно носить свою голову?](#)
- [Крах гипнотизера](#)
  - [Исцели целителя](#)
  - [Пафосный гипнотизер](#)
  - [На каждого хитреца довольно простоты](#)
  - [Терпение шамана](#)
  - [Гипнотизер в трансе](#)
  - [Кураж пропал](#)
  - [Не сжигайте свои кишки](#)
- [Кукловод](#)
  - [Одна дома в Новый год](#)
  - [Куклы так похожи на людей...](#)
  - [Праздник для Элеоноры](#)
  - [Новые куклы Элеоноры](#)
  - [Встреча подруг](#)
  - [Властительница мира ест объедки](#)
  - [Шаман в шоке](#)
  - [Путь в психбольницу.](#)
  - [Тихое счастье](#)
- [Почему люди расстаются?](#)
  - [Настырная пациентка](#)
  - [У меня была подруга...](#)

- [Ей это вообще не надо](#)
  - [Не все развиваются одинаково](#)
  - [Даже не о чем поговорить...](#)
  - [Детоксикация](#)
  - [Диета для кожи](#)
  - [Синдром потерянной важности](#)
    - [Позвольте, я вам дам понять, кто я ТАКАЯ!](#)
    - [Посмертный подвиг](#)
    - [Эмоции разрушают тело](#)
    - [Пенсия - это новая жизнь!](#)
    - [Позвольте себе роскошь быть свободным!](#)
  - [Тайны шамана](#)
    - [Диагноз и лечение по фотографии](#)
    - [Стирание болезни](#)
    - [Лечение стихиями](#)
    - [Снятие с цепей](#)
    - [Семейная психотерапия шамана](#)
    - [Рисование болезней](#)
    - [Самодиагностика стихий](#)
    - [Баланс всех стихии](#)
    - [Бездельники и вампиры](#)
    - [Дельный совет на прощание](#)
  - [Послесловие](#)
    - [От редактора](#)
    - [От автора](#)
  - [notes](#)
    - [1](#)
    - [2](#)
    - [3](#)
-

# **Никита Истомин**

## **Записки шамана**

*Из этических соображений все события в этой книге несколько изменены, а имена героев полностью выдуманы. Но все методики сохранения здоровья - абсолютно подлинные.*

# Черная дыра Андрея



## Список потенциальных жертв

Андрей сидел на диване, не замечая, что уже минут пять рассматривает рисунок его обивки в шотландскую клетку. Цветные полосы отмеряли аккуратные квадраты с идеально прямыми углами. Взгляд уперся в пуговицу: она мешала. Чужеродный предмет вдавливал линии в глубину диванной подушки, напоминая черную дыру. Приблизительно так могла бы выглядеть диаграмма его жизни, где ровное самоощущение сменялось депрессивными провалами. Их настойчиво повторяющийся ритм и особенно масштабность последнего кризиса навели его на мысль раз и навсегда разобраться с внешними досадными причинами. Как если бы он сейчас, выравнивая бег линий на ткани, одну за другой отрезал бы все пуговицы с поверхности. В своей голове он мог отчетливо слышать звук лопающейся нити на остром лезвии ножа. Улыбнувшись своим мыслям, Андрей поднял глаза на шамана.

- Я много слышал о вас, Арамаан. Слух о том, как ловко вы решаете людские проблемы, дошел и до столицы, - Андрей говорил медленно, вдумчиво подбирая слова. - Думаю, вы именно тот, кто мне нужен.

Шаман не спешил отвечать, пропустив мимо ушей умелую лесть. Арамаан мог позволить себе быть свободным от оценочных суждений о людях, постоянно поглощенных исключительно самими собой. И он один из них, но с развитым чувством осознанности и глубоким пониманием причинно-следственных связей, не более, но и не менее. Нейтральное отношение позволяло ему увидеть за напряженной позой собеседника привычно подавляемую эмоцию гнева. Холод в печени и селезенке ослаблял их ресурс и грозил

стремительным развитием болезни. Коррекция мыслительной и эмоциональной реакции могла бы преобразовать холод в тепло и излечить больные органы. Шаман смотрел на Андрея, его взгляд проникал внутрь, словно сканируя: – Какой у вас запрос?

– Я привык сам решать свои проблемы и в целом неплохо с этим справляюсь. Однако мне кажется, пришло время воспользоваться вашими магическими средствами, чтобы глобально расставить все по своим местам. У меня есть список людей, с которыми я хочу разобраться. Финансово я подготовился, думаю, вы будете удовлетворены, – мужчина открыл рюкзак, доверху набитый пачками банкнот.

– То есть вы проделали весь этот путь до Якутска, чтобы попросить помощи, потому что сами не видите решения, и предлагаете мне за услуги деньги? Пока все звучит крайне обыденно. Вы себя считаете незаурядным человеком?

– Безусловно, – процедил Андрей. Ему показалось, что шаман над ним насмехается. По спине сползла струйка холодного пота, что-то сдавило грудную клетку и не давало свободно вдохнуть.

Память услужливо подсовывала картинку из детства, ту, что преследовала его в ночных кошмарах из года в год. Школьный двор города Подольска. Обычная спортивная коробка, где всю долгую зиму дети играли в футбол. В тот день Андрей, как всегда после уроков, бродил во дворе и с завистью смотрел на мальчишек, с разгоряченными лицами гоняющих мяч.

– Эй ты, малявка, хочешь с нами? Нам не хватает еще одного для ровного счета.

– Конечно! – Он не верил своему счастью: его позвали в игру, да еще и старшие ребята!

Мяч к нему попадал редко, но когда удавалось им завладеть, он весьма ловко передавал пас. Разыгрывали решающее очко, прилетевший мяч он в азарте решил



забить сам, несмотря на настойчивые сигналы делать передачу. Андрей поспешил замахнуться, и удар получился слабым. Игра была проиграна. Виногато улыбаясь, он стоял поодаль от стайки матерящихся мальчишек, когда один из них направился в его сторону. Верзила схватил его за шиворот и поволок из коробки, так что тот едва касался ногами земли. Андрей до сих пор мог чувствовать режущую боль на лице от ледяной коросты сугроба, в который его методично впечатывали цепкие руки. В ушах зазвенели смех и улюлюканье мальчишек, подначивающих обидчика быть жестче:

- Мазила, слабак! Так тебе и надо! Вмажь ему покрепче!

В полубессознательном состоянии Андрею казалось, что сбежалась поглазеть вся школа. Никто не собирался за него заступаться, ему пришлось дожидаться, когда верзиле надоест его «наказывать». Дома отец не проявил никакого интереса к происшествию, его в целом мало занимало происходящее вокруг, мать привычно переключилась на упреки мужу за его безразличие к воспитанию сына... Андрей остался одинок и сам переваривал унижение и горе, как мог. Ничего в тот день у него внутри не сломалось, даже наоборот, выросла особая броня, нечувствительная к последовавшим в школе издевкам.

Он стал профессиональным изгоем, тихо копившим в себе недоверие к миру. Одиночество стало его безопасной территорией. С годами обида переродилась в навязчивую потребность постоянного самоутверждения, за сорок с небольшим лет она составляла его суть. Любой человек, оказавшийся выше статусом или хотя бы ростом, вызывал в нем едкую зависть и чувство собственной неполноценности.

- Как вы спите, вас не преследуют кошмары? - шаман озвучил мысли Андрея, заставив его

вздрагнуть. – Я вижу обиженного, обозленного, одинокого мальчика. Я не откажу ему в помощи.

От этих слов Андрей напрягся, он начал сожалеть о своем приезде на окраину Якутска. По дороге он представлял, как будет выкладывать имена и даты рождений своих врагов, тщательно подбирать проклятья, которые шаман с рвением жадного исполнителя будет на них насылать. Сдержанный прием и выстроенная Арамааном дистанция разочаровали его, но он все же решил предпринять еще одну попытку выстроить разговор в нужном ему ключе.

– Давайте оставим мальчика в покое, я уже давно не мальчик, – Андрей улыбнулся одними губами, глаза холодно и сосредоточенно изучали собеседника, меньше всего ему нужна была жалость. – И проблемы у меня далеко не детские...

– Как посмотреть... – шаман не отрываясь следил за выпущенным из трубки облаком дыма, казалось, ему совершенно не было дела до посетителя. – Мы видим то, что хотим видеть. И верим в то, во что хотим верить. Вы ходите по замкнутому кругу, и хотите верить в то, что мир с вами несправедлив, и людям не верите ни на грош. Мне тоже не верите... Истоки подорванного доверия лежат в вашем детстве, как у большинства. Но вы, по счастью, уже выросли и располагаете навыками логического мышления. На них и будем уповать. – Арамаан лукаво улыбнулся и продолжил: – Хотите, скажу, кто там в вашем списке под первым номером идет?

Пошарив в кармане, Андрей убедился, что листок все еще там. Первым именем в списке значилась Татьяна, та самая, которую еще полгода назад он полноправно считал своей. Возможно, тогда впервые в жизни Андрей разрешил себе довериться и допустить душевную близость в отношениях с женщиной.

Непроизвольное напряжение скул на лице собеседника шаман расценил как согласие и безучастно произнес: – Она.

Отрешенным взглядом Андрей зацепился за лпцо старика, погружаясь в едва уцелевший в памяти осенний день. Вот она со смехом тянет его за рукав:

– Андрей, давай взорвем этот пирамидальный порядок! Смотри! – кричит она, врезаясь с разбегу в кучу пожелтевшей листвы. Как ребенок, уверенный в своей безнаказанности, она излучает свободу и счастье. Ему это незнакомо, с жадностью наблюдая за ней, он улыбается вновь обретенной живой улыбкой. Ее не смущают листья, застрявшие в волосах, она доверчиво прижимается и говорит что-то. Ничего не слышно. В ушах застучало, и горло снова сжал спазм.

– Вы побледнели, я, по всей видимости, оказался прав, – Арамаан с неожиданной для старика ловкостью поднялся из глубины кресла и исчез в соседней комнате. Андрей был рад предоставленной возможности остаться одному, нужно было время совладать с приступом предательской слабости.

– Тварь неблагодарная! – прошелестел Андрей, мысленно обращаясь к ней, но уже из другой памятной точки. Новогодняя вечеринка в офисе, красное облегающее платье, бокал в ее руке; стоя рядом, она окидывает взглядом пространство и на какое-то мгновение останавливается на мужчине у импровизированной барной стойки. Это был Вадим – его визави и партнер, они повязаны многолетним азартом соперничества в рамках одной строительной компании.

*Когда вы сможете осознать, что причина всего происходящего – только вы сами, когда вы найдете в себе силы искренне раскаяться за содеянное и примирите гордыню, вот тогда вы*

*получите прощение внешнего мира, и он начнет меняться вокруг вас.*

Очевидно, сегодня аккуратно сохраняемый режим вынужденного симбиоза исчерпал свой ресурс. Время замерло. словно в замедленной съемке, Андрей видит, как Вадим расплывается в самодовольной улыбке победителя, приподнимает бокал в немом тосте, в его глазах смех и вызов. Она оборачивается к Андрею предательски резко, локоны игриво пружинят у озабоченного лица и замирают в тот момент, когда она отводит глаза в пол. Невербальный двойной удар за пару секунд и нокаут. Жизнь посыпалась, как карточный домик, любимый успешный бизнес оказался погребен под его руинами. Несмотря на свои истощные попытки найти ответ, он так и не понял: зачем? Зачем она ему изменила именно с Вадимом, самым очевидным конкурентом в его жизненном пространстве?

Арамаан медленно вошел, в руках у него был затейливый чайник, из длинного носика которого струился пар. Андрей отвлекся от своих мыслей:

- Снадобье?

- Нет, чай, не откажетесь ведь?

- А покрепче ничего нет? - хотелось заглушить нахлынувшие знакомые мысли.

- Реакция внешнего мира, людей - это отражение вашего внутреннего состояния, ваших мыслей и чувств, - шаман закашлялся, разливая напиток по чашкам, - если вы ожидаете предательства, то именно с ним и будете сталкиваться.

Шаман словно продолжил молчаливый монолог, который Андрей вел сам собой последние несколько минут.

- Зачем? Зачем она это сделала?! Я был к ней открыт, я был искренен, я был готов дать ей все... Если

верить вам, то я не должен был получить в ответ предательства!

- Мы же не знаем, что двигало ею, какая у нее история. Тем более к женщине «зачем» в целом слабо применимо. Тут движет иная логика, если это можно назвать логикой. Низачем. Вопреки. К тому же отношения людей - это не продай-купи, случается, что за свои прошлые нечестные истории мы получаем расплату в самый неподходящий момент. Полагаю, в вашей жизни были отношения, в которых вы были нечестны?

- Опять вы за свое... - устало протянул Андрей.

- Вам следует поверить, что не столь важно событие, сколько наше отношение к этому событию...

- Послушайте, я пришел не разговоры философские вести про жизнь амурную, мне нужны гарантии на ваши шаманские манипуляции! Я хочу простую вещь - навести порчу на своих врагов. И *она* вошла в их круг. Точка, давайте к делу!

- Вы удивитесь, насколько мир настойчив, рационален и логичен в своем отражении и умножении сущностей, - Арамаан говорил тихо и вкрадчиво, - он проецирует на вас именно то, что вы сами производите. Размышляете вы о мести или злоумышляете обман, ждите, что вас самих обманут. Первичной всегда будет ваша мысль, эмоция - дальнейшее не больше, чем реакция мира на вас. Вспомните, как вы обычно обращаетесь с людьми?

- Так, как они того заслуживают, - отрезал Андрей. - Неблагодарные, мелочные, ленивые и требующие постоянного контроля. Но я справедлив и требователен к ним не меньше, чем к себе.

- Почему вы так уверены, что люди ничтожны? Каждый человек - вселенная.

- Отлично. Вы мне поможете расправиться с этими вселенными или нет?

- Нет. Я могу лишь научить вас справляться со своим космосом, - улыбнулся шаман, - но мне нужна ваша готовность к этому и разрешение. Я могу снять некоторые ущербные установки в вашем сознании, могу подсказать, как работать с собой дальше.

- Но вы не можете сделать того, зачем я приехал? - Андрей был одновременно зол и апатичен, его утомили высокие речи о смысле жизни.

Обстановка вокруг вдруг показалась излишне бутафорской - приглушенный свет, высеченные на непонятных языках знаки на стенах, запах сушеного разнотравья. В воздухе повисло напряжение, Андрей привык создавать его вокруг себя и не чувствовал дискомфорта.

- Вот что я вам скажу... - после небольшой паузы шаман спокойным голосом продолжил, - в вашем списке двенадцать фамилий людей, которые по тем или иным причинам кажутся вам достойными возмездия. Полагаю, что список вы тщательно подготовили и уверены в нем, так же как и в том, что за деньги можно получить чувство удовлетворения. Я вас разочарую. Вы ищите причины вовне, не понимаете, что все, что с вами происходит, - результат вашего образа жизни и действий. Вы не способны еще взять за это ответственность, прячетесь за своей обидой и мстью. Я не в силах прервать этот порочный круг. Вы по-прежнему будете испытывать неприятие, предательство, насмешки. Я могу предложить вам выход, но совсем не там, где вы его ищите.

Андрей устало вздохнул, заранее предполагая очередную порцию нравственной проповеди. «Бездарно потраченное время, - устало подумал он. - Моралист чертов, ему бы книги писать о спасении душ, шарлатан бездарный!» Он уже хотел открыть рот, чтобы отказаться от продолжения напутствия, но неожиданно жесткий взгляд шамана остановил его.

- Когда вы сможете осознать, что причина всего происходящего - только вы сами, когда вы найдете в себе силы искренне раскаяться за содеянное и примирите гордыню, вот тогда вы получите прощение внешнего мира, и он начнет меняться вокруг вас. А те, кто заслуживают наказания, неминуемо его получат, и без какого-либо вашего участия, потому что избыточное действие всегда будет направлено против хода событий.

Шаман спокойно смотрел в насмехающееся лицо: человек перед ним не был готов меняться. Его тело вскоре напомнит ему о том, что изменения жизненно необходимы.

- Приходите ко мне по весне, когда станет совсем невмоготу. У вас скоро откажет печень, и думать вы будете только о своей боли, не о других людях, и, вероятно, уже о спасении своей души.

- Запугивать меня решил... - все еще ухмыляясь, Андрей встал и направился к выходу. Он вышел не оборачиваясь, излишне аккуратно прикрыв за собой дверь.

На обратном пути он успокаивал себя, что найдет *правильного* шамана, который за деньги сделает то, о чем его просят. И он наконец отомстит всем, кто посмел его предать!

## Весна пришла

Наступила весна, новый цикл, обнуление. Шаман стоял неподалеку от своего уединенного жилища, здесь он никого не принимал. И тем не менее он бы не отказал Андрею, если бы тот показался сейчас на тропе.

Арамаан задумчиво всматривался вдаль, сейчас на вид ему нельзя было дать больше шестидесяти, каждый год он молодеет к летнему солнцестоянию и увядает к концу календарного года. При желании он мог мысленно увидеть Андрея, корчащегося от боли на больничной койке, с пересохшими от обезвоживания губами. Печень его предала, как и предрекал шаман. Раскаяние к Андрею не пришло, в промежутках между приступами он продолжал проклинать и ненавидеть всех тех, кто был, по его мнению, повинен в его так рано угасающей жизни...

Андрей умер мучительной смертью, так и не сумев понять, что все проблемы, которые он переживал, лежат внутри него. И единственный, кто был причиной появления этих проблем, - он сам. Жизнь давала ему шанс в виде шамана Арамаана, но Андрей посчитал его шарлатаном, лохотронщиком и не смог преодолеть свое эго, свой страх и заглянуть внутрь себя. Печень Андрея сгнила заживо, не сумев переварить всю гордыню, всю ненависть к внешнему миру, которые Андрей продуцировал с самого раннего детства. Печень не смогла переварить тот объем ненависти, ту душевную боль и страдания, которые он хранил в себе, накапливая из года в год и производя все больше, больше и больше все того же саморазрушительного гнева.

В тот день, когда Андрей умер, никто об этом еще не знал, но все, кто так или иначе были с ним связаны,



испытали какое-то неопишуемое облегчение. Даже не зная о том, что он долго болел и умер в больнице, все те, кого он держал в памяти, продуцируя гнев, испытали иррациональное, необъяснимое чувство облегчения и радости, потому что то, что держало, связывало их, ушло вместе с его смертью.

## **Что же убило Андрея?**

Каждый раз, когда мы продуцируем ненависть, мы производим избыточную энергию и... формируем привязки. Всех людей, которых мы ненавидим, мы так или иначе с собой связываем. И если они не питают к нам таких же эмоции, если они к нам нейтральны, то мы своим гневом начинаем запитывать их, не получая обратной связи, и постоянно теряем жизненную силу. Таким образом, энергия от нас уходит, а обратно мы никакой подпитки не получаем: этим людям нет до нас дела. А те, кто к нам не нейтральны, тоже направляют нам свой негатив, который резонирует с нашим гневом. То есть мы себя же тратим и отравляем по факту. Получаем обратно свою же черноту, но не находим удовлетворения в виде другой, чистой живой энергии.

## Спасите свою печень

Печень, являясь органом детоксикации (очистки) организма, имеет свои резерв и ресурс. В нашем мире все конечно. И если жизнь дает нам какую-то болезнь – это симптом того, что наш путь отклонился от правильного вектора. И задача шамана, лечащего болезнь, давать человеку изменение самого вектора и направлять его на путь, который приведет к избеганию болезней. Причины абсолютно всех болезней человека лежат в его поведении и в его психике.

Печень служит верой и правдой ровно до тех пор, пока мы не начинаем ее насиловать, насиловать избыточным гневом и избыточной гордостью. Когда печень переполняется, она перестает выполнять свои функции очистки, и все токсины начинают поступать в кровь, отравляя весь организм. Вторично от этого страдает и сама печень. Происходит жировой гипотез, цирроз печени, который планомерно переходит в рак печени, и человек умирает медленно и мучительно. И на этой стадии все уже становится необратимым. Желчные пути закрываются, происходит обратный заброс желчи в печень, человек желтеет, корчится от боли, и дни его сочтены.

*Для того чтобы избежать таких состояний, всегда надо анализировать все, что ты делаешь, и понимать: что неправильно? Как только ты хочешь обвинить мир в чем-то, что он «делает» против тебя, надо задать вопрос себе: что сделал ты, чтобы получить от мира это? И что можешь поменять?*

Печень человека нуждается в отдыхе. Она не может работать на пределе ежедневно в течение многих лет. Для того чтобы печень получила отдых и смогла себя очистить, человеку нужна радость. Каждый раз, когда

человека что-то гложет: душевная боль, страдание, гнев, злоба, чувство мести – печень начинает работать на пределе, пытаюсь очистить кровь от этих токсичных эмоций.

*Единственный путь помощи печени и предотвращения всех болезней – переключить свое угнетенное состояние в состояние радости, увидеть что-то, что затмит эту боль, посмотреть по-другому на внешний мир.*

Не просто выйти и дойти до метро или сесть в машину, а выйти и ощутить все краски голубого неба, насколько красивы снежинки, увидеть это абсолютно по-другому, не так, как мы это видим каждый день. Не просто равнодушно посмотреть на снег, а замечать, что каждая снежинка имеет свою форму, оттенок цвета, размеры. Она падает как-то причудливо. Поймать ее, рассмотреть и ощутить бесконечную радость от того, что ты можешь это сделать именно так. Порадовать себя тем, что ты способен видеть не одну грань происходящего, а все грани. Что небо имеет не один голубой цвет, а на нем много оттенков синего, и ты в состоянии это увидеть, потому что ты не слеп. Ты можешь почувствовать радость просто от того, что ты видишь, в то время как другие не могут сделать даже этого. Ты можешь ощутить цвет и холод снежинки, ее форму, ее размер, а многим даже этого не дано. Ты можешь испытать радость от того, что ты идешь, а снег хрустит, и ты слышишь этот хруст! Ты можешь дойти до метро, продуцируя все новые и новые оттенки боли, тревоги, гнева... А можешь идти и наслаждаться радостью просто от того, что снег хрустит. И тогда волей-неволей чувство гнева будет замещено, и оно будет потеряно.

*Потому что все негативные эмоции живут ровно до тех пор, пока мы их кормим своей энергией. Изначально они очень слабы, но причиной их долгой жизни в нашем*

*теле является то, что мы сами подкидываем· новые и новые дрова, а то и уголь в едва тлеющий огонек этих эмоций, которые нас же потом и сжигают.*

В то время как эмоции радости абсолютно нейтральны, они, заполняя тело целиком, начинают его питать. Тело получает силы на борьбу с болезнями и проблемами. Эмоция радости может вылечить абсолютно все. Именно чувство радости от увиденного, пережитого и ощущаемого направляется телом на нейтрализацию – гашение тех искр гнева, которые еще где-нибудь тлеют. Если мы с вамп не подбрасываем топливо в слабый гневящий огонек, эта эмоция бесследно уходит в никуда.

## Диета для печени

В момент перенапряжения печени сильными негативными эмоциями очень важно давать ей разгрузку и на уровне физиологии. Полностью исключить жирную пищу и ту, которая может подогреть, подпитать негативные эмоции. Это острые приправы – пища огня. Это жареное и перченое – то, что может переносить человека на волну избыточного гнева.

*Всегда одну стихию мы подавляем другой стихией. Если в теле избыточна стихия огня, мы всегда добавляем стихию воды.*

То есть если тело продуцирует в печень гнев, гнев – это огонь, а человек всегда сгорает в гневе. Человек, который переполнен гневом, выгорает за считанные годы. Всегда.

*Ты можешь почувствовать радость просто от того, что ты видишь, в то время как другие не могут сделать даже этого. Ты можешь ощутить цвет и холод снежинки, ее форму, ее размер, а многим даже этого не дано.*

И лучшей диетой для подавления стихии огня является стихия воды. Это жидкая пища, теплая, не перченая, паровая, отварная и без специй. Единственное, что может служить приправой, это соль. Никаких карри, то есть ничего, что несет в себе огонь.

Кроме того, печень так же, как и поджелудочная, любит голод. Голод или максимально минимизированное питание, лишённое избыточных калорий, легкие калории, легкие углеводы. Для того чтобы подпитать мозг хорошими идеями, утренняя

пища должна нести в себе длинные углеводы - это каши без сахара. Надо максимально лишиться себя коротких углеводов в виде сахара и шоколада, хотя бы с утра. Полезно насыщать себя длинными углеводами, которые могут запитать тело до самого обеда.

Также печень не любит застоя, то есть необходимо движение, но не резкое, продуцирующее опять же огонь, а спокойные движения в виде легкой прогулки, желательно с запитыванием положительными эмоциями. Можно просто спокойно погулять на природе.

## Совет шамана

Никогда не стоит просить или ждать от людей взаимности. Если ты что-то делаешь для человека, не жди от него того же. Сделай это нейтрально. Сделай это с радостью для себя. Но не жди *той* благодарности, которую *ты* хочешь получить, потому что человек может воспринять это по-другому. И ты не получишь удовлетворения. *Ты не получишь в точности того, что ты хочешь получить от другого: он – не ты.*

*Ведь нередко, когда мы что-то делаем, мы делаем это не потому, что хотим сделать человеку приятное, а потому что мы хотим увидеть его благодарность.*

Мы можем потратить очень много сил, времени и энергии на подготовку подарка, какого-то действия, и, не получив ожидаемый ответ, мы ощущаем чувство разочарования, которое может перерасти в гнев или во что-то Другое и также навредить нам. Нельзя от человека требовать чего-то, не оговоренного с ним заранее. Даже самый дорогой сюрприз, сделанный нами от души, может послужить причиной ссоры или долгого конфликта только лишь потому, что мы не получим взамен эмоций, равносильных потраченной нами на этот подарок энергии.

*Поэтому шаман всегда рекомендует своим пациентам: если они что-то делают от души, нужно легко это забывать.*

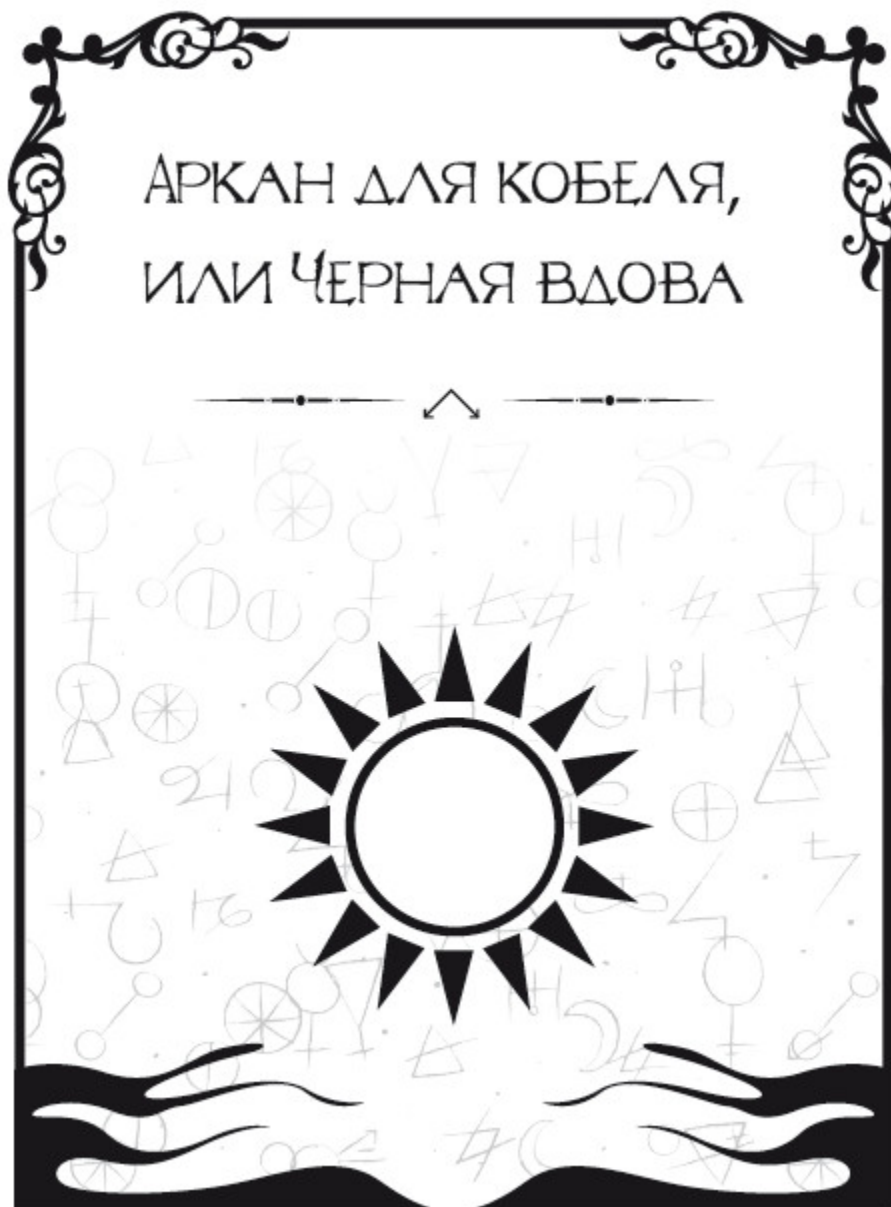
Когда мы делаем какой-то подарок, то, скорее всего, мы его делаем не для того, чтобы принести радость тому, кому мы его дарим, а для того чтобы *потешить себя* благодарностью другого человека. И это является основой очень многих проблем во взаимоотношениях людей. Поэтому библейская



поговорка: «Не оскудеет рука дающего», - весьма актуальна и сегодня.

*Каждое наше действие, направленное на добро, должно быть максимально нейтральным, без ожидания благодарности и без ожидания адекватного нашим усилиям ответа. Только тогда оно принесет радость и одному и другому.*

# Аркан для кобеля, или Черная вдова



## Приворотное зелье

Эта история типичная и очень характерная в нашей современной жизни. История абсолютно реальная, она произошла с моей пациенткой. Давайте назовем ее Анна, но опишем ее от имени Арамаана. Суть главы в том, что Анна была настолько не уверена в себе как женщина, что она с самой юности начала прибегать к приворотам.

Анна пришла к Арамаану, когда ей был уже 51 год. Арамаан привык смотреть и оценивать человека до того, как тот начнет говорить. Шаман любит смотреть на пациента, когда тот еще только идет к нему в дом. Он может из окна оценить человека, хотя может и наперед узнать, кто к нему сегодня придет. И вот когда Анна только еще шла по двору его дома, он уже увидел абсолютно опустошенное тело и сильнейшую тревогу в ее легких.

Когда она вошла, первое, что он спросил:

– Как часто вы болеете бронхитом или заболеваниями горла?

Анна тут же начала кашлять. Кашель был сухой, надрывный, который плавно перешел в вялую истерику. Анна, кое-как оправившись, спросила:

– Откуда вы знаете?

На что шаман ей ответил, что его работа и заключается в том, чтобы знать пациента до того, как тот начнет его обманывать, предлагая свою версию событий.

– Что вас ко мне привело?

– Моя личная жизнь.

– А что с ней не так?

– Ее нет и никогда не было.

– У вас есть дети?

- Есть. У меня трое детей. Но это мне ничего не дало. У меня было много мужчин, но никто из них меня не любил. Я хочу открыть вам большую тайну, которую я никому не говорила: каждый из них приносил мне только боль. Почти все они меня били, кто-то из них стал алкоголиком, и все они от меня ушли. Я себя ощущаю ущербной. Я себя никогда не могла почувствовать той, которую любят, которую ценят, которая нужна как любимая женщина... Даже мои дети абсолютно не питают ко мне уважения...

Арамаан оставил ее на несколько минут и ушел, дав ей побыть в своей печали. Он ушел в другую комнату, слушая ее тихий плач. Когда он вернулся обратно, то прервал ее причитания, внезапно спросив:

- Зачем вы каждый раз делали привороты?!

Анну это полностью выбило, она замолчала на полувсхлипе и, с диким ужасом посмотрев на шамана, глухо спросила:

- Откуда вы знаете?!!!

Арамаан привычно ответил:

- Это часть моей работы.

В этот момент у Анны случилась уже настоящая и сильнейшая истерика, переходящая в судороги. Анна упала на пол и билась минут пятнадцать. В это время Арамаан вышел в другую комнату, заварил себе чайку и, попивая его, степенно ждал, пока избыточная энергия выйдет и человек, опустошенный, сможет продолжить свою историю. В привычки Арамаана не входило мешать людям выпускать или отпускать свои эмоции. Он прекрасно знал, что его работа состоит в том, чтобы указать человеку путь исправления, но сделать это максимально корректно и нейтрально.

*В привычки Арамаана не входило мешать людям выпускать или отпускать свои эмоции. Он прекрасно знал, что его работа состоит в*

*том, чтобы указать человеку путь исправления, но сделать это максимально корректно и нейтрально.*

Когда истерика у Анны закончилась, Арамаан и ей налил ароматного чая, предложил выпить и немножко посидеть спокойно, подумать о чем-то хорошем. Дав ей полностью успокоиться, шаман повторил свой вопрос:

- Так зачем вы каждый раз делали привороты?

На этот раз Анна впала в ступор и не смогла ответить. Единственное, что она ему сказала, что так было всегда. Она не считала себя достойной быть с мужчиной, но всегда этого очень хотела, потому что видела семьи, видела, как мужчина приносит цветы домой, какие-то подарки. Всегда хотела этого, но не считала себя достойной. Она сказала:

- Я всегда была довольно средненькой.

Я не очень стройная, невысокая, не очень красивая. Кто на меня обратит внимание?..

Шаман прервал ее речь и попросил ее поведать историю ее матери. А на вопрос «При чем тут моя мать?» Арамаан ответил довольно грубо и прямолинейно: «Если вы пришли ко мне, вы делаете то, что я прошу. А анализировать - это моя задача, а не ваша».

И Анна погрузилась в историю своей матери, которая один в один напоминала ее собственную. За исключением того, что ее мать никогда не прибегала к приворотам, прожила с двумя мужьями, первый умер от алкоголизма, второй все время либо сидел в тюрьме, либо также пил и в итоге был убит сокамерниками в очередной отсидке. Ее мать была глубоко несчастной женщиной. Анна сказала:

- Мама считала, что на женской линии нашей семьи проклятие и что все женщины нашего рода не могут иметь достойных мужчин. Но лучше жить с кем-то, чем

быть одинокой, и лучше терпеть побои, чем молву людей о том, что никто не хочет тебя брать замуж.

И год от года мать воспитывала в Анне чувство неполноценности, забивая ее женское начало ниже плинтуса, отнимая у нее чувство, что она женщина, достойная подвига мужчины, что мужчина может полюбить и завоевать ее. Что она, как любая другая женщина, может найти себе пару, позволив приятному ей мужчине самому «завоевать» ее внимание и всю жизнь стараться быть достойным ее любви. К 18 годам Анна уже имела стойкий комплекс неполноценности и уверенность в том, что у нее нет будущего. Периодически это переходило в длительную депрессию.

## Муж № 1

В один из дней Анна была у школьной подружки, которая похвасталась своим женихом, намекнув после выпитого алкоголя, что она прибегла к привороту у одной из бабушек своей деревни. Анна не верила в привороты, но сама идея ее очень увлекла, и она попросила дать ей адрес «доброй» бабушки. Анну это настолько потрясло, что она подумала: «Вот он, мой единственный выход. Так я смогу заполучить любого нормального, достойного мужчину». И, попросив у Марины координаты бабушки, отправилась к ней за советом. Старуха заверила ее, что «любого заполучишь», и Анна начала поиск «своего» мужчины. Смелая надежда привела ее к человеку, о котором она даже и мечтать не могла. Это был замначальника цеха, в котором она работала. Он был одиноким, непьющим образованным мужчиной сорока лет, постарше ее. Он получал достойную зарплату, имел собственное жилье – отдельную квартиру, хороший социальный статус и уверенную тенденцию к карьерному росту. Поскольку инженеры в те времена очень ценились, то будучи к этому моменту кандидатом наук, он представлял очень большой интерес для женщин. Анна хорошо видела, как многие женщины проявляют к нему интерес и насколько он был неприступен для них, хотя не был ни разу женат, но даже и не помышлял. Просто принципиально не заводил романов на работе. О его личной жизни Анна ничего не знала.

Анна с большим усердием выполнила все бабкины рекомендации, и, собрав необходимую сумму, которая по тем временам была довольно внушительна, она, вдохновленная результатом своей подружки,

отправилась к бабушке. Та взяла полагающуюся мзду и отправила Анну домой, велев прийти через три дня.

Три дня Анна провела в ожидании, в томлении, в каких-то нереальных мечтах о светлом будущем, совершенно не понимая, что она делает абсолютно черное дело, принуждая, подавляя волю человека, подчиняя его своим низменным желаниям. Впрочем, Анну не то чтобы это не волновало – она даже подумать об этом не могла. Единственное, что ее полностью захватило в тот момент – это эфемерное чувство не радости, а предвкушения того, что ее жизнь будет полноценной, с полноценным мужчиной. А то, что нет любви, ее абсолютно не волновало. К тому моменту она была уже сухим прагматиком. Воспитание и понимание жизни, которое вложила в нее мать, ее сильно ограничивали. В ней не было романтики, а если и была, то была подавлена объяснениями матери о том, что нужно иметь хоть какого-то мужчину, чем жить одной и умереть одной.

В столовой Анна подлила несколько капель приготовленного бабушкой «препарата» в компот замначальника цеха, немного с ним поговорила и удалилась.

Она надеялась, ждала этого, но до конца не верила. Каково же было ее удивление, когда ровно через сутки замначальника цеха попросил ее зайти к нему в кабинет, где предложил ей сходить после работы в кино. После кино он вызвался ее проводить, и Анна поняла, что вот он шанс, который нельзя упускать. Как только они дошли до дома, Анна взяла все в свои руки и предложила ему остаться у нее на ночь, потому что уже поздно и темно... Она увидела вождеделение в его взгляде, которое подкрепило ее уверенность, что вот оно – ее счастье! Будучи девственницей, Анна сразу и забеременела, а инженер, как честный человек, женился на ней. Все были очень удивлены, зная Анну



как тихую, забитую девушку, а его как видного мужчину и завидного, но очень разборчивого жениха.

Анна надеялась на чудо, на счастье, которого не произошло... Через месяц после свадьбы ее муж начал сильно болеть. У него стали случаться приступы беспричинного гнева. Постоянные непонятные недомогания угнетали его психику, и она начала давать сбои. В один из дней на работе он избил сотрудника за то, что тот, как ему показалось, посмел сделать ему некое замечание относительно его неряшливого вида. После чего он был с позором уволен с занесением в трудовую книжку соответствующей статьи. Он чудом избежал уголовного наказания, поскольку имел очень хорошие характеристики на работе, но был уволен с «волчьим билетом», и устроиться на другую работу у него уже не было никаких шансов.

К этому моменту Анна была уже на пятом месяце беременности. Скандалы продолжились дома. Муж начал бить беременную женщину, обвиняя ее во всех смертных грехах. Будучи инженером, он четко связал логику событий и объяснил себе причинно-следственную связь. Не мог он это рационально объяснить, но четко уяснил себе и говорил ей, что все его проблемы начались именно с того момента, как он остался у нее ночью. Муж несколько раз пытался уйти от Анны, уже питая к ней какую-то необъяснимую ненависть, но каждый раз, поскольку приворот еще действовал, что-то необъяснимое вело его обратно. Каждый день он ее избивал, но уйти от нее не мог.

Жизнь Анны превратилась в сущий ад. И так продолжалось еще четыре месяца. Анна не знала, а бабушка ее не предупредила, что любой приворот, даже самый сильный, имеет срок действия. Воля человека, будучи даже подавленной, подчиняется лишь душе человека. А душа человека обладает большими

ресурсами. Рано или поздно приворот себя изживает, и душа выходит на свободу, а человек обретает свободу.

Перед самыми родами муж все-таки ушел от нее, проклиная ее всеми словами, известными ему в богатом русском языке, проклиная день, когда он ее увидел, когда остался у нее на ночь, проклиная ее, ребенка и все, что с ней связано. Так Анна впервые осталась одна. Вскоре она благополучно родила и как можно раньше вышла на работу, отдав ребенка в ведомственные ясли для работников предприятия.

## Муж № 2

Анна не смогла сделать правильные выводы. Вскоре, осознав, что одной ей не протянуть, она выбрала себе следующую жертву - еще более успешного мужчину. Уже не на своей работе. Красавец милиционер Володя, которого она знала еще со школьной скамьи, - он учился в параллельном классе. Еще не женатый, видный и гордый: он к тому моменту уже успел сделать неплохую карьеру в органах, закончив заочно юридический институт. Находясь в звании капитана, подавал большие надежды, работая на непыльной, высокооплачиваемой и безопасной «бумажной» должности.

И Анна снова прибегла к испытанному, уже проверенному ею методу, который в очередной раз сработал. Но на этот раз Анна спросила у бабушки о причинах прошлой неудачи. Та ей поведала, что приворот раз в полгода надо повторять, умолчав лишь о том, что каждое подновление приворота отнимает у привороженного человека жизненную силу и блокирует его душевную свободу. Впрочем, старуху это не интересовало, она была исполнителем, умело огораживающим себя от «бумерангов»<sup>[1]</sup> заказчиков.

На тот момент Анну интересовала только ее достойная жизнь. Она не задумывалась о необходимости любви в браке или хотя бы о том, чтобы ее любили. Воспитанная в традициях «ущербности» их женского рода, она даже не мечтала о том, что такое может быть. Все надо брать силой - это все, что усвоила Анна. Тем более у нее уже есть ребенок, которого надо кормить, воспитывать. Исполнив очередное черное дело, Анна даже не предполагала, что за все это надо будет заплатить не только деньгами, но и чем-то

другим. Самое интересное, что Анна, поверив в силу приворота, почему-то не верила в силу обратного действия и наказания за него. Она даже не задумывалась о том, что за *все* надо платить.

На сей раз официального брака у нее не случилось, она получила себе желаемого мужчину лишь в сожители. Однако все получилось намного хуже, чем в прошлый. Владимир был намного слабее, чем предыдущий. Несмотря на успешную карьеру, видимость здоровья, он через два месяца начал страдать импотенцией. Будучи видным, солидным и красивым, он воспринял это как сильнейший удар. Начал употреблять спиртное и смотреть на сторону. И каждый раз, когда он выпивал и уходил к другой женщине, у него все было в порядке. А с Анной в постели у него не получалось ничего, и он вскоре логично начал винить в этом ее. Поскольку он был импотентом в жизни с Анной, она не смогла забеременеть, как хотела, ей нечем было его привязать, и их отношения начали разваливаться. Анна поторопилась к бабушке за усилением приворота, попросив попутно сделать какое-нибудь действие и на увеличение его мужской силы.

Однако снадобье не возымело никакого действия в постели с ней и только усилило его желание побыстрее уйти. Он все чаще стал ходить налево, но каждый раз что-то тянуло его обратно. Он не мог этого понять, и его это очень сильно бесило. Вскоре он начал называть ее ведьмой, осыпая проклятиями с ног до головы, все чаще прибегая к спиртному. Сам по себе он был непьющий, но что-то так его тяготило в доме, что единственное, что он мог делать, – это употреблять крепкие алкогольные напитки, чтобы хоть как-то расслабиться.

*Любой приворот, даже самый сильный, имеет срок действия. Воля человека, будучи*

*искусственно подавленной, подчиняется лишь душе человека.*

В какой-то вечер они сильно поссорились. Он в очередной раз обвинил ее в том, что она не может его возбудить, что ему с ней плохо и он не ощущает себя мужчиной рядом с ней. Он назвал ее ведьмой и попросил ответить на вопрос: почему он ее ненавидит, но не может от нее уйти?

Каждый раз, как он с другой женщиной, его что-то все равно тянет обратно. Хотя он ее не хочет, он ее не любит и вообще не знает, что он тут делает.

В тот день он очень сильно перебрал спиртного, забыв, что с утра в управлении, где он работает, будет плановая проверка начальства. Во время его доклада начальник заметил, что от него пахнет алкоголем, и сделал ему строгий выговор с занесением в личное дело, что для подающего надежды офицера было если не фатальным, то сильно ограничивающим его дальнейшую карьеру. Пережить это Владимир не смог и после работы очень сильно напился. По пути домой, будучи до безумия пьяным, он не посмотрел на дорогу, переходя ее машинально, попал под машину и погиб на месте.

Так Анна лишилась второго мужа, не осознав, что на самом деле всему причиной была она. После того как третий муж Анны, от которого она родила второго ребенка, тоже погиб при схожих обстоятельствах – будучи сильно пьяным, он погиб в драке, – об Анне начала ходить дурная слава. Ее стали называть черной вдовой и начали избегать. Если раньше, как она считала, на нее никто не обращал внимания, то людская молва, окрестив ее черной вдовой и ведьмой, теперь бежала впереди нее. Ее избегали даже женщины. Более того, слава была настолько сильна, что все мужчины, завидев ее, переходили на другую сторону дороги, а

женщины угрожали ей и запугивали, оберегая от нее своих мужей и сыновей.

## Муж № 3

Анне пришлось переехать в другой город. Единственным местом, где она, одинокая мать двоих детей, смогла найти работу, была Москва, куда она и отправилась. Устроившись на довольно неплохое место, она получила социальные гарантии и квартиру от предприятия, не комнату в коммуналке, как многие получали в то время, а хорошую двухкомнатную квартиру. Пускай и в отдаленном районе, но тем не менее это была отдельная ведомственная квартира от оборонного предприятия в Москве. Это была достойная работа, где она получала приличные деньги и могла бы на самом деле что-то в тот момент изменить. По образованию Анна инженер, но она никогда не хотела сделать карьеру. Единственное, чего она хотела, что твердо сидело у нее в голове, это желание быть замужем. Опустим подробности еще одной истории, где она снова ездила к бабке, оставив детей с няней на неделю. Сделав очередной приворот, она получила в свое распоряжение очередного избранника. История этого избранника привела его в тюрьму. Их брак был гражданским, поскольку на этот раз мужчина был женат. В тюрьму он попал, потому что избил Анну почти до полусмерти. Соседи ее спасли: услышав ее дикий крик, вызвали милицию, и он получил срок, потому что это было очень сильное избиение. Ей после этого удалили селезенку. Это называется «тяжкие телесные повреждения». Больше 21 дня пребывания в больнице. После суда у Анны на фоне стресса впервые случился судорожный приступ, и она попала в психиатрическую больницу.

Пролежав там какое-то время, Анна начала анализировать ситуацию. У нее было время понять: что-

то не так, и все, что она делает, не приносит ей желаемого. Но поскольку, будучи уже зрелой женщиной, ничего другого она не могла поделать, – воспитание, которое в ней сидело, ограничивало ее мышление, не позволяло ей анализировать и что-то менять в ситуации, – все это повергло ее в полнейшее уныние. Прибегать к очередному привороту она уже не хотела, четко понимая, что все это приведет либо к пьянству, либо к избиениям и тюрьме, а то и к смерти мужчины. Она решила, что все равно останется со своим проклятием их женского рода и будет одна. Тем не менее каким-то чудесным образом она родила еще одного ребенка от абсолютно постороннего мужчины, который даже не участвовал в воспитании, а просто ушел, не попрощавшись. Даже не жил у нее. И так она провела 15 лет, будучи одинокой.

Единственное, что ей помогло поставить детей на ноги, это статус многодетной матери-одиночки и социальные гарантии государства, которые на тот момент были сильны. Ее дети ходили в хороший детский сад, в лучшую школу, всегда у нее были путевки от предприятия, защитные гарантии, и все, что у нее было, было дано ей на самом деле не мужчинами, а тем государством, которое в скором времени кануло в Лету. Кстати, Анна один из немногих людей, которые благодарят советское государство. После того как СССР рухнул, рухнуло и то предприятие, на котором она работала. Оно стало производить швейные машинки, а потом его попросту закрыли, распродав все оборудование, и Анна осталась без работы, зарплаты и социальных гарантий. Единственное, что у нее осталось, это квартира, которую она сумела приватизировать: в очередной раз наличие детей помогло ей, она избежала выселения. Анна какое-то время работала челночницей, ее дети были почти беспризорниками, ее мать к тому времени умерла, а



своего у нее ничего не было. Прожила она все это время в полнейшей депрессии, но на своем пути она встретила человека, который лечился у шамана в похожей ситуации. Судьба дала ей шанс, направив ее к Арамаану. С которым она сейчас пьет чай и рассказывает свою невеселую историю.

- Почему вы настолько не верите в себя?

- Я же знаю, что я недостойна, что на мне лежит проклятие.

Он посмеялся и ответил ей, что никакого проклятия нет, это все вымысел.

- Нет-нет, что вы, - ответила она, - моя мать такая же, моя бабушка была такая же. И даже, как говорят, прабабушка тоже была неудачницей. На всем нашем женском роду лежит проклятие безбрачия и одиночества.

Шаман в очередной раз посмеялся и ответил ей, что все ее проклятие кроется в воспитании и вся проблема в том, что ее не научили быть женщиной. В ней воспитали кучу комплексов неполноценности, сделали из нее профессиональную неудачницу, заставив поверить в то, что она по определению не может иметь нормальное женское счастье.

- Что же мне делать? - спросила Анна. - Мне 51 год, и я у разбитого корыта. Даже мои дети меня не уважают. У меня ничего нет. Я в любой момент готова умереть. И даже если я умру, я знаю, что никто нисколько не пожалеет обо мне...

- Оставайся здесь, - просто сказал Арамаан.

В течение двух недель шаман лечил ее травами, велел ей забыть обо всей прошлой жизни. И когда он понял, что ее тело очищено от того, что в ней сидело, что ее мышцы ослабли, напряжение ушло, он начал работать с ее психикой.

## **В чем привлекательность женщины?**

Арамаан объяснил Анне те принципы, без которых женское счастье невозможно. Он ей показал, как ее научили себя ненавидеть, а не любить. Ей вбили в голову, что на ней априори лежит «проклятие», вызвали у нее синдром неудачницы. Но все это не так. Родственницы заставили ее не любить себя и не верить в свое женское начало. Вся ее проблема, все ее болезни основаны на том, что у нее отняли женское начало, перекрыли женскую энергию. А именно женская энергия, чистая, натуральная, без ограничений, без суеверий привлекает любого мужчину. Шаман провел с ней несколько сеансов, показал ей, что надо начать с себя. Чтобы тебя полюбил кто-то другой, нужно, чтобы ты бесконечно верила в себя. Полюбила себя.

## Уроки любви

Каждое утро Арамаан велел Анне подходить к зеркалу и смотреть, насколько она прекрасна, находить в себе то, что она полюбит. Даже если что-то ей в себе не нравится, следует тут же находить то, что будет привлекать ее внимание. Научил каждый день находить все новые и новые приятные аспекты своего тела. Он спросил ее:

- Что ты в свои годы можешь в себе полюбить?

Анна, смущаясь, ответила:

- Несмотря на наличие троих детей, мое тело сохранило хорошую форму.

- Нравится ли тебе твое тело?

- Да.

- Можешь ли ты его полюбить глазами других людей?

- Как это - глазами других людей?

- Ты можешь подойти к зеркалу в обнаженном виде, смотреть на себя и представлять, что это делает кто-то другой и ему нравится твое тело?

- Нет, я так не могу, я так никогда не делала.

- Так начинай. Если ты полюбишь себя и будешь абсолютно уверена в себе, в своей женской энергетике, если ты начнешь нравиться себе, к тебе тут же потянутся мужчины.

*Многие мужчины, будучи не так уверены в себе как в мужчине, предпочтут не красивую женщину модельной внешности, а женщину, в которой они могут видеть добрую душу и свой семейный фундамент.*

Анне было это очень трудно понять, поскольку сила внушения ее матери была настолько велика, что не отпускала ее. Она объяснила это шаману, но он ее прервал, сказав:

- Ты сама вправе это проклятие снять одним лишь действием - поверив в то, что ты женщина, которая может иметь счастье.

Видя, что Анне очень трудно, шаман попросил у нее разрешения поработать с ней в глубоком трансе. Введя ее в глубинный транс, шаман показал ей ее тело изнутри, все ее блоки. Пробыв в трансе более трех часов, Анна смогла с помощью шамана, с помощью его магии решить свои проблемы. Выйдя из транса, она обратила внимание, что комната, в которой она сидела уже не впервые и даже привыкла к ней, выглядит абсолютно по-другому.

- Что тебя так удивляет? - спросил шаман.

- Вы знаете, я вижу цвета, - ответила она.

- Ты не видела их раньше?

- Видела, но я не обращала на них внимания.

- А что в них другое?

- Их глубина. Все, что я тут видела, имело какие-то другие оттенки, сейчас я вижу их глубже, они интереснее.

- А теперь можешь ли ты, Анна, представить, что вся твоя жизнь может быть тоже другой и тоже иметь более глубокие и красивые оттенки?

- Да, теперь я это понимаю.

- Хочешь ли ты дальше делать привороты?

- Нет.

- А почему ты не хочешь их делать?

- Потому что я вижу, что я могу сама, что я женщина, такая же, как все, что я могу получить что-то лишь потому, что я этого достойна.

В конце лечения шаман попросил ее мысленно обратиться к предыдущим своим мужьям и попросить у

них прощения за то, что она лишила их всего, что у них было. Для Анны это было очень трудно, поскольку чувство вины оказалось очень сильным, но преодолев это, она ощутила сильнейшее расслабление и прилив сил.

## **В чем причина бронхита?**

Перед тем как уехать, Анна спросила у шамана, что делать с ее бронхитом.

- Ничего, - ответил шаман. - У тебя его уже нет.

- Но я до сих пор кашляю, - ответила она.

Он посмеялся и ответил, что она будет кашлять до тех пор, пока выходит то, что еще должно выйти.

- Причина болезни твоих горла и легких лежала в той тревоге, которая сковывала их, нарушая циркуляцию крови и лимфы, приводя к застойным явлениям и все время повторяющимся бактериальным инфекциям.

- Стоит ли мне пить какие-то травы или препараты?

- Это твой выбор, - ответил шаман. - Они ни на что не повлияют. Влияет лишь то, как ты относишься к себе, что ты переживаешь внутри своих легких. Ровно этим же они и отвечают тебе.

Анна ответ не поняла, но поблагодарила шамана и уехала. С тех пор она пребывала в абсолютно новом состоянии души и тела. В 51 год она начала узнавать мир, основываясь лишь на своем опыте. Шаман был прав - бронхит прошел сам и больше с тех пор не возвращался. Она попросила также прощения у своих детей. И несмотря на то что они не поняли, за что она просит прощения, она получила невероятное удовлетворение от того, что она просит прощения и может делать это свободно, без сожалений и с радостью. Вскоре судьба привела к Анне мужчину, который был почти на 10 лет ее моложе. Она не делала ничего, даже сторонилась его, но он настойчиво ее добивался, а Анна испытывала исключительное удовольствие от того, что она отказывает ему уже полгода, а он еще сильнее добивается ее, принося

цветы, делая ей подарки. Без каких-либо намеков на интимные отношения он просто ей объяснял, что впервые видит женщину, с которой хочет иметь что-то большее, чем просто постельные отношения.

## **Решение проблем с легкими, горлом, грудью и... одиночеством**

Арамаану было легко работать с Анной, потому что в его опыте этот случай был далеко не единственным. К сожалению, это очень частое явление, когда женское начало подавляется почти с самого рождения девочки социальными ограничениями в семье или в близком окружении. Шаман знал: все, что надо сделать для этой женщины, - снять ограничения и перевернуть на 180 градусов все то, к чему она привыкла. Как правило, у таких женщин всегда есть проблемы с легкими, с горлом и с грудью. Нередко такие женщины заболевают раком правой груди.

Шаман всегда советовал таким женщинам сделать одно (отнюдь не простое) действие - полюбить себя. Причем полюбить не методом убеждения, а методом свободы, принять то, что она единственная. Если она невелика ростом, если она пухляшка - это не значит, что на нее не обратят внимания. Это значит лишь то, что у нее очень много шансов привлечь к себе мужчин, которые любят маленьких и пухленьких. Ведь далеко не каждый мужчина любит худых и высоких. И если женщина это знает и может себя полюбить такой, какая она есть, то очень скоро ее начнут любить и добиваться все те мужчины, в чьи критерии идеальной женщины она попадает. Кстати, многие мужчины, будучи не так уверены в себе как в мужчине, предпочтут не красивую женщину модельной внешности, а женщину, в которой они могут видеть добрую душу и свой семейный фундамент. Быть более уверенными с ней. С некрасивой женщиной мужчина может быть более уверенным, потому что красивую могут увести, красивая будет его с кем-то сравнивать... А некрасивая его ни с кем не будет



сравнивать, он у нее будет единственным. Красивым сложнее еще и тем, что они привлекают прежде всего своей красотой, которая со временем увядает. Не имея за душой ничего, кроме телесной красоты, женщина во многом обречена на проигрыш.

Арамаан всегда говорил, что красота – это понятие очень относительное. Если для кого-то ты красивая, то для другого ты будешь так же уродлива, как для первого – красива.

*Все, что надо иметь женщине, это душевную красоту. Считать себя красивой, бесконечно красивой, единственной и неповторимой! И это является рецептом тех феромонов, которые излучает привлекательный человек.*

*Никакие духи не могут быть аналогом той бесконечной любви к себе, что продуцирует на тонком плане природные феромоны, – они-то и привлекают мужчину к женщине.*

Мужчины ждут вас!

Если вашу душу терзают смутные сомнения о том, что вы непривлекательны, если ваши родители говорили вам о том, что вы дурнушка, что единственный ваш шанс – это хорошее образование или что-то там еще... Прежде всего вам надо изменить эти устои, полностью их вычеркнуть и быть уверенной, что мнение ваших родителей не является истиной, а основано лишь на их неудачном опыте и страхе. Человеку всегда свойственно страхи принимать за истину и внедрять эти страхи в следующее поколение – в своих детей, называя это своим богатым опытом. Подменяя понятия и называя свои страхи «богатым опытом», объясняя, что они прожили длинную жизнь и знают намного больше, чем их дети. Хотя на самом деле это лишь попытка оправдать себя, свои неудачи, сделав своих детей такими же. Ведь родители всегда хотят

видеть своих детей лучше, чем они, но продолжают воспитывать в духе своих же неудач.

Если вы это обнаружили, единственный хороший метод – взять и перевернуть все наоборот. Если вы считаете себя дурнушкой, то превратите слово «дурнушка» в «красавица», выберите день, желательно понедельник, желательно новой луны, начала лунного цикла. С этого дня вы будете считать себя самой привлекательной, самой обаятельной, неповторимой и единственной в своем роде. Также в этот день вы можете закрыть глаза и увидеть десяток мужчин. У них не будет лиц или они будут такими, какими их видите вы. Вы будете смотреть на каждого из них, и они станут обращать на вас внимание и тянуться к вам. Скоро вы заметите, что перед вами стоит множество мужчин и каждый смотрит на вас и ждет, когда вы выберете его. Смотрит с вожделением, с трепетом. Мужчины ждут.

Вы можете продолжать играть день за днем, каждое утро представлять эту картинку, и вскоре вы увидите, что их уже сотни, и все они ждут.

И вот тогда однажды среди всей этой толпы вы сможете увидеть какое-то одно лицо, которое вам больше всех понравится, и позвать именно его. И когда он к вам подойдет, растворите его внутри себя, откройте глаза и продолжайте жить. И вскоре вы увидите, что этот человек появится в вашей жизни.



*Именно женская энергия, чистая, натуральная, без ограничений, без суеверий привлекает любого мужчину. Никакие духи не могут быть аналогом той бесконечной любви к себе, что продуцирует на тонком плане*

*природные феромоны, которые и привлекают мужчину к женщине.*

# Доктор бомж



## Машина для операций

Мало кто знает, что известный на всю Якутию шаман раньше был успешным оперирующим хирургом, очень талантливым и весьма популярным в своих кругах. Он даже не помышлял о переходе в нетрадиционную медицину. Он сделал отличную карьеру. Было много качественных операций. Пациенты его очень любили. Он был успешен и достаточно обеспечен материально. У него было всё – машина, вложения, и хватало денег на все, что ему было необходимо. Он всегда себя ощущал на вершине популярности, на подъеме, на пике своих сил, на своем месте. Всегда был уверен в том, что это ровно то, к чему он стремился всю жизнь. Это то, что ему надо.

Арамаан даже не замечал, что каждое утро он встает по будильнику полпятого утра. Каждый день уже несколько лет начинается с одного и того же: с чашечки кофе, небольшой булочки, коротких сборов в дорогу, душа и длинного пути до областной больницы. Каждый вечер заканчивался той же больницей. Каждую ночь он возвращался домой, чтобы повторить тот же ритуал, но только уже с чаем, с такой же булочкой, тем же душем и несколькими часами сна. Так длилось десять лет. Карьера шла в гору, но, кроме карьеры, ничего не менялось. Каждый день был Днем сурка. Будильник, подъем, булочка, кофе, долгая дорога до областной больницы, пять операций в день, обход больных, реанимация, написание историй болезней, опять обход больных, вечернее консультирование. Дальше были частные приемы в той же больнице, где ему позволяли подрабатывать, поскольку берегли его как хорошего хирурга. Главврач смотрел сквозь пальцы на то, что Арамаан принимает пациентов в личном

порядке. Ставка хирурга была невелика. Поскольку главврач был адекватным человеком, он берег таких людей, как Арамаан, и позволял им подрабатывать в обход кассы. Впрочем, сам он делал абсолютно так же, как и половина больницы. И всегда повторял одну и ту же поговорку: «Хорошего врача народ прокормит, а плохие врачи нам не нужны». Поговорку, говорят, приписывают Сталину.

Арамаан был всем доволен. Он даже не обращал внимания на то, что десять лет прошли как один день. Они и прошли как один день. Все, что за эти десять лет было, это утренняя булочка, вечерняя булочка, утренний кофе, вечерний чай и два раза в день душ. Иногда у него были отпуска. Впрочем, за десять лет их было всего два. Все они прошли там же, на работе. Арамаан умудрялся даже во время редких отпусков вставать и ехать в ту же больницу. Но исключением было то, что он не оперировал, а просто все эти две недели принимал своих пациентов. Причиной тому была лишь одна вещь: за эти десять лет благодарных пациентов было столько, что они просто не могли его отпустить. Сам хирург не мог отказать, поскольку тешил этим свою гордость.

Впрочем, через десять лет здоровье Арамаана начало потихонечку угасать. Организм не смог выдержать такую колоссальную нагрузку. Вскоре у Арамаана начались головные боли. Впервые за десять лет ему пришлось взять больничный и остаться дома. Для него это был сильнейший удар. Даже будучи на больничном, он вскакивал уже без будильника в полпятого утра и машинально шел на кухню готовить кофе. На третий день болезни у него появилась мигрень. Организм попытался войти в аварийный режим и начать отдых и восстановление сил, но мозги не позволяли, а по-прежнему требовали работать, работать, работать и еще раз работать. У Арамаана

началась сильнейшая внутренняя борьба. Тело нуждалось в покое, мозги, которые не знали ничего, кроме работы, требовали продолжить привычный ритм жизни.

Арамаан впервые за десять лет своей работы впал в отчаяние. С каждым днем ему становилось все хуже и хуже. Тело, которое требовало отдыха, стало давать и другие сбои. Начались сильнейшие боли в желудке.

Мозги, которые не знали, что такое боль, отрицали саму вероятность болезни тела и требовали все большей и большей отдачи. Надо отметить, что в тот момент у Арамаана случился и психический сбой: он впервые узнал, что такое психоз, на своем опыте. Сильнейший диссонанс между потребностью мозгов в работе и потребностью тела в отдыхе привел к сбою психики. К головной боли добавилась бессонница, которая продолжалась не менее трех-четырех ночей. Арамаан впервые сам узнал, что такое медикаменты. Ему пришлось начать пить транквилизаторы, седативные и сердечные препараты, которые тем не менее не дали никакого эффекта. Через семь дней ему стало настолько плохо, что он вызвал скорую. Мигрень не только не отступала, но она все укрепляла свои позиции в его уже ослабшем до предела теле. Приехавшая скорая поставила предварительный диагноз: инсульт. Арамаана на скорой госпитализировали в его же больницу, где диагноз был подтвержден. Невролог добавил в историю болезни крайнюю степень нервного истощения и ишемический инсульт.

*Как человек он был никому не интересен. Он нужен лишь как машина... Машина, которая работает и работает. Когда машина ломается, ее чинят. Если ее дорого и трудно чинить - машину выбрасывают.*

Для Арамаана это был сильнейший удар. Он считал себя полным сил, считал, что он вечен и может работать сутки напролет много лет подряд. К сожалению, больше он работать не мог.

Инсульт сильно повлиял на его двигательную активность и тонкую моторику. Его руки уже не смогли выполнять те операции, которые делали раньше. После выписки ему пришлось уйти из своей операционной. По состоянию здоровья он больше не смог быть оперирующим хирургом. Его никто не уволил. Главврач перевел его в отделение терапии как консультирующего хирурга. Но для Арамаана, еще совсем молодого человека (к тому моменту ему было чуть больше 30 лет), стать из оперирующего хирурга консультирующим – это был позор. Ведь все его коллеги, с которыми он начинал, не такие талантливые, как он, не такие образованные, продолжали оперировать. А он еще совсем молодой, еще без семьи и детей уже являлся инвалидом.

Все это привело Арамаана к сильнейшей депрессии, которая длилась больше месяца. За это время Арамаан попробовал и наркотики, и алкоголь и топил свое горе в женщинах, но ничего не приносило ему облегчения. Его мозги по-прежнему держали его в том стальном каркасе, к которому он привык за десять лет. Они твердили ему: «Ашбо ты работаешь, либо ты неудачник. Ты должен вернуться. Ты должен, должен, должен!» Арамаан, подчиняясь своему мозгу, ритму жизни, стал себя реабилитировать, начал заниматься спортом. Все, к чему он стремился, все, что хотел получить обратно, – это место оперирующего хирурга. Спорт ему нужен был для того, чтобы его руки начали нормально работать и окрепли, чтобы он вновь смог держать в руках скальпель: разрезать и зашивать.

Он даже не думал о том, что просто должен быть человеком и жить спокойно. Это его не волновало. Тем



более что кроме булочек, кофе и чая, он не видел в своей жизни ничего. Даже на отдыхе он продолжал работать. Впрочем, за это его все и ценили. Арамаан даже не мог и помыслить, что как человек он никому не интересен. Он нужен лишь как машина... Машина, которая работает и работает. Но потом машина ломается. Когда машина ломается, ее чинят. Если ее дорого и трудно чинить - машину выбрасывают. В мыслях у Арамаана этого не было. К сожалению, на тот момент он не мог понять, что он и является той самой машиной, которая уже дала сбой, и возможно, после очередного сбоя или неудачной починки его просто выкинут. Все это Арамаан поймет, но пока он продолжал действовать по своим стереотипам и оставался у них в плену, стремился вернуться на свою должность.

## Встреча у помойки

Однажды в свое привычное время, в полпятого утра, допив привычный кофе с булочкой, приняв привычный душ, Арамаан вышел из дома, прогрел машину, выкурил сигаретку, такую же привычную, как те же утренний кофе и вечерний чай, и отправился в дорогу. Его путь пролегал мимо большой помойки, куда он каждое утро выкидывал мусор. Привычными движениями открыв дверь, вынув из багажника мусор, он отправился к бакам, чтобы выбросить туда мусорные пакеты.

Он даже не обратил внимания на бомжа, тихо и отстраненно стоящего на углу помойки и наблюдающего за молодым хирургом. Когда он подошел к помойке, чтобы выбросить мусор, бомж направился к нему и тихонько его окликнул, попросив у него сигарету и немного денег на еду. В тот день Арамаан особенно сильно погрузился в свою печаль и необходимость вернуться к предыдущей работе. Просьба бомжа вызвала сильнейшую агрессию, просто взрыв. Арамаан набросился на него с криком:

- Кто ты такой, чтобы просить у меня? Что ты сделал? Почему я - человек, работающий с утра до ночи и не видящий ни дня ни ночи, должен еще работать, чтобы кормить тебя сигаретами, едой и деньгами? Иди на работу и заработай себе на сигареты и еду, а может быть, и на выпивку. Я смотрю, ты пьющий человек!

Бомж несколько не смутился, а лишь так же негромко ответил:

- Ну, от тебя же не убудет. Оттого, что дашь мне сигарету и немного денег, от тебя ничего не убудет, а мне ты сделаешь приятно.

Арамаан поначалу не обратил внимания на эти слова, отвернулся от бомжа, сел в машину, резко

хлопнул дверью и уехал. Но как только он проехал буквально пятьдесят метров, эти слова сильно резанули ему по голове. Он остановил машину, задумался и понял: «Действительно, ведь оттого, что я дам ему сигарету и немного денег, от меня вообще ничего не убудет, а ему будет приятно». В этот момент Арамаану стало мучительно стыдно за то хамство, которое он позволил себе по отношению к человеку, который ничем не обидел его, даже не прикоснулся к нему.

Арамаан всегда был культурным человеком, вырос в хорошей семье и никогда не позволял себе хамского отношения к людям. Он забыл про то, что опаздывает на работу, сдал пятьдесят метров назад на машине, вышел из нее, вынул из кармана пачку сигарет и уверенным шагом направился к бомжу. Бомж оторопел и уже приготовился к побоям, помня, как резко отреагировал на него молодой человек. Впрочем, ему было не привыкать. Каждый день его унижали или избивали, иногда по делу, а иногда просто потому, что его внешний вид и не очень хороший запах, исходивший от него, не нравились людям. Люди им гнушались и порой бросали в него разные предметы: камни, палки. Конечно, он не хотел быть избитым, но уже был готов к этому и мысленно смирился с участью.

Арамаан протянул ему пачку сигарет. Бомж, еще не отойдя от оцепенения, не понял своего счастья и попросил молодого человека самого вынуть своими чистыми руками одну сигарету, чтобы он грязными пальцами не испачкал все остальные. На что Арамаан ему ответил:

– Возьми всю пачку. От меня не убудет. Ты прав, – и протянул ему еще и несколько купюр.

Наверное, это был самый счастливый день за много лет жизни бомжа. Он давно уже не курил дорогие сигареты. Он давно уже привык к тому, что люди просто брезгуют даже протянуть ему сигарету. Иногда ему

давали сигарету, но бросали ее на землю, пытаясь избежать прямого контакта.

Но, как правило, даже такого счастья у него не было. Он просто находил грязные окурки, иногда и в лужах, сушил их, где и как мог, и докуривал. Денег он не видел тоже очень давно. Если попадались какие-то монетки, то их кое-как хватало на бутылку дешевого пива или половину буханки хлеба. Свежих и чистых бумажных купюр он не держал в руках много лет и даже забыл, как они выглядят. Само осязание бумажных, непомерно больших по его меркам, денег в руках дало ему ощущение счастья, бесконечной удачи. Действительно, если бы Арамаан потерял эти деньги, выпали бы они из кармана, он бы даже не заметил этого. А для бомжа это был целый мир. Почти полная пачка сигарет была невероятной удачей, настоящим богатством.

Это была встреча, которая перевернула всю жизнь Арамаана. Но это будет потом, а пока он увидел реакцию человека и не мог ее для себя описать. Как можно радоваться небольшим деньгам? Как можно говорить, что ты счастлив, увидев пачку сигарет? Это всего лишь сигареты...

Арамаан в тот момент себя чувствовал абсолютно ущербным человеком, ему было исключительно стыдно за свое поведение. Он вынул еще несколько купюр, протянул их бомжу и еще раз извинился за непристойное поведение. Бомж смутился, но ответил Арамаану, что он очень хорошо его понимает и абсолютно не держит зла на него, более того, ему по-человечески даже жаль Арамаана.

В этот момент у Арамаана случился еще один ступор. Своими мозгами он не мог понять, как бомж, абсолютно опустившийся элемент, полнейший маргинал, нищий, не имеющий ничего за душой, может жалеть его, успешного врача, к которому каждый день

приезжают толпы людей, каждый день его благодарят??? Его, у которого есть все: машина, дом, квартира, благодарные люди?! Как тот может жалеть его?!!! Что дает ему такое право – жалеть? Арамаан не выдержал и рассмеялся громко и абсолютно искренне.

– Как ты, опустившийся человек, бомж, можешь меня жалеть? Что есть у тебя такого, чего нет у меня? Отчего ты должен меня жалеть?

Бомж ожидал такого вопроса. Он спокойно ответил Арамаану:

– У тебя есть всё. У меня нет ничего. Но это ты так думаешь. На самом деле у меня есть всё, а у тебя нет ничего.

Арамаан вообще не понял, что имел в виду бомж, и попросил прокомментировать. В этот момент он уже совсем забыл, что опаздывает на работу, и увлекся беседой. Он требовал подробностей. Его эго жаждало объяснений.

– Знаешь, ты считаешь, что ты богатый, успешный, у тебя есть всё. Ты считаешь, что у меня нет ничего, а я считаю ровно наоборот.

– Что ты называешь этим всем? – перебил его Арамаан.

– Я тебе отвечу. У меня есть время, у меня есть свобода. А вот у тебя этого нет. У тебя есть деньги, но на них ты свободу себе не купил. У тебя есть всё, но у тебя нет времени на это *всё*.

Арамаан побледнел. Он впервые получил ответ на тот вопрос, который так и не успел еще себе задать: «Чего мне не хватает в этой жизни?» В этот момент Арамаан ощутил себя бесконечно плохо. Он даже не смог сформулировать этот вопрос: чего ему не хватает? Но уже получил на него ответ. Арамаан молча отвернулся, подошел к машине, сел и тихонько поехал на работу.

Он даже не включил привычное радио. Всю дорогу он думал об этой фразе: «У меня есть время и свобода, а у тебя нет». «Как же ты прав, - подумал Арамаан. - Неужели я не смог сам до этого дойти? Как же ты прав». Он все время повторял одну и ту же фразу: «Как же ты прав. Как же ты прав». После каждого повторения ему становилось все хуже и хуже. Вдруг мимолетная встреча открыла ему все, что он не мог понять десять лет. Для чего его стремление к работе, к карьере? Что оно ему дало? Что будет, если он умрет? И тут же себе ответил: «А ничего. Придет другой хирург. Его также будут любить и уважать». А когда его забудут? Скоро. Вдруг он понял одну вещь, которая еще сильнее раздавила его морально. Ведь, по сути, он нужен ровно до тех пор, пока он может приносить людям желаемый результат. Если его руки так и не смогут работать, он будет выброшен на помойку и станет таким же бомжом. Да, быть может, он не станет именно бомжом, но не будет никому нужен.

## Богач и нищий: кто из них кто?

Арамаан весь рабочий день думал только об одном, что он обязан найти этого бомжа и попросить у него совета: что же ему делать дальше? Он увидел большую мудрость в словах нищего философа. Ему стало как-то очень не хватать этого общения. С работы он уехал рано, объехал весь район и нашел того человека, который перевернул всю его жизнь. Впрочем, в тот момент он об этом все еще не думал.

- Я долго тебя искал. Весь день, - зачем-то обманул бомжа Арамаан.

- Что же... Мне приятно, - ответил ему бомж. - Может быть, ты угостишь меня сигареткой?

- Я же дал тебе всю пачку.

- Ну, ты же понимаешь, что я не один. Мне пришлось поделиться с моими друзьями.

У Арамаана всегда были с собой сигареты. Он курил довольно много и предпочитал исключительно дорогие сорта табака. Он с большим кайфом протянул бомжу еще одну пачку сигарет и смотрел, как тот с благодарностью ее принял.

- Возьми еще сигареты. Если хочешь, я дам тебе еще денег. Но мне нужны твои советы.

- Что же, я счастлив буду и тебе чем-то помочь, - степенно ответил бомж.

- Скажи мне, что я делаю не так? Сегодня я многое понял. Но я хочу, чтобы ты мне объяснил, почему у меня нет свободы и что я должен сделать? Да, да, да, именно: что я должен сделать?

*Мимолетная встреча открыла ему все, что он не мог понять десять лет. Для чего его стремление к работе, к карьере? Что оно ему*

*дало? Что будет, если он умрет? И тут же себе ответил: «А ничего. Придет другой хирург. Его также будут любить и уважать».*

Бомж посмотрел на него с удивлением. Арамаан спросил:

- Что тебя удивляет в моих вопросах?

- Меня удивляет лишь то, что утром ты смотрел на меня с презрением, а сейчас ты спрашиваешь у меня совета.

- Ты знаешь, твои слова что-то перевернули во мне. Несмотря на то что ты бомж, а я успешный человек, я знаю, что ты говорил правду. Мне очень не хватает твоего совета.

- Ну что же, я буду рад тебе помочь. Для чего ты работаешь? - спросил бомж.

- Все же понятно. Я работаю, чтобы иметь успех, признание, деньги.

- Это неудивительно, - ответил бомж. - В принципе, ты ничем не отличаешься от сотен тысяч, миллионов других людей, от всех людей.

- Да, но я явно отличаюсь от тебя, а точнее, ты отличаешься от меня. Сегодня утром ты смог перевернуть весь мой мир лишь одной фразой. Значит, я что-то делаю не так. Объясни мне это.

- Хорошо, - ответил бомж. Наверное, впервые в своей жизни он ощутил себя равным богатому и успешному человеку. - Ты много работаешь, многое делаешь, ты устаешь. А для чего тебе карьера и деньги?

- Я же тебе повторяю: я хочу быть успешным.

- Я для чего ты хочешь быть успешным?

- Чтобы меня уважали люди, чтобы мною гордились.

- А для чего тебе это нужно? Что тебе это принесет?

- Успех.



- Ты повторяешься, - ответил бомж. - Успех, карьера для чего? Ты даже не можешь ответить, для чего тебе это надо. Зачем же ты делаешь это?

Арамаан впал в ступор. Действительно, а для чего? Бомж прервал его мысли:

- А теперь скажи мне, что будет, если у тебя это все отнять?

Арамаан побледнел. Это самая страшная вещь, которая могла прозвучать. Ведь именно об этом он думал с момента заболевания инсультом: «А что будет, если у него это отнять?» Ведь у него уже это почти отняли.

Бомж продолжал:

- Как поменяется отношение людей к тебе, если ты будешь им не нужен?

Арамаан молчал. С этого момента говорил только бомж. Он говорил вопросами, которые не требовали ответов, на которые и не было ответов. Его речь все сильнее и сильнее ломала что-то в Арамаане, в его психике, в его привычках, в его восприятии мира.

- Допустим, ты успешен, востребован. Все тебя ждут, все тебя хотят, все гордятся тобой. Но вот ты умер. Сколько людей придет на твою могилу? Скажу тебе больше. Допустим, я тоже умру в тот же день. Скажи мне, сколько людей придет на мою могилу? Я знаю, что на мою могилу не придет никто. Но скажи, какая вероятность, что твою могилу будет посещать много людей, а о тебе так же будут помнить и гордиться? Чем ты будешь отличаться от меня, будучи мертвым? Допустим, мы будем лежать рядом. Твоя могила и моя могила будут напротив друг друга. Ты можешь не отвечать. Я сам тебе отвечу: никто не придет к тебе. Ты нужен ровно до тех пор, пока ты в строю. Ты нужен до тех пор, пока ты нужен людям. Тебя уважают? Это ты так думаешь. Это мнимое уважение. Оно не имеет ничего общего с настоящими

благодарностью и памятью. Если ты умрешь в один день со мной, тебя забудут так же, как и меня. Одно лишь отличие в том, что меня никто и не помнил, я ничего не потеряю, а ты потеряешь все. Стоит ли это того?

Арамаан был раздавлен. Он даже не мог отвечать. Он понял, что эта истина единственная в своем роде. Бомж говорил чистую правду. В этот момент Арамаан понял, что это именно то, в чем он боялся признаться себе. Эти мысли он всегда подавлял, как только они вылезали. Он вырубал их на корню. Сейчас они били его, как обухом топора по голове.

Дай мне совет. Что мне делать дальше?

*Все то, что мы делаем, должно приносить удовлетворение, и делать это нужно абсолютно размеренно с ощущением времени и свободы. Если работа занимает все время и его нет ни на что другое, значит это не работа, а каторга.*

Бомж присел на землю, вынул дорогую сигарету, закурил, ощутив прилив энергии от хорошего табака, немного покашлял и продолжил:

- Ты должен понять лишь одну вещь. Все то, что ты делаешь, должно приносить исключительно тебе удовлетворение, и делать ты это должен абсолютно размеренно с ощущением времени и свободы. Если твоя работа занимает все твое время и у тебя нет его ни на что другое, значит это не работа, а каторга. А кто-то другой пытается тебя убедить в том, что эта работа – единственное, что есть у тебя. Ты можешь умереть на этой работе, но ты так и не увидишь мир. Ты можешь умереть на этой каторге, но ты так и не поймешь, в чем была твоя роль в этой жизни.

- Так что мне делать? Не работать? Быть таким, как ты?

- Нет, отнюдь. Хотя ты можешь быть таким, как я. Это твое право выбора.

- Но я не хочу быть таким, как ты.

- Что же, ты можешь не быть таким, как я.

- Но так если я не буду работать на каторге, значит, я буду таким, как ты?

- Отнюдь. Может быть, ты не заработаешь всех денег, но ты получишь что-то Другое взамен - больше времени, больше свободы. Неужели ты и вправду думаешь, что мнимое уважение что-то тебе дает? Ничего оно тебе не дает. Оно только забирает у тебя все.

- Хорошо. Ты предлагаешь мне работать мало?

- Да. Более того, я предлагаю тебе работать ровно столько, сколько *ты* хочешь работать.

- А что же я буду делать все остальное время?

- Вот видишь, ты даже не знаешь, на что ты можешь потратить свое время. Научись сначала ценить это время, а потом тратить его на то, на что *ты* захочешь его потратить. Это и будет вторая вещь, которой у тебя не хватает. Свобода.

- Ты имеешь в виду, что свобода в твоём понимании есть свобода выбора работать или не работать, делать или не делать и на что тратить время?

- Абсолютно так. Это то, чего у тебя нет.

## Как перестать себя убивать?

Чтобы избежать фатального, вам нужно сделать лишь одну вещь – разорвать шаблон, по которому вы живете. Ведь если человек не поймет, что именно этот шаблон приводит его к печальному исходу, то никакие таблетки не помогут, пока шаблон не разорван. Разорвав привычный образ жизни и поменяв его кардинально, человек может избежать повторения привычных ситуаций.

*Если инсульт произошел на фоне сильной перегрузки, стрессов, то единственная вещь, которая поможет избежать повторного инсульта, это смена деятельности.*

Если у человека отказали печень и поджелудочная на фоне длительного употребления спиртного, значит все, что ему нужно, это прекратить употреблять спиртное – это понимают все. А вот как прекратить работать, не может понять никто. Точнее, как прекратить убивать себя на работе. Трудоголик, трудоголизм – это такая же болезнь. Каждый день нам внушают, что трудоголизм – это не болезнь, а степень успеха. Человека загоняют социальными требованиями, социальным статусом в глубоко болезненное состояние, которое в конечном счете его убивает. Делу время, а потехе час – это то, что всегда надо помнить. И чем больше вы работаете, тем больше вам нужно отдыхать.

# Шаман. Начало пути



## Фиолетовая встреча

После разговора с бомжом Арамаан решил было уволиться. Но для начала взял длительный отпуск, стал читать спецлитературу и посещать различные конференции. Несмотря на то что он уже не мог оперировать, он продолжал быть профессиональным врачом. В свой вынужденный перерыв в работе он занялся самообразованием.

Однажды весенним утром он поехал на конференцию по хирургии, которую так ждал. На ней выступали ведущие российские и зарубежные хирурги, представители других медицинских профессий. Конференция имела для него большое значение в рамках повышения общей квалификации как врача. Он с упоением слушал доклады зарубежных авторов, делал отметки в своем блокнотике и втайне мечтал, что когда-то сам будет выступать на таких конференциях. Время шло к обеду, был объявлен большой перерыв.

Во время перерыва Арамаан сидел и пил чай. К нему за столик под села дама очень необычного вида. Арамаан сначала с интересом поглядел на нее, но ее внешность оказалась для него абсолютно неприемлемой, даже отталкивающей. У нее были фиолетовые волосы, какие-то странные грубые серьги, на ее теле были замысловатые татуировки... Что-то было в ней такое, что его резко оттолкнуло. В тот момент он еще не понимал, что на самом деле его отталкивает не то, *как* она выглядит, а то, что она выглядит непривычно *для него*. Ведь Арамаан еще жил в своем прежнем мире. Все то, что не вписывается в рамки его мира, он интуитивно отвергал. Впрочем, так делают большинство современных людей. Все то, чего мы не можем понять, этого либо нет и быть не должно,

либо это антинаучно. Тем не менее Арамаан привлек внимание женщины. Она не отрываясь смотрела на него, и Арамаана это напрягало. Более того, это начало его злить. «Почему я пью чай, а на меня кто-то пристально смотрит? – подумал он. – Кто эта женщина? Неужели я раньше ее видел? Или она судорожно пытается вспомнить, где она меня видела?..» Арамаан посмотрел на нее и вступил в диалог:

– Мы с вами где-то встречались?

– Вряд ли, – спокойно ответила она ему.

– Тогда почему вы на меня так смотрите? – раздраженно спросил Арамаан.

– Просто так.

– Просто так не нужно. Мне это не очень приятно. Я пью чай, и вы меня отвлекаете.

– Чем же?

– Тем, что вы смотрите на меня.

Женщина улыбнулась и продолжала смотреть на него. Арамаан чувствовал взгляд, и он не давал ему покоя.

– Тем не менее я бы попросил вас прекратить смотреть. Есть еще много людей, на которых вы можете смотреть.

– Но они мне неинтересны, – ответила женщина.

– Да, это очень хорошо. Но вы мне тоже неинтересны.

– И что? – ответила она.

– Короче, чего вы от меня хотите? Чем я могу вам помочь?

– Вы занимаетесь не своим делом, и скоро вы это поймете, – женщина чуть улыбнулась.

– Да что вы говорите?! Вы же даже не знаете меня.

– Я и не должна тебя знать. Я знаю истину. А истина в том, что твое предназначение в другом.

– Я думаю, что я сам разберусь в этом, – строго ответил Арамаан. – А вам рекомендую заниматься своим

делом.

*Он жил в своем мире. Все то, что не вписывается в рамки его мира, он интуитивно отвергал. Впрочем, так делают большинство современных людей.*

Женщина ласково ему улыбнулась и ушла.

«Сколько же кругом помешанных», – подумал Арамаан, допивая остывший чай.

Арамаан отсидел вторую половину медицинской конференции. После окончания лекции он подошел к управляющему и спросил, указывая на участников другой встречи в том же здании:

– Кто эти люди? Они странные. Мне кажется, что все они психи и место им в лечебном заведении.

– Вы знаете, я тоже не понимаю, кто это.

Говорят, что они занимаются магией, называют себя целителями.

«Господи, какой же бред», – подумал Арамаан и поехал домой.



## Вы уволены

Арамаан пришел домой и, по старой привычке прочитав очередную главу из монографии по хирургии, пошел на вечернюю прогулку. Теперь, после инсульта, он каждый день в течение часа гулял, дышал воздухом и не думал ни о чем. Его прогулку прервал звонок мобильного телефона. «Странно. В такое время мне никто не звонит, даже мои пациенты», – он снял трубку. Звонили из клиники. Секретарь главного врача объявила ему о том, что он уволен с работы. «Да, но почему?» Арамаан был ошарашен: «Почему меня уволили? Я хорошо работаю. У меня очень много пациентов, у меня очень много благодарностей». Секретарь объяснила причину увольнения сокращением штата в клинике и добавила, что, если его удовлетворит такой ответ, уволили еще двадцать человек. Он среди этих двадцати.

Арамаан был сильно опечален, но недавняя встреча с бомжом напомнила ему о том, что это всего лишь дополнительная степень свободы. Вскоре его печаль даже сменилась радостью. Он подумал, что за то время, пока он будет искать работу, он прочитает еще немало интересных монографий и узнает много нового, что позволит ему быть еще более профессиональным врачом. Но судьба распорядилась иначе: на следующий же день ему позвонил старый друг-коллега и пригласил на работу.

– Откуда ты знаешь, что меня уволили? – первый вопрос Арамаана был именно таким.

– А тебя что, уволили? Я лишь знаю, что у тебя был инсульт и ты больше не оперируешь. Но если тебя уволили – это еще лучше. Мне не придется даже тебя уговаривать перейти к нам на работу.

- Что это за работа? Что я должен делать?

- Все то, что ты и делал раньше, но ты будешь руководителем, главврачом, поскольку ты не можешь оперировать, но ты знающий хирург. Ты можешь читать лекции другим. Ты можешь управлять другими хирургами.

«Это отличная идея», - подумал Арамаан:

- Завтра же я приеду к тебе.

## Шаман

Так начался новый путь Арамаана, который полностью перевернул его мир. Арамаан еще не мог связать слова женщины с увольнением и началом его нового пути. Он даже забыл про нее. Он уволился и поехал в новую клинику, сразу отдал все свои документы, необходимые для начала работы, и приступил к изучению структуры клиники. Познакомившись с новыми коллегами, он обратил внимание на одного странного врача, который никогда не ходил в халате, выглядел как-то своеобразно и напоминал ему ту самую «фиолетовую» даму, несмотря на то что был мужчиной. Чем-то они были похожи. Арамаан спросил у заведомого:

- Кто этот человек и почему он работает в клинике, но в штате его нет? Заведомого отмахнулся и ответил лишь одно:

- Это какой-то непонятный врач. Все его боятся и недолюбливают.

Почему его боятся?

- Знаешь, он странный, очень странный. Говорят, что он шаман.

- О чем ты говоришь? Ты, заведующий отделением, говоришь мне о том, что в клинике работает *шаман*? Ты что, перепил накануне?

- Если ты не веришь мне, подойди к любому другому. Вообще, мой совет тебе: обходи его стороной.

- Что он тут делает? Объясни мне хотя бы это.

- Говорят, что он тут работал еще до того, как построили эту клинику.

- Что, он работал на земле?

- Нет, он работал в своем доме. А потом на этом месте построили клинику. Все боятся его проклятий,

поэтому держат его тут. Дали ему кабинет. Знаешь, что самое удивительное?

- Что? - спросил Арамаан.

- К нему люди ходят толпой. Может быть, это бред, но он действительно помогает. Никто не знает как.

- Ты, видимо, такой же, как он, - рассердился Арамаан. - Мне не о чем с тобой говорить, - и Арамаан пошел дальше.

Он подошел к заведующему другим отделением, попросил его объяснить: в чем роль того странного человека. Получил примерно такой же ответ: шаман. Арамаана не смутили эти ответы, но тем не менее любопытство одолело его. Он начал наблюдать за этим человеком. Как может шаман работать в клинике, где работают хорошие врачи?

Что вообще такое «шаман»? Для Арамаана термин «шаман» был чем-то средневековым. Все, что он помнил, что таких сжигали на костре вместе с их бубнами. Арамаан, будучи сильным логиком, построил план, как изжить непонятого персонажа из лечебного заведения, где помогают людям. Он подумал, что соберет в течение короткого времени на него компромат, чем и занялся. Но каково же было его удивление, когда все люди, у которых он пытался выведать правду, не давали ему никакой негативной информации, кроме слов благодарности в адрес шамана.

Дальше Арамаан удивился еще больше. По мере своего расследования он выяснил, что врачи самых тяжелых пациентов отправляют именно к шаману, но молчат об этом. Когда он выяснил, что даже те люди, которые называют его душевнобольным, тоже отправляют к нему пациентов, он был в шоке. «Я должен с ним поговорить», - подумал Арамаан. Он выбрал время, зашел к этому человеку и попросил его об аудиенции.

- Вы кем будете, молодой человек? - спросил его шаман.

- Я главный врач этой клиники. Я хочу с вами поговорить.

- Это хорошо. Но я с вами не хочу говорить.

- Минуточку. Я повторяю: я главный врач. Вы работаете в моем лечебном заведении.

Шаман улыбнулся и ответил Арамаану, что он с ним поговорит тогда, когда у *него* на это будет время и желание, и попросил его выйти. Ошарашенный Арамаан вышел из кабинета и направился звонить директору клиники:

- Я собираюсь уволить этого человека.

- Ты не можешь его уволить. Он даже не работает в нашей клинике.

- Если он не работает, тогда что он тут делает?

- Этого не знает никто.

- Подожди, ты хозяин клиники. И ты мне говоришь, что не знаешь, что он тут делает?

- Как минимум я его боюсь, а как максимум я знаю, что очень много людей ходит в нашу клинику только потому, что он тут находится. Мой тебе совет - оставь его в покое. Займись своими делами.

«Господи, куда я попал?», - подумал Арамаан. Он позвонил своему приятелю, который завербовал его на эту работу, и выругался матом:

- Что ты сделал? Ты не мог меня предупредить, что я попаду в дурдом?

- Но почему в дурдом? Ты попал туда, куда тебе нужно было попасть.

- Ты что, издеваешься? Тут работает некто, кого называют шаманом! В моем понимании это глубоко больной человек. Он должен не работать тут, а сидеть в отделении для психов.

- Да, но тогда почему к нему ходит полгорода? Был ли ты у него на приеме?

- Нет, и не собираюсь.

- А зря, - ответил его друг. - Вся моя семья уже побывала у него.

- Что же вы у него там лечите?

- Ты не поверишь. Всё.

Арамаан бросил трубку. Он был зол как никогда раньше. Единственное, что остановило его желание уйти в тот же день, это наличие хороших хирургов в клинике и довольно большая зарплата. Кроме того, памятуя о недавних событиях (словах бомжа, например), он понимал, что эта клиника дает ему много свободного времени для изучения медицины, для отдыха и саморазвития.

## Правда о головной боли

Через день Арамаан встретил шамана в коридоре:  
- Сегодня зайди ко мне, - брякнул тот вместо приветствия.

- Зачем?

- Ты же хотел поговорить. Сегодня у меня есть на тебя время.

- Да, но, может быть, у меня теперь нет времени.

- Ну, смотри, дело твое. Будешь ждать, когда у меня еще будет время.

«Ну ничего себе, - подумал Арамаан, - этот тип еще будет указывать мне, когда мне к нему зайти».

Часика в два зайди.

Впрочем, его любопытство было настолько велико, что он забыл о гордо стн и пришел ровно в назначенное время.

- Садись, главврач.

- Ты что, смеешься надо мной?

- Почему бы и нет. Кто мне запрещает?

- Впрочем, да. Меня предупредили, что здесь тебе никто ничего не запрещает.

- Тебя правильно предупредили.

- Объясни мне, кто ты такой, что тебя все боятся.

- Разве меня боятся?

- Ой, только не надо. Как будто для тебя это откровение.

- Ну, по крайней мере, я никого не пугаю.

- Так ты можешь мне объяснить, кто ты такой?

- Я врач, я целитель.

- Так ты целитель или врач?

- Как хочешь. Можешь называть меня врачом, если тебе так удобно, если тебе режет слух слово «целитель».

- Так чем же ты лечишь?

- Ты не поверишь. Руками, как и ты. Только я занимаюсь традиционной медициной, а ты - нетрадиционной.

- Стоп, - прервал его Арамаан, - ты подменяешь понятия. Наоборот, я занимаюсь традиционной, а ты - нетрадиционной. Поэтому тебя называют шаманом.

- Э-э-э нет, мальчик мой.

- Я тебе не мальчик, я главврач.

- Ну, у себя в кабинете ты главврач, а в моем кабинете ты всего лишь мальчик.

- Тогда объясни, почему ты так считаешь.

- Хорошо. Давай так. Сколько лет твоей медицине, которую ты называешь традиционной? Сто, двести? Не больше. А сколько лет моей медицине? Не помнишь? А я тебе объясню. Семь тысяч лет. Она всегда была и будет. Но почему-то вы - врачи, люди в белых халатах, которые называют себя врачами, - считаете, что ваша молодая медицина является традиционной, а наша, которая была и будет всегда, называется нетрадиционной. Уж не потому ли вы так все называете, что боитесь услышать реальные вещи? Уж не потому ли вы втайне отправляете самых безнадежных пациентов к нам? Что может сделать твоя «традиционная медицина», например, с твоей головной болью?

- Допустим. Хорошо, спорить я не буду, - Арамаан не обратил внимания на странные слова о его головной боли: о его инсульте все в клинике знали. - Но я бы никогда к тебе никого не отправил, разве что труп, которому точно уже ничем не навредишь. Я надеюсь, трупов ты не лечишь?

- Нет, не лечу. Зачем лечить свободную душу? Она этого уже не требует.

- Слава богу, - ответил Арамаан. - Но объясни мне: как ты лечишь? Почему так много людей к тебе ходит,



но никто не пытается ругаться с тобой, в отличие от нас, кому приходится каждый день ругаться с недовольными пациентами?

- Я лечу руками.

- Тогда почему тебя называют шаманом?

- Потому что в моих руках воля Господа.

- Вот это уже что-то непонятное для меня. Ты можешь мне объяснить, что такое воля Господа? Я не верю ни в черта, ни в Бога.

- Это твое право. Но если ты во что-то не веришь, то это не значит, что этого нет.

- Ой, ой, ой. Только не начинай. Ты уходишь от темы. Объясни мне, как ты лечишь. Я главврач. Я хочу понять.

- Хорошо. Я же тебе объяснил, через мои руки проходит воля Господа. Если есть воля на излечение, значит, человек будет излечен.

- То есть одной рукой ты берешь некую волю, второй рукой ты ее вкладываешь?

- Можно и так называть это.

- Похоже, наш разговор ни о чем.

- Правда в том, что у тебя болит голова... - совсем тихо сказал шаман, словно процитировав Булгакова. Главврач его не услышал.

*Он понял, что бомж - это был тот человек, который... А может быть, и не человек? А может быть, его вообще не было... Он уже не был ни в чем уверен. Но понял, что это было некое явление, которое толкнуло его к чему-то новому.*

Арамаан вышел, хлопнув дверью. Он еще сильнее укрепился во мнении, что шаман душевнобольной. Единственное, что не давало ему покоя, так это количество людей, исцеленных *этим* человеком. «Все-

таки я должен понять, что он делает», - подумал Арамаан. И, вспомнив про свою уже ставшую привычной головную боль, немедленно вернувшись в кабинет к шаману, потребовал провести прием и вылечить его от головной боли.

- Ты знаешь, - ответил шаман, - сейчас я не хочу тебя лечить.

- Да, но у меня болит голова.

- Но у меня-то она не болит, и я не хочу тебя лечить.

- Ты же врач.

- И что? Да, я врач, но я не вижу уважения в твоих словах, я не вижу уважения в тебе по отношению ко мне. Я тебе помогу, но не сейчас. Я знаю, как тебе помочь.

- Ну так помоги.

- Э-э нет, мальчик мой.

Арамаан негодуяюще вздохнул: фраза «мальчик мой» резала его слух.

- Тебе неприятно, когда я тебя так называю?

- Да, мне очень это неприятно.

- Но это тоже твои проблемы. Когда тебе будет уже все равно, когда ты придешь и по-настоящему попросишь меня тебе помочь - тогда, может быть, я сделаю это.

*Он обратил внимание на странного врача, который никогда не ходил в халате, выглядел как-то своеобразно и напоминал ему ту самую «фиолетовую» даму, несмотря на то что был мужчиной.*

Арамаан в бешенстве вышел. В его висках стучала кровь. Его голова уже гудела. Главврач выпил несколько таблеток и прилег. Тем не менее таблетки не возымели действия, и голова начала болеть еще сильнее. Вспомнив недавний инсульт, Арамаан очень

испугался. Он поднялся и, преодолевая безумную головную боль, поплелся в кабинет шамана:

- Пожалуйста, я прошу тебя, сделай что-нибудь. Я очень боюсь...

- Хорошо. Мне нетрудно. Садись. Что ты хочешь от меня?

- Помоги мне вылечить головную боль.

- Хорошо, я помогу. Ложись и отдохни пять минут.

Арамаан лег, шаман походил вокруг него, сделал щелчок пальцами, несколько пассов руками и пошел готовить чай. Приготовив чай, он принес Арамаану напиток, попросил сделать несколько глотков и спросил, как у него дела.

«Странно...» - подумал Арамаан и произнес эти слова вслух:

- Странно, очень-очень странно...

- Что именно?

- У меня не болит голова.

- Так это хорошо. Что в этом странного?

- Странно то, что я даже не заметил, как прошла моя боль.

- Ну что же, значит, ты можешь идти.

- Сколько я тебе должен?

Шаман улыбнулся и ответил:

- Ты уже оплатил мой прием.

- Да, но я тебе ничего не дал.

- Нет, ты дал мне уважение. Ты отплатил мне своим уважением. Ты превозмог себя. Может быть, даже пошел на унижение, но ты отдал мне честь и уважение. Считай, что ты уже оплатил мой прием. Отныне, когда ты будешь меня видеть, то будешь уважать еще больше.

Арамаан вышел, ощутив необыкновенную легкость в теле. Действительно, он вышел с уважением. Вошел в кабинет одним человеком, а вышел другим.

## А был ли бомж?

Вернувшись в свой кабинет, Арамаан обратил внимание, что он пришел вместе с кружкой чая, которую налил ему шаман. Но Арамаан не спешил идти обратно. Он четко понимал, что у него есть время выпить этот чай и подумать, а подумать ему было над чем. Арамаан вспомнил вдруг бомжа. Он понял, сделав глоток чая, что бомж – это был тот человек, который... А может быть, и не человек? А может быть, его вообще не было... Он уже не был ни в чем уверен. Но понял, что это было *некое явление*, которое толкнуло его к чему-то новому.

Он сделал еще один глоток чая, вспомнил ту необычную и глубоко противную ему даму. Он понял, что и это было *событие*, которое направило его к чему-то новому... Она уже не казалась столь противной. Он вспомнил ее и понял, что она, скорее, была необычная, новая, экзотичная, но никак не противная. Может быть, она была необыкновенная, в отличие от него? Арамаан понял, что это всего лишь его рамки заставили тогда думать, что она ему неприятна. Ведь она уже совсем не была ему противна.

Сделав еще один глоток чая, он понял, что шаман его встретил. Три события: толкнувшее, направившее и встретившее. «Это то, что изменит мою жизнь, – подумал Арамаан. – Права была эта женщина. Я занимался не тем. Я держал себя в рамках. Моя голова почти лопнула от этих рамок, а ведь если он может больше, то и я тоже могу. Почему я себя держу в рамках того, что даже не всегда помогает? Неужели я не могу быть таким же, как он? Почему я должен верить только в то, что написано кем-то до меня? Ведь я даже не знаю людей, которые писали эти учебники. Были ли они

лучшими? Были ли они успешными? Решено. Я хочу у него учиться. Я хочу расширить свои знания. Я хочу узнать, что такое воля Господа и как я могу ее передавать».

## Как правильно носить свою голову?

В чем причины головных болей и как их избежать? Хронический стресс нарушает баланс печени, как и всего организма. Через печень проходят крупные вены. Напряжение, возникающее в этих венах, нарушает венозный отток крови, что нередко приводит к нарушению общего венозного оттока, переполнению кровью и является причиной многих головных болей, в том числе хронических. Также постоянное напряжение приводит к мышечному тону – гипертонусу – в том числе гипертонусу шейных мышц, что также влияет на кровоснабжение головы и является еще одной из причин головных болей. Кроме того, эта же причина может привести к шейному остеохондрозу, что в свою очередь вторично обуславливает изменения в сосудах, питающих мозг человека.

*Решено. Я хочу учиться. Я хочу расширить свои знания. Я хочу узнать, что такое воля Господа и как я могу ее передавать.*

Порочный круг. И чем дольше человек пребывает в напряжении, не чередуя фазы работы – отдыха, напряжения – расслабления, тем крепче этот порочный круг и тем сильнее в дальнейшем проявят себя изменения, которые в конечном счете уже будут необратимы. Часто мы сталкиваемся с ситуацией, когда человек уже готов что-то поменять, но это уже невозможно по причине необратимости изменений организма на физиологическом уровне. Единственное, что может сделать человек – это как-то пытаться остановить дальнейшее ухудшение своего состояния, чтобы не загнать себя в могилу раньше времени.

*А вот чтобы не загнать себя в этот порочный круг, всегда надо чередовать периоды рабочей, напряженной атмосферы с периодами полной релаксации. С периодами даже, может, наплевательского отношения к работе, ко всему срочному. Все может подождать, кроме вашего здоровья.*

Избавление от стресса или расслабление нельзя получать с помощью алкоголя, потому что происходит полностью обратная вещь. Регуляция стресса путем алкоголя приводит к отеку нейронов головного мозга, что отвлекает человека от его проблем, да, но при этом сосуды страдают не меньше, а то и больше. Для того чтобы сосуды отдыхали, человеку нужен полный покой. Чаще всего во время приема алкоголя у человека на первых этапах возникает моторное возбуждение, что как раз усугубляет сосудистую реакцию. Отодвигая проблему, ее не решишь.

*Очень хорошо действует массаж. Расслабляющий, ни в коем случае не спортивный, не тонизирующий - мягкий расслабляющий массаж. А также все СПА-процедуры, в том числе баня. Всегда лучше предпочесть самой лучшей выпивке - любую, самую простую баню. А баня вместе с массажем - это просто панацея от стресса.*



*Чтобы не загнать себя в порочный круг, всегда надо чередовать периоды рабочей, напряженной атмосферы с периодами полной релаксации. С периодами даже, может, наплевательского отношения к работе, ко всему срочному. Все может подождать, кроме вашего здоровья.*

# Крах гипнотизера





## Исцели целителя

Арамаан ждал этого приема давно. Он знал, что к нему приедет очень опытный врач. Не знал детально проблему, но, будучи знакомым с теорией и практикой гипноза, он интуитивно предполагал ее. Шаман был рад самой возможности встречи с такой знаменитостью. Арамаан очень любил лечить грамотных, умных и полезных обществу людей. Он уважал всех людей, но если мог принести исцеление тому, кто лечит других, то считал такую работу вдвойне значимой.

Когда он узнал, что к нему на прием записался известный гипнотизер из Москвы, он очень обрадовался. Он ждал этого визита больше двух недель, поскольку дорога из Москвы до Якутска длинная, зато было время подготовиться. Он прочитал труды Месмера, еще раз перечитал классику гипноза, хотя в свое время еще в институте изучал ее. Сделал это с большим удовольствием, многое вспомнив, но гораздо лучше все понимая. Впрочем, надо отметить, что Арамаан всегда любил учиться и посвящал время книгам с большим удовольствием.

Утром к нему вошел Святослав. Светило гипноза был сильно подавлен. Арамаан ожидал увидеть абсолютно другого человека. Он знал, что гипнотизера отличает уверенная походка, абсолютно выверенные жесты, четкая грамотная речь, уверенный тембр голоса, красивые жесты. Даже по типу фигуры Арамаан мог отличить гипнотизера от человека другой профессии. Тем не менее когда он увидел Святослава, был очень и очень удивлен. Перед ним предстал сгорбленный человек с неуверенной походкой, с бегающими глазами и абсолютно неправильной, тихой и очень прерывистой речью.

Арамаану стало очень интересно. Регалии Святослава никак не вязались с его внешним видом, манерой поведения, голосом и строем речи. Шаман не подал виду и привычным жестом пригласил пациента сесть на диван, так же привычно он удалился готовить чай. Надо отметить, что когда Арамаан встречал человека, он его бегло оценивал, «прочитывал», а ритуал приготовления чая необходим был ему для дальнейшей оценки и анализа информации, которую он считал с человека. Наверное, это был один из немногих приемов, когда шаман удивился диссонансу, который был в его голове, между тем, чего он ожидал, и тем, что он увидел в реальности.

В этот раз на приготовление чая он потратил намного меньше времени, чем обычно. Он протокольно собрал травы, не подготовил чайник, хотя по обыкновению всегда ополаскивал его кипятком. Настой он всегда доводил до определенной температуры, выдерживал и лишь потом подавал целебный напиток гостям. В этот раз он небрежно плеснул кипятка, кинул две щепотки травы и тут же понес чай гостю.

- Что же тебя привело, друг мой? Тот ли это человек ко мне пришел, которого мне *так* описывали?

- Вот именно за этим я и пришел...

- Зачем?

- Понять, тот ли я человек или не тот.

- Это уже интересно. Тогда расскажи мне, что с тобой приключилось?

И тут Святослав погрузился в длительное молчание, которое почему-то необычно бесило шамана. Его, который за годы учебы и сложной работы приобрел немалую выдержку. Но сейчас ожидание, которое длилось всего несколько минут, буквально ввело его в нетерпение. Шаман сам прервал молчание Святослава и попросил его начать рассказ.

## Пафосный гипнотизер

Еще год назад Святослав как раз был ровно таким, каким себе описывал его Арамаан. С твердой походкой, с роскошным твердым и одновременно бархатистым голосом, с пронизывающим взглядом, с выверенными жестами рук и позами тела, не делающий ни одного лишнего движения. С большим опытом работы в звании доктора медицинских наук и в должности доцента на одной из ведущих кафедр столичного вуза.

Святослав был знаменитым гипнотизером. И это был профессионал наивысшей категории, обладающий не только знаниями, но еще и колоссальным талантом в своей области. Талант в себе он открыл еще в юные годы, находясь на школьной скамье, когда многие из его одноклассников замечали, что не могут противостоять ему в спорах. Они так и описывали, что при начале дискуссии с ним у них как-то непонятно кончаются все аргументы, а многие вынужденно совершали действия, которые не хотели делать. Тогда Святослав не думал, что это он на них воздействует, пытался себя убедить себя, что он просто выше, сильнее или, как убеждал его отец, с более грамотно поставленной речью и умеющий правильно подобрать аргумент. Тем не менее это было вовсе не так – талант «убеждения» через гипноз в его случае был именно природным даром. И, поступив в медицинский университет, он раскрыл свой природный дар на кафедре психиатрии. Здесь Святослав впервые познакомился с методом гипноза и на первом же занятии проявил себя как опытный гипнотизер, коим в тот момент еще не был. Но вкус своей силы он почувствовал. И с тех пор он постоянно оттачивал свой талант.

Надо отметить, что Святослав был настолько талантлив в своем деле, что не гнушался применять гипноз и в областях, далеких от медицины. Так, например, он свободно нарушал все мыслимые и немыслимые правила дорожного движения. А когда его останавливали сотрудники ГАИ, Святослав спокойно в течение нескольких секунд вводил сотрудников в транс и делал им определенные внушения. Иногда он заигрывался до того, что принуждал сотрудников милиции провожать его домой с мигалками. Особенно он любил это делать показательно, если в его машине кто-то был: какие-то барышни, друзья или клиенты. Всегда делал это помпезно и ждал восхищения людей. Он знал, какая будет реакция, но все равно тешил себя их восторгом. Это была своеобразная шоу-терапия, что тоже было у него в крови. Святослав всегда любил сцену и театральные действия, и когда мог себя проявить, – а надо отметить, что проявить он себя мог ежеминутно, – он всегда это делал.

*Если ты можешь помочь всем, значит, возможно, ты умеешь ходить по воде?.. Но тогда твое имя будет несколько иным. Может быть, Святослав не считал себя Мессией, но считал себя лучшим среди равных.*

Святослав, зная все грани своих возможностей, никогда не тратил время на ухаживания за женщинами, он просто их брал. Что такое конфетно-букетный период, он даже не предполагал, в его понимании это было лишнее. Если какая-то дама проявляла к нему даже мимолетный интерес (а это ему всегда было видно) и если он тоже ощущал интерес к ней – их интимные отношения начинались в тот же день, абсолютно всегда. И продолжались ровно столько, сколько он сам этого хотел, поскольку женщин он

предпочитал менять как перчатки. Никогда не удерживал возле себя ту, которая свою роль уже для него отыграла. Он не был семейным человеком, предпочитал свободу общения, свободу жизни, свободу творчества. Свою профессиональную работу он называл именно творчеством.

Когда-то ему предлагали стать дрессировщиком. Он в свое время прочитал методику великого дрессировщика Дурова, который на самом деле, как и он сам, был великим гипнотизером. Святослав усвоил этот метод и начал применять его в своей работе, а также в жизни. Святослав, работая по методу Дурова, программировал человека через действия, которые совершал как бы сам. Например, Святослав очень любил спорить с приятелями о том, что некий человек выполнит некое действие, даже не думая об этом. Все знают, что он опытный гипнотизер, но одним из условий спора было то, что Святослав не будет входить ни в какой контакт с человеком, а просто посмотрит ему в глаза – это был его конек. Святослав в течение минуты смотрел в глаза человека и проникал через левый глаз глубоко в мозг подопытного. Продолжая находиться там, смотрел на мир уже его глазами и представлял, как выполняет некое действие, например идет на кухню, наливает чай и приносит Святославу. Дальше он внутренне давал команду к действию, и человек подневольнo шел, наливал чай, приносил. Это приводило его оппонента в дичайший восторг. В то же время сам подопытный даже не мог описать: зачем он это сделал? Люди вспоминали лишь некий порыв: «Захотелось и все».

Этот метод Святослав применял как в быту, так и на работе. В свое время он даже умудрялся выигрывать деньги в спорах. Конечно, этот метод нельзя было применить в рулетке или карточных играх, поскольку за это могли очень сильно наказать, тем более что все

знали, кто он такой. Но в каких-то бытовых ситуациях он не гнушался по мелочи подзаработать. Более того, он даже иногда «просил» таким методом своих соседей купить ему продукты, поскольку ему было лень выходить из дому в плохую погоду.

Надо отметить, что и все его женщины с большим удовольствием всегда готовили ему завтраки, обеды, ужины, убирались, стирали и т. д. Постоянно держали его дом (неожиданно для самих себя) в полнейшем порядке, не зная, в чем причина такого их поведения. Его подруги испытывали непреодолимое желание постоянно пребывать в заботе о нем. Святослав же считал, что женщина для того и придумана, нечего ей бездельничать.

Никаких романтических чувств он к ним не испытывал, впрочем, это не мешало ему быть профессионалом высочайшей категории и быть успешным психотерапевтом. Он успешно кодировал людей от алкогольной зависимости, игромании, от очень многих зависимостей и фобий, список его пациентов был очень широк. Люди могли ждать его приема по полгода, чтобы попасть к нему, могли пойти на любые ухищрения. Годы успешной работы настолько убедили Святослава в его вседозволенности, в его исключительности, что один мимолетный случай перечеркнул все, что было до этого.

## На каждого хитреца довольно простоты

Как-то вечером он решил прогуляться пешком с работы, хотя обычно доезжал на такси. У него была своя дорогая машина, но на работу и с работы он предпочитал ездить на такси, поскольку зачастую по дороге читал свежую прессу. Финансы позволяли ему ездить на такси, более того, у него был «свой» водитель. Впрочем, их «любовь» была обоюдна: у водителя всегда была работа с постоянным клиентом. Таксопарк держал машину, выбранную Святославом, в чистоте и порядке. Святослав был единственным клиентом, кому даже разрешали в этой машине курить, хотя все салоны в парке были «не курящие».

И вот в один из вечеров июля, который выдался на удивление теплым, Святослав решил не брать водителя, а прогуляться до дома пешком. Путь был недлинным, за полтора часа он мог спокойно пешком дойти до дома. Дорога пролегла мимо большого лесопарка, коих в Москве предостаточно, что радовало гипнотизера, поскольку он любил деревья. Шел неспешно. Уже темнело, погода была нежаркой, хоть и безветренной.

Посередине лесопарка Святослава догнали трое молодых людей. Они вежливо попросили у него закурить. Святослав, не предполагая подвоха, протянул пачку сигарет, но молодой человек выхватил ее и положил к себе в карман. Святослав напрягся, сфокусировался и понял, что молодым людям нужны не сигареты:

- Что вы хотите, молодые люди? - спросил он привычным твердым голосом.

- Чтобы ты, козел, вынул все свои деньги, отдал их нам и шел дальше.

Святослава это наглое заявление не смутило, он привычно вошел в игру - начал устанавливать гипнотическую связь и делать внушение вожаку, предводителю хулиганов, о необходимости извиниться, вернуть сигареты и идти своей дорогой. Святослав был настолько уверенным в себе профи, что не учел факт того, что встретился с совершенно маргинальными элементами, которые были в состоянии хронического то ли алкогольного, то ли наркотического опьянения... Его гипноз не возымел никакого действия. В следующую секунду Святослав получил сильнейший удар кулаком в челюсть и оказался в нокауте. Когда он пришел в себя, двое молодых людей вытряхивали из карманов деньги, а третий вытягивал его дорогой ремень. Сняли и его дорожные часы.

Он предпринял вторую попытку наладить связь, попросил секундочку их внимания, это привело хулиганов в дикий восторг. Они присели на корточки и стали слушать речь жертвы. Святослав привычным жестом начал вводить хулиганов в транс, что привело их в еще больший восторг: они принялись азартно и методично бить его ногами. Избив жертву до полусмерти и обобрав его до ниточки, они удалились восвояси. Святослав пролежал без сознания несколько часов и был найден собачником, который в 5 часов утра привычно выгуливал свою овчарку в этом парке. Вызванная «скорая» доставила его в отделение реанимации, где он пробыл довольно долго с закрытой черепно-мозговой травмой, ушибом мозга и многочисленными переломами.

Но не травмы так обеспокоили его, а то, что он не смог ничего поделать. Для него это было нечто невиданное. Он впервые испытал свое бессилие и полнейшую незащитность. Может быть, он и не считал себя никогда богом, но он видел себя властителем душ людских. Он был настолько уверен в своей власти над



всеми людьми, что произошедшее ввергло его в страшную депрессию, которая сменилась невозможностью работать, поскольку каждый пациент, который должен был прийти к нему, вводил его в дичайший страх. Сам факт, что это может повториться, ввергал его в лютый животный страх, который даже переходил в настоящие панические атаки – с судорогами и повышением артериального давления. Святославу пришлось отказаться от своей работы и уйти в длительный отпуск.

Усугубляло ситуацию то, что Святослав был настолько эгоистичен и горделив, что признаться своим коллегам и прибегнуть к их помощи он не решался. А причины на то были. Он нередко унижал своих коллег, не обладающих таким, как у него, талантом, называл их неудачниками. Это было несправедливо, поскольку в истории каждого врача есть неудачи, и это нормально – ведь нельзя всем помочь. Если ты можешь помочь всем, значит, возможно, ты умеешь ходить по воде?.. Но тогда твое имя будет несколько иным. Может быть, Святослав не считал себя Мессией, но считал себя лучшим среди равных. И одна мысль о том, что ему придется стать пациентом тех, кого еще недавно он унижал, не стесняясь в выражениях, тоже приводила его в ужас. Он примерял те свои унижения уже на себя. Представлял, как будут смеяться над ним... Это усиливало состояние депрессии и не давало возможности найти выход, что в конечном счете приводило к панике уже в прямом смысле слова.

Ведь, кроме гипноза, по сути, он не умел ничего. Он даже не знал, как заменить лампочку – ведь можно было просто заставить это сделать кого-то другого.

## Терпение шамана

Слушая рассказ Святослава, Арамаан погрузился в воспоминания своей юности. Когда он только начинал изучать гипноз, с ним произошел удивительный, почти анекдотичный случай. Святослав напомнил ему его учителя по гипнозу – уважаемого человека, профессора, полковника медицинской службы, которому на тот момент было уже около 70 лет. Он также был доктором наук и очень уважаемым человеком. На одном из занятий они проходили тему обезболивания методами гипноза. Профессор намеренно не говорил о том, что он будет делать, но попросил добровольца выйти.

Любознательный Арамаан вышел, и профессор начал с ним работать, вводя его в глубокий транс. Арамаан не сопротивлялся и, позволяя ввести себя в транс, с большим кайфом погружался в стадии, уходя все более и более глубоко. Профессор давал ему установки, что он не ощущает свою правую руку, что его рука выглядит как кусок льда, прозрачного льда – без ткани и нервов, без кожи, без всего. Арамаан легко входил в транс и с большим внутренним удовлетворением наблюдал, как холодеет его рука, как он перестает ее ощущать...

Профессор продолжал внушение, давая Арамаану установки, что тот слышит только его голос, подчиняется и выполняет только его команды. Что не реагирует на внешний мир и продолжает выполнять только его команды. Профессор упустил лишь один момент – Арамаан, находясь уже в глубоком транс, добровольно подчиняясь только командам профессора, не слыша ни шорохи, ни голоса других людей, тем не менее обонял по-прежнему хорошо. Вдруг он резко, отчетливо ощутил запах спирта, которого раньше не

было в этой комнате. Если бы этот запах был привычным, все бы прошло нормально. Но в этот момент все пошло не так. Резкий запах спирта вывел Арамаана из транса. Арамаан открыл глаза и увидел перед собой ватку со спиртом и громадную иглу. В этот момент Арамаан понял, что сейчас будут протыкать его руку. Вид большого шила привел его в дикий ужас, но одновременно он понимал, что еще 20 человек смотрят на это действие, и если сейчас он закричит от боли, то подведет профессора, и весь его авторитет упадет.

Арамаан всегда уважал труд других людей, поэтому ему нужно вновь ввести себя в транс. Он понимал, что на это у него нет времени, поскольку профессор, увлеченный действием, смотрел на группу и медленно подносил шило к его руке. Арамаан понимал, что времени уже нет и меньше чем через секунду игла проткнет его руку насквозь. Будет очень больно. Единственное, что смог Арамаан – это сделать мимолетное внушение, которое звучало так: чем больнее, тем приятнее. В этот момент шило пронзило насквозь его руку. К своему удивлению, Арамаан не ощутил боли. Он не был уверен, что эти ощущения были приятными, но они не были болезненными. Более того, он так и не смог потом себе описать эти ощущения. Но, слава богу, дикой боли не было. Никто ничего не заметил. Удивительным для профессора было только одно: когда он вынул шило, из руки Арамаана обильно потекла кровь. Такого не должно было быть: когда делается обезболивание путем гипноза, происходит и остановка кровотечения. Сосуды удивительным образом реагируют на гипноз, сужаясь максимально, и кровотечение либо не происходит вовсе, либо оно минимально. Ведь этот метод и применяют в гипнозе именно для остановки кровотечений. Артериальное кровотечение остановить таким образом нельзя, но венозное легко поддается купированию. Впрочем,

расспрашивать студента профессор не стал. Кровь была остановлена, а занятие продолжилось.

В дальнейшем Арамаан благодарил этот день за колоссальный опыт самовнушения и ментальных установок, который он получил и использовал дальше в своей практике. Иногда, когда он неудачно падал, спотыкался обо что-то или ронял себе на ноги тяжелые предметы, что тоже бывало, как у всех, он применял данную установку, и всегда успешно. Еще Арамаан для себя отметил, что если ты делаешь какую-то гипнотическую установку, надо учитывать абсолютно все факторы, которые могут повлиять. Ведь малейшее непродуманное действие может вывести даже из очень глубокого транса. Запах спирта, который является резким раздражителем, как мощный стимулятор привел Арамаана к такому неожиданному, но очень поучительному опыту.

## Гипнотизер в трансе

Арамаан с большим удовольствием вспоминал свой пережитый опыт, и его лицо застыло в нелепой улыбке. Впрочем, Святослав ничего не заметил. Арамаан впервые совсем не перебивал собеседника, поскольку его случай был очень интересен. Хотя шаман уже наперед знал, в чем окажется причина, и уже готов был дать пациенту все рекомендации – все равно он продолжал слушать, позволяя человеку выговориться. Когда Святослав закончил свой рассказ, Арамаан спросил неожиданно:

- А что же происходит с вашим кишечником?
- Да, как раз с того момента у меня начались большие проблемы с этим делом...
- Ну что же, неудивительно.
- Почему неудивительно? Очень даже удивительно, никогда у меня проблем не было.
- Но и с вашей работой тоже никогда проблем не было. Всегда что-то бывает впервые, – безо всякой иронии спокойно ответил Арамаан.
- Странно, странно. Я не могу это связать.
- Ну и что же? Тем не менее это связано.

Арамаан описал Святославу, в чем причина его проблем с пищеварением. Дикий животный страх сковывал тело Святослава, приводя к спазму кишечника. Нарушение перистальтики, моторики и появление проблем с пищеварением – серьезная вещь. Святослав никак не мог связать одно с другим, но объяснения Арамаана навели его на мысль, что, несмотря на то что он врач, он мало понимает систему организма в целом.

*Сосуды удивительным образом реагируют на гипноз, сужаясь максимально, и кровотечение либо не происходит вовсе, либо оно минимально. Этот метод применяют в гипнозе для остановки кровотечений.*

Арамаан долго просто беседовал со Святославом. Этот человек был крайне интересен для шамана с точки зрения большого врачебного опыта и массы знаний. Но время шло, и Арамаан потихоньку переходил к прямой работе: все больше и больше погружая самого гипнотизера в транс, незаметно для него. И когда Святослав уже пребывал в неглубоком трансе, Арамаан начал давать ему первые установки. Они вместе вошли в память

Святослава и погрузились в момент нападения. Арамаан спросил у Святослава:

- Что бы ты сделал, чтобы эта ситуация пошла по-другому?

- Я бы сделал другую установку. Возможно, я не ввел их в необходимую степень погружения, для того чтобы начать внедряться и управлять действиями нападавших...

- А ты уверен, что нет другого пути?

- Я не знаю, какие другие пути могут быть.

- Это очень хорошо. А почему ты не знаешь?

- Потому что я знаю, что я всегда могу управлять действиями человека.

- Это очень хорошо. Но в данном случае я вижу, что не всегда ты можешь управлять, не всегда твои профессиональные навыки помогают.

- Но что же делать? Я тогда не знаю выхода.

- Вот. Это и является корнем твоей проблемы. Ты не знаешь, что делать, если не можешь применить свой излюбленный, привычный метод. Ты выработал стереотип, который не позволяет тебе мыслить шире и

выйти за рамки своей профессиональной деятельности. Ты начал проецировать свои профессиональные навыки. Твой образ мышления начал сильно ограничиваться. На самом деле твоя проблема произошла задолго до этого случая. А удар тебе был дан, чтобы в будущем предотвратить еще более тяжелую ошибку.

*Профессионализм заключается не в том, чтобы избегать ошибок, а в том, чтобы их не бояться. Именно это делает профессионала еще более сильным, позволяет развиваться и выходить за рамки предыдущих знаний.*

Святослав наконец-то понял, о чем говорил Арамаан. Поскольку он пребывал в неглубоком трансе, его мышление было свободнее, и он мог анализировать слова шамана. Шаман продолжил:

- Скажи мне, мог ли ты убежать от них?
- Да, возможно, мог. Они были пьяны и вряд ли бы догнали меня.
- Очень хорошо. Почему ты этого не сделал?
- Но я думал...
- Хорошо, что ты думал. Но ты уже понял, что был неправ. Сейчас мы можем повторить эту ситуацию. Что ты сделаешь?
- Да, я убегу.
- То есть ты говоришь, что уже не ограничен своей уверенностью в том, что тебе подвластны все люди?
- Да, я это уже понимаю.
- Очень хорошо.
- Нет, это не хорошо, а очень плохо. Я же не могу убежать от своих пациентов.
- А зачем тебе от них убежать? Ты с ними работаешь.
- Но если попадется такой, кому я не смогу помочь? Это же стыд, это позор, тень на всю мою карьеру!

- Подожди-ка, это говорит мне человек, который на данный момент вообще не может работать?

- Нет, я могу работать.

- Но как же? Ведь ты пришел ко мне с запросом о том, что страх мешает тебе работать.

- Вообще да, но сейчас я понимаю, что я уже могу работать.

- Что тебе мешает начать работать?

- Вот именно это: а если **я** не помогу кому-то?

- Ну что ж? А кто тебя обязывает помогать всем?

- Но раньше я помогал всем.

- Нет, ты не всем помогал.

- Нет, всем.

- Нет, я настаиваю.

- Но как же так?

- А вот так. Просто тебе не попадались люди, которым ты можешь не помочь.

И как раз в твоей практике, за пределами твоего кабинета, произошел случай, который тебе показывает, что ты не всемогущ.

Ты лишь обычный врач - пускай опытный, пускай знающий, но всего лишь обычный.

- Да, но я уже не буду настолько уверен в себе...

- И это хорошо, - прервал Арамаан.

- Но чем же?

- Это хорошо тем, что дает тебе свободу выбора. Если ты не можешь помочь человеку, ты просто скажешь ему об этом и не будешь пытаться принуждать его к чему-то.

- Возможно, ты прав, - и Святослав погрузился в длительные размышления.

Беседуя с Арамааном, Святослав сделал для себя одно из величайших своих открытий: даже самый сильный профессионал совершает ошибки. Но профессионализм заключается не в том, чтобы избегать этих ошибок, а в том, чтобы их не бояться. Именно это



делает профессионала еще более сильным, позволяет развиваться и выходить за рамки предыдущих знаний. Святослав уже не боялся той травмирующей ситуации, он благодарил ее. Благодарил и Арамаана, который позволил ему увидеть ситуацию не трагедией, а колоссальным жизненным опытом. Дорогим опытом, полученным им в тот день и позволяющим спроецировать новое знание на свою профессиональную карьеру.

## Кураж пропал

Встреча с шаманом многое изменила в жизни гипнотизера: он перестал театрально демонстрировать гипноз. Вернувшись домой, Святослав вообще перестал применять гипноз в бытовой сфере. Он уже не устраивал перед друзьями представления, не пытался никем манипулировать. Он вдруг понял, что профессионал всегда работает четко и тихо. А самый большой профессионализм в том, чтобы твою работу никто даже не видел, но все ее ощущали. Ведь он, конечно же, увидел, как Арамаан четко и тонко, просто в беседе снял его комплексы, всего за одну встречу. Он понимал, что это была не работа психолога, даже не работа гипнотизера. Святослав лишь понял, что это была работа сверхпрофессионала, которая позволила ему увидеть и принять свои ошибки. Но этот метод Святославу не изучить: каждому – свой дар.

Святослав задержался на несколько дней, чтобы погулять по городу Якутску, познакомиться с культурой и традициями северной страны, а заодно подлечить свой желудочно-кишечный тракт. Больше они с шаманом не виделись. Но Арамаан всегда был уверен, что Святослав обрел новую грань свободы профессионализма и человечности. Он всегда вспоминал этот случай с особой теплотой, и на его лице была легкая улыбка. Арамаан был уверен, что своей работой «через» Святослава он принесет пользу многим пациентам.

## Не сжигайте свой кишечник

При работе с желудочно-кишечным трактом, при очищении его от страхов Арамаан всегда советует избегать употребления огненных продуктов, разжигающих пламя внутри тела. В питание следует добавлять клетчатку, но избегать сырых овощей и фруктов. В течение 10-14 дней употреблять лишь вареные продукты, без специй, сильных приправ, соли, сахара. Абсолютно нейтральные продукты, которые очищают желудочно-кишечный тракт, активируя моторику и движение крови в малом тазу. Также следует активно, но не резко двигаться, это усиливает лимфодренаж в области малого таза и дополнительно стимулирует очищение кишечника. Подобные диетические и динамические процедуры Арамаан рекомендует проводить два раза в год: перед началом зимнего сезона и в конце весеннего сезона, в конце ноября и в начале мая – соответственно.

Помимо регулярных чисток организма очень важно найти своего врача. И даже если вы считаете, что все врачи бездари, все равно есть *тот* врач, который максимально поймет вас и будет вашим спутником на протяжении всего вашего жизненного пути. Этому человеку вы можете полностью довериться и время от времени посещать его для регуляции своей жизнедеятельности, как на уровне органов и тканей, так и на уровне душевной организации.

*Очень важно найти своего врача. И даже если вы считаете, что все врачи бездари, все равно есть тот врач, который максимально поймет вас и будет вашим спутником на протяжении всего вашего жизненного пути.*

Ведь душевная организация – это первый и высший уровень, с которого начинается тело. Тело неотделимо от души. Если у человека есть душевные тревоги – всегда его тело тоже будет страдать. И тогда таблетки точно не помогут или не принесут долговременного результата. Поэтому и едут со всех городов и весей люди к настоящим врачевателям тела и души.



*Душевная организация – это первый и высший уровень, с которого начинается тело. Тело неотделимо от души. Поэтому и едут со всех городов и весей люди к настоящим врачевателям тела и души.*

# Кукловод



## Одна дома в Новый год

Эта история началась в конце декабря 1994 года, когда в Ленинградской области молодая женщина встречала Новый год одна. И это был далеко не первый Новый год, который ей приходилось встречать в одиночестве. Будучи глубочайшим интровертом, Элеонора никогда не имела друзей, все молчаливо считали ее занудой. Никто не знал, что мир Элеоноры был ярким и интересным, он был намного разнообразнее, чем у всех ее подруг. Но все это она не могла выразить словами, да и не хотела. При всей огромной потребности в общении она не могла его получить, ведь многообразие ее внутреннего мира абсолютно не соответствовало банальным темам разговоров и всему ее внешнему окружению.

Несмотря на то что Ленинградская область большая, Элеонора не смогла найти там себе подходящего места. С работой и образованием у нее было все нормально, но, будучи интровертом, она не умела наладить никакое общение. Возник сильнейший диссонанс между ее настоящей потребностью и полнейшим отсутствием взаимопонимания с окружающими. Окружающим было просто неинтересно с ней. Но и ее не интересовали те вещи, которые целыми днями обсуждали другие. Она была абсолютно индифферентна к одежде, обуви, аксессуарам и другим модным вещам, к клубам, и вообще такое понятие, как тусовка, для нее всегда предполагало выезд на природу, поход, может быть, единение небольшой группы людей с природой, но никак не шумные вечерники, где она себя ощущала абсолютно одинокой. И чем больше было людей, тем дискомфортнее ей становилось в этом окружении.

Тем не менее, рано осиротев, Элеонора помнила, что Новый год – это праздник, на который всегда приходят друзья и близкие люди. С каждым годом одинокая встреча Нового года для нее становилась все большей проблемой, потому что ее никто не ждал, ее даже никто не приглашал. А на все ее попытки куда-то пойти и даже напроситься к кому-то она получала вежливый, но твердый отказ под разными предлогами. По тем же причинам никто не желал идти к ней в гости, поскольку Новый год все считали шумным веселым праздником, а с Элеонорой всем было скучно. Не то чтобы она держала обиду на кого-либо, она понимала, что в силу своего сложного характера и оторванности от социума она неинтересна людям, но это нисколько не умаляло ее громадной потребности в социуме.

## **Куклы так похожи на людей...**

Итак, 31 декабря 1994 года она сидела в своей комнате, смотрела телевизор и тихонечко плакала от того, что уже много лет не может найти свой мир. Устав плакать, она начала бродить по комнате и наткнулась на старый альбом с фотографиями. Элеонора машинально взяла альбом, стала пересматривать снимки. Затем она перевела взгляд на дальний угол, где в коробке лежали старые-старые заброшенные куклы, которые она уже много лет не вынимала и не трогала. Обладая от природы богатой фантазией, она отметила, что куклы чем-то похожи на людей с фотографий. И, забыв про то, что она плакала минуту назад, Элеонора нашла себе дело, забавную игру. Впрочем, для нее это было вообще характерно. Она умудрялась по пути на работу сочинить песенку или поиграть в диалоги. Поскольку ей не с кем было говорить, она всегда говорила сама с собой, но через целую группу персонажей, которые в ее голове разыгрывали интереснейшие жизненные спектакли.

Элеонора вынула фотографии из альбома, рядом рассадил куклол и стала внимательно смотреть, какая из куклол с какой фотографией схожа. Через пять минут все куклол сидели напротив фотографий разных людей. Элеонора даже удивилась, что куклол оказались так похожи на лица с фотографий. Там были фото разных лет: ее родственники, их старые друзья, знакомые и ее одноклассники... Элеонора была поражена: насколько куклол напоминают ей этих людей! Через минуту она поразилась еще больше, когда одна из куклол потянулась к фотографии. «Не может быть! – подумала Элеонора. – Наверное, я схожу с ума». С ужасом и в холодном поту она выбежала на кухню. Постояв на



кухне, она решила пойти прогуляться. В считанные минуты она уже была одета и выбежала на улицу.

На улице она встретила множество довольных людей, веселых компаний, спешащих за праздничными покупками и в алкогольные магазины. Элеонора еще больше приуныла и вернулась домой. Приняв свою странную участь, она вернулась в комнату и продолжила игру. До Нового года было еще полдня, был еще даже не вечер. Она приготовила традиционный салат оливье на одну персону, но на всякий случай поставила еще несколько тарелок на стол, сервировала его и продолжила игру с куклами.

*Есть нечто, невидимое нами, но незримо всегда присутствующее в нашем мире. Это некий параллельный мир, но он неотделим от нашего мира, как мы неотделимы от родителей или наши дети неотделимы от нас.*

Ей в голову пришла очередная фантастическая идея: если кукла так сильно потянулась к фотографии, значит, она хочет слияния с этой фотографией... Элеонора машинально взяла куклу в правую руку и, совершенно не понимая, что она делает, в левую взяла фотографию и начала медленно соединять их. Не профессиональным, но интуитивно верным движением она соединила два разных мира, войдя при этом в глубокий транс, в который раньше никогда не входила. Через некоторое время она ощутила полнейшее слияние куклы и фотоснимка: она уже даже не могла отличить, где кукла, а где фото. Более того, посмотрев на фотографию, она пришла в ужас: человек, изображенный на ней, стал словно прозрачный. В то время как кукла приобрела какой-то живой облик этого человека. Элеонора даже могла отличить морщинки на

лице куклы, которых раньше не было и в принципе быть не могло...

Сначала Элеонору это безумно напугало, но она взяла себя в руки и поняла, что сегодня, 31 декабря 1994 года, для нее открылся абсолютно новый мир, которым она может управлять. В который она может играть и быть внутри этого мира счастливой, не полагаясь на людей, от которых она так далека. Те же действия, но уже преднамеренно она проделала и с другими куклами, соединяя их одну за другой с фотографиями. Но тут возникла некоторая загвоздка – некоторые куклы никак не хотели соединяться. Тогда Элеонора отложила их и продолжила уже становившуюся увлекательной для нее игру.

Соединив три куклы с тремя фотографиями, Элеонора вернулась к тем куклам, которые не хотели соединяться. И тут она обратила внимание, что на самом-то деле причина была в том, что она неправильно их расположила: если поменять между собой местами фотографии или куклы, то пазл начинал складываться. В тот момент она подумала, что для каждого человека есть своя кукла, просто надо сфотографировать его, подобрать под него куклу, а потом можно соединить одно и с другим и получить живую куклу.

В тот момент Элеонора даже не могла догадаться, какую сильную магическую вещь она делает и к чему это приведет... Ей казалось это увлекательнейшей игрой и спасением от одиночества. Не будучи подкованной в эзотерике, магии или парапсихологии, Элеонора не могла предположить то, что совершенно интуитивно провела один из самых сильнейших ритуалов соединения психоэнергетики человека и неживого объекта, да еще и отождествление неживого объекта с живым человеком.

Обычный человек никогда не сможет проделать это действие. Для него необходимы либо богатейшие знания

и опыт занятия парапсихологией, энергетикой и ритуалами. Либо мощный природный дар и интуиция, что, собственно, и было щедро дано Элеоноре от природы. Хотя она об этом даже не могла и подумать. Только потом, спустя много лет, она поймет, что дар у нее всегда был, что и раньше она иногда прибегала к нему, даже не понимая и не осознавая этого.

Собрав и «оживив» пять кукол, Элеонора рассадила их вокруг себя за стол, положила им салатик в тарелочки, удобно устроившись, зажгла праздничные свечи и начала ждать Новый год. При этом она вслух говорила со своими «гостями», призывая их ярко отметить эту ночь в такой милой небольшой компании: пять кукол и их новая подруга... Элеонора в тот момент была как-то невероятно счастлива, обретя друзей, хотя даже и не предполагала, что Новый год повернется таким образом. Не могла она и предположить, к чему в дальнейшем это приведет, насколько опасно это развлечение. Не стоит винить ее в этом, ведь все это было неосознанно, как детская игра. Законы магии, как и законы физики, для нее были чем-то далеким. Она даже не верила, что есть нечто, невидимое нами, но незримо всегда присутствующее в нашем мире. И пускай это будет некий параллельный мир, но он также неотделим от нашего мира, как мы неотделимы от родителей или наши дети неотделимы от нас.

## Праздник для Элеоноры

Элеонора не задумывалась над тем, что в этот момент происходит с живыми людьми, фотографии которых она взяла. Ей и в голову не приходило, что что-то с ними может происходить. А все люди находились недалеко от нее. Один в самом Петербурге, другие – на окраине Петербурга, довольно близко от поселка, в котором жила Элеонора. И с этими людьми происходили неописуемые вещи: все пять персонажей, перенесенных с фотографий на куклы, не находили себе покоя. Их мелко трясло, у двоих поднялась температура. Все они ощущали присутствие каких-то других людей рядом с собой, одновременно себя они ощущали будто бы находящимися вне своих домов, вне своих квартир, совершенно в другом месте, в котором они никогда не были и не видели его... В результате праздник для них был испорчен, психика начала страдать: ощущение пребывания в параллельном мире не покидало и вызывало панику.

Элеонора этого знать не могла. Сейчас она была счастлива своей «игрой», в которой были друзья, настоящий праздник с салатом, телевизором и веселой компанией. Пускай эти люди в реальности никогда не были ее друзьями, но теперь-то они могли ими стать! Ведь это зависело уже не от них, а только от ее желания. Это было самое плохое, что могла сделать Элеонора. В ее понимании это был ее воображаемый мир, который она придумала, но колоссальный талант, которым ее одарила природа, позволил сделать этот воображаемый мир реальным и повлиять на события чужих жизней. Элеонора, конечно, знала, что якобы есть люди, которые могут влиять неким невиданным образом на события реальности или на других людей...

Но считала это вымыслом или шарлатанством. Она даже не могла предположить, что входит в число как раз таких людей. Ведь для нее это было каким-то чудом, чем-то, что никогда не может случиться с ней. Кто эти люди? Может быть, такой Ванга была, может, Чумак, Кашпировский, Джуна... Может, они какие-то особенные, и то не факт... Но в любом случае, таких людей очень мало, и они изначально необычны, не чета ей.

Так Элеонора впервые испортила праздник пяти людям. В дальнейшем она ломает судьбы еще многих. Но это будет потом, а пока она счастлива и даже не предполагает, что она делает на самом деле и к чему это может привести. К полуночи праздник был в полном разгаре. Элеонора уже успела изрядно поднабраться шампанским, улыбка не сходила с ее уст, она танцевала, брала в танец своих кукол, кружила их и подбрасывала... А в этот момент у реальных персонажей этого «праздника» начиналась истерика, головокружения и приступы немотивированного страха. Ведь они ощущали, как некие руки буквально подхватывают их и уносят не пойми в какую даль. Панические атаки охватывали по очереди всех так неудачно когда-то сфотографировавшихся людей.

Праздник Элеоноры и ее друзей закончился в половине пятого утра первого января 1995 года. В этот же момент закончился ад, который происходил в домах людей, с которыми она играла. Закончился он инфарктом у одного человека и помешательством другого. Еще двое оказались в отделении реанимации с сердечным приступом и сильнейшим гипертоническим кризом. Лишь один человек, самый молодой из этой компании, выдержал, точнее, скажем так, его психика еще выдержала. Молодой человек закончил эту ночь глубочайшим алкогольным опьянением, поскольку страх настолько сковал его тело, что он прибегнул к

проверенному опыту – обильному возлиянию крепкими спиртными напитками, что, может быть, его на тот момент и спасло.

## Новые куклы Элеоноры

Элеонора проснулась в начале четвертого часа дня первого января в полнейшем восторге и прекрасном расположении духа. Единственное, что спасло от гибели тех пятерых – то, что желание играть у Элеоноры приобрело масштабы намного большие, чем пять человек. Элеонора поняла, что она хочет значительно расширить свой круг друзей, но для этого она должна познакомиться с новыми людьми. И к сожалению, ей необходимо будет отложить на время ее вчерашних друзей, для того чтобы она смогла уделить время новым.

Небрежно положив кукол на полку, Элеонора пошла гулять. Погуляв пару часов, она вернулась, приготовила себе ужин и, сладко поужинав, принялась искать новые куклы. Богатый выбор плюшевых игрушек в виде зайчиков, мишек и прочей живности не подходил Элеоноре, поскольку никоим образом не напоминал ей живых людей, с которыми она могла бы «дружить»: вести беседы и, сама того не понимая, изменять их реальность. Быть проводником в их жизнь новых жутких проявлений своей бесконтрольной силы. С досадой обнаружив, что не так много игрушек осталось в ее доме, она начала мастерить куклы сама, взяв в руки вязальные спицы и пряжу. К вечеру у Элеоноры были три великолепные новые куклы. Она была несколько удивлена тем, как ловко она сотворила кукол, и тем, что эти куклы, сделанные ею вручную, были намного больше похожи на реальных людей, чем те, с которыми она играла накануне.

«Забавно, – подумала Элеонора, – но кто же все эти люди?» И она, достав с антресолей старые альбомы, начала судорожно вынимать оттуда все фотографии

подряд и сравнивать их с новыми куклами. Через 25 минут претенденты были выбраны. Отбракованные фотографии она небрежно сложила в пакет, не собираясь тратить время на упаковку их обратно в альбомы, и кинула в угол. Обычно она бережно хранила фотографии, но сейчас ей было не до этого. Она обрела новый мир. К 21 часу куклы «ожили», и это было настолько феерично и увлекательно, что Элеонора пришла в неопишуемый восторг. Она захотела открыть бутылку шампанского, но обнаружила, что в доме его уже нет. Сама того не заметив, весь объем спиртного, который был у нее в доме, она употребила на празднике встречи Нового 1995 года.

- Что ж, будем пить чай! - сообщила Элеонора куклам. - Сегодня, друзья мои, алкогольной вечеринки не будет, танцы отменяются, будем сидеть и разговаривать.

Она рассадилась «друзей» напротив себя, включила телевизор и начала обсуждение вечерних новостей со своими великолепными новыми собеседниками. Если бы Элеонора знала, что происходит в этот момент с людьми в реальном мире, ее бы охватил страх, уж она-то точно себе такой участи не желала. Странные голоса, которые приходили в головы трем людям и буквально сверлили их черепа, приводили их в дикий ужас. Слов они понять не могли, слышали лишь голоса. Но что они говорят, о чем и почему? Они судорожно выключали все бытовые приборы, бегали из комнаты в комнату, пытаясь найти источник этих голосов, но все было тщетно. Ведь источник был очень далеко от них, но одновременно настолько близко, что они и предположить не могли. Скажи им кто-то, что они являются куклами и кукловод играет с ними так, как хочет, - они бы сочли его сумасшедшим.

Элеонора обратила свой взор на одну из кукол, вспомнив, что это ее соседка по парте, с которой они



учились в школе, наверное, это был единственный человек, с кем у нее были хоть какие-то приятельские отношения. Иногда они беседовали во время прогулок, ведь их дома были недалеко друг от друга и они часто ходили в школу вместе. Элеонора уделила все внимание своей подруге. Она взяла ее и пошла на кухню:

- Пойдем, дорогая, нам есть что вспомнить. А вы, друзья, извините, но придется вам лечь спать, уже поздно. Возможно, вчера вы так же, как и я, перебрали немножко, а теперь вы будете спать, а нам с подругой есть что обсудить.

Всю ночь Элеонора вспоминала с «подругой» свою школьную жизнь и то, как прекрасно было, когда они ходили домой вдвоем. Но прекрасно было только Элеоноре.

*Есть нечто, невидимое нами, но незримо всегда присутствующее в нашем мире. Это некий параллельный мир, но он неотделим от нашего мира, как мы неотделимы от родителей или наши дети неотделимы от нас.*

Ирине в этот момент было очень плохо. Она не понимала, почему она судорожно вспоминает школьные годы, что ее могло на это толкнуть. Ведь школу она ненавидела и уже много лет как забыла и думать о ней. А главное, что она не могла понять: почему она бесконечно думает об Элеоноре? Но это было еще полбеды. Ее мысли были настолько реальны, что она себя ощущала там - то на школьной скамье, то на прогулке, то у родителей Элеоноры, то они опять вдвоем... И все время они были вдвоем с Элеонорой! «Что это? - подумала Ирина. - Неужели я схожу с ума? Почему она? Мы не виделись очень много лет. И зачем? Зачем мне это?»

Ирина накапала себе валокордина, выпила лекарство и попыталась лечь спать. Но не тут-то было! Ведь их праздник был в самом разгаре. Впрочем, Элеонора в этот момент ощутила стойкий запах валокордина. «Странно... Почему так пахнет? Что это? Валерьянка? Нет, не валерьянка...» Принюхавшись, Элеонора так и не поняла, чем пахнет, открыла холодильник, не нашла ничего, что могло бы напоминать этот запах, и забыла о нем.

В этот момент Ирина налила себе вторую порцию валокордина. Эта ночь была самая тяжелая в психологическом плане для Ирины. Ничего подобного ранее она не испытывала. Она была натурой тонкой, и ее чувствительность была очень высока. Выпив весь запас валокордина, что был в холодильнике, Ирина, похоже, отравилась - она впала в беспамятство. Но мысли и тут не покидали ее. Ирина смогла ощутить некую свободу лишь тогда, когда Элеонора закончила свою «дружескую беседу» и легла спать.

Перед тем как заснуть, Элеонора ощутила потребность вживую увидеть Ирину.

## Встреча подруг

Утром в голове Ирины творился тихий ужас. Она четко ощущала непреодолимую потребность встречи с Элеонорой. «Зачем мне это?» – думала она. Но логика в этот момент проигрывала. Была потребность, и настолько сильная, что затмевала все остальное, что было в ее голове. «Где же я ее найду?» Первым делом Ирина начала судорожно искать свою телефонную книгу. Найдя ее, она было обрадовалась, но телефона Элеоноры там не было. «Что же делать? Что делать? Стоп! А что я делаю? Зачем мне вообще это надо?! Стойте! Зачем она мне нужна? Я даже не помню, как она выглядит и что она вообще значит в моей жизни. Что это я так ее ищу? Почему?!» Все бы было бы ничего, но в этот момент Элеонора прервала ее логический монолог, подумав о том, что надо бы поскорее увидеться. Взяла в руки куклу и попросила ее привести к ней своего живого двойника.

В этот момент Элеонора преодолела еще одну грань, перейдя от стадии игры к стадии целенаправленного управления реальностью других людей. Для нее это по-прежнему была игра, но эта игра обретала все более и более опасные свойства.

Отложив все дела, Ирина потратила сутки, но нашла контакты Элеоноры. Она была очень удивлена, насколько оперативно она это сделала. Но она уже ни о чем другом не думала, в голове у нее была только одна мысль – ехать к человеку. Выехав за черту города, Ирина все чаще и чаще вспоминала Элеонору. Она уже не думала ни о чем, кроме их встречи, ведь в этом ей помогала и сама Элеонора, которая отчетливо ощущала, что скоро это произойдет.

Через три часа Ирина была у дверей Элеоноры. Та несказанно рада была ее видеть. Но Ирина была ничуть не рада. Сходу она начала описывать ужасные события вчерашнего дня. Вначале Элеонора не придавала этому значения и предложила Ирине посидеть и выпить шампанского, которое она заранее приготовила, или на худой конец чаю с плюшками. Ирина наотрез отказалась. Единственное, чего она хотела, это получить ответ на вопрос: что так сильно притянуло ее в этот дом?

- Послушай, я хочу тебе описать то, что со мной было вчера...

- Ну зачем, Ирочка? - перебила ее Элеонора. - Давай вспомним школьные годы, нам есть что вспомнить, у нас такое богатое прошлое!

- Я не хочу ничего вспоминать! Послушай меня! Может быть, ты найдешь объяснение тому, что со мной происходит?

И она, не слушая Элеонору, четко и по пунктам поведала ей историю вчерашнего вечера, ночи и сегодняшнего утра. Элеонора, придя в себя, ужаснулась: ведь она поняла, что все события, которые происходили с Ириной, продиктованы именно ее волей, желанием и ее действиями...

Сначала Элеонора не могла поверить в это, но потом она поняла, что ее милая и забавная игра - есть нечто большее, более того, это вообще не игра. В этот момент Элеонора потеряла всякий интерес к Ирине, но, пообещав ей, что больше такого не повторится, не объясняя причину, поспешила ее выпроводить. Ведь в этот момент с ней произошел глубочайший инсайт<sup>[2]</sup>. Она поняла, что она сделала. Но, к сожалению для нее и для очень многих людей, в тот момент она приняла неверное решение. Вместо того чтобы прекратить с

этим играть и отказаться, она решила, что теперь весь мир у ее ног...

## Властительница мира ест объедки

Прошло три года. Элеонора настолько усовершенствовала технику манипуляции через формирование фантомов, что ей уже не нужны были похожие на людей куклы. Образ с фотографии, образ человека был полностью ей подвластен. За это время она успела потерять работу, утратить абсолютно все и без того немногочисленные контакты с людьми, которые у нее были. Теперь ее сторонились и избегали все. Дважды ее сдавали в психушку, дважды выпускали, но даже там она умудрялась продолжать манипулировать другими людьми. Впрочем, надо заметить, что *там* это было намного легче, ведь *там* ее понимали все и поддерживали, в отличие от реального мира, где все ее только лишь гнобили.

За три года Элеонора превратилась в полнейшую рухлядь. Она перестала ухаживать за собой, мыться, покупать какую-либо одежду. Питалась в буквальном смысле на помойке. Это не была свалка в прямом смысле, но это была мусорка на заднем дворе небольшого кафе, куда выбрасывали объедки. Элеоноре не нужны были деньги, у нее было все, что ей необходимо. У нее была еда, которая всегда была под рукой, у нее была кровать, чтобы спать, и целый мир ее игры. Новая одежда ей была не нужна, всю трикотажную она распускала на нитки для вязания кукол, лишь изредка выходя за объедками. Элеонора полностью ушла из реальной жизни и погрузилась в некое подобие виртуальной. Ее новый мир был очень богат. Она знала, что происходит с реальными людьми, но ее это мало волновало. Ведь на нее никогда никто не обращал внимания, а теперь она могла полноценно жить – конечно, в своем понимании. Ее не волновала

жизнь других людей, в судьбу которых она так беспардонно вмешивается.

В марте 1999 года Элеонора в очередной раз попала в психбольницу. Ее отвез туда наряд милиции, поскольку соседи опять пожаловались, что живущая в их подъезде дама превратила его в место своих жутких ритуальных действий. Элеонора, уже не отличая свою квартиру от подъезда, умудрялась мастерить кукол везде, привязывала их к батареям лестничной клетки, хоронила в лифте, делала им надгробия во дворе дома и жила своей абсолютно нереальной жизнью, которая до жути пугала соседей. Наряд милиции отвез ее в психбольницу, где она провела почти полгода.

## Шаман в шоке

Как раз в это время в городе Якутске в приемной шамана сидела одна из жертв нашей героини. Шаман был не рад. Не то чтобы он был не рад ей или ее визиту – он был в ужасе от того, что увидел. Он мог видеть через нее напрямую, погрузив себя в неглубокий транс. Арамаан увидел объем «мероприятий», сделанных Элеонорой, который поверг его в шок. Он увидел десятки поломанных судеб, разрушенное здоровье людей... Впервые в жизни шаман принял решение самому поехать к человеку. Без просьбы пациента. Это было против его правил, но он понимал, что едет скорее оказать помощь другим, нежели Элеоноре.

Ведь если он ее не остановит, то Элеонора заиграется так, что начнет убивать. Шаман понимал, что с каждым годом она обретает все больший и больший профессионализм, углубляя свои знания и накапливая колоссальный опыт. Более того, он предвидел еще более худшую ситуацию, в которой Элеонора становится убийцей, творящей зло за мзду. Он увидел недалекое будущее, в котором к ней приходят посетители и за какую-нибудь плату проводят те нехорошие ритуальные действия, за которыми к нему недавно обращался Андрей.

В течение суток шаман собрался в дорогу. Путь из Якутска до Ленинградской области был долгим, но, приехав, шаман сразу же начал поиски Элеоноры. Сходу в отделение психбольницы он попасть не смог, поскольку не являлся родственником или даже близким другом Элеоноры. На свидание к ней его не пустили. Но шаман не отчаялся и, проведя беседу со своим коллегой, представившись опытным психиатром, которого наняла ее близкая подруга, он получил доступ



к Элеоноре. Более того, он неожиданно получил в свое распоряжение даже кабинет, где смог начать терапию. Работа продолжалась в течение недели. День за днем он вводил Элеонору в глубокий транс и каждый раз передавал ей картины того ужаса, который творился с ее жертвами. Каждый раз он максимально ярко соединял этот ужас с ее восприятием, вводя ее саму в тот же ужас. Через неделю он добился, чтобы Элеонора полностью пришла в себя и осознала то, что она делала.

На грани сил, привлекая к работе все свои знания и опыт, шаман вернул Элеонору в реальный мир. Она ощутила всю глубину той трагедии, которую она принесла в жизнь реальных, ни в чем перед ней не повинных людей. Элеонора горячо сожалела, что заигралась настолько, что не смогла себя остановить. Это сделал шаман.

Арамаан понимал, что не сможет отпустить Элеонору в реальный мир, от которого она уже очень далека. Она больше не сможет найти работу. Она уже не приспособится к этому миру. Но у нее есть душа, у нее есть женское начало... Хорошее женское начало. Но оно было настолько подавлено, что шаман принял единственное правильное решение. С помощью своих знаний он изменил реальность Элеоноры и вовлек в нее предназначенного ей единственного мужчину. Вскоре в жизни Элеоноры появился этот мужчина. Да, их брак был немного необычный. В нем почти не было секса, не было бурных страстей, но было много романтики и душевной теплоты. Элеонора обрела того человека, ради которого она бежала на кухню варить борщ, ради которого пекла булочки и украшала себя. Вместе с которым она ждала встречи Нового года, чтобы положить под елочку душевный подарок, кропотливо сделанный своими руками. Ей больше не нужна была работа, ее супруг зарабатывал хорошие деньги. Все эти деньги он рад был приносить только домой. Станным

для него было только, что его судьба была почти такой же, как судьба Элеоноры. В сорок лет он уже не ожидал найти *своего* человека. Он считал себя законченным одиночкой. Он не знал, что есть шаман, который мысленно увидел его, как и Элеонору, намеренно свел их судьбы, как близких по духу людей. Два подходящих друг другу человека, объединенных в одну жизнь, это уже не просто два человека - это целый мир. Счастливым супругам уже не нужен был никто - они обрели счастье друг с другом.

## Путь в психбольницу

Шаман объяснил Элеоноре, что все игры с магией, с магическими ритуалами, с психоэнергетикой человека рано или поздно, но всегда неминуемо заканчиваются поломанной психикой. Нередко это приводит к смерти человека, но, как правило, это путь в психушку.

*Арамаан вернул Элеонору в реальный мир. Она ощутила всю глубину той трагедии, которую она принесла в жизнь реальных, ни в чем перед ней не повинных людей. Элеонора горячо сожалела, что заигралась настолько, что не смогла себя остановить. Это сделал шаман.*

Он мог это и не объяснять Элеоноре, она сама все поняла, проанализировав свой недолгий, но очень яркий путь в это укромное тихое заведение с решетками на окнах. Побывав в нем трижды, Элеонора могла теперь сравнивать виртуальный мир и реальный. Если раньше она думала, что ее виртуальный мир богат, то теперь, обретя *Своего* человека, она поняла, насколько ошибалась, играя в магию и в те игры, которые не только ничего не дают, но по большому счету все отнимают. Она была безумно благодарна шаману за то, что он смог ей объяснить, насколько богат наш реальный мир. Чем хуже человеку живется в этом мире – тем более емким и богатым может стать его внутренний мир. Ведь людям, у которых есть все, уже очень трудно чего-то хотеть. В то время как люди, лишенные всего, – только на пути обретения. Чем меньшим владеет человек в реальном мире, тем больше он может обрести и тем больше радости он может испытать. Шаман поведал Элеоноре историю бомжа,

который перевернул его мир, - историю, которую он рассказывал всем своим пациентам.

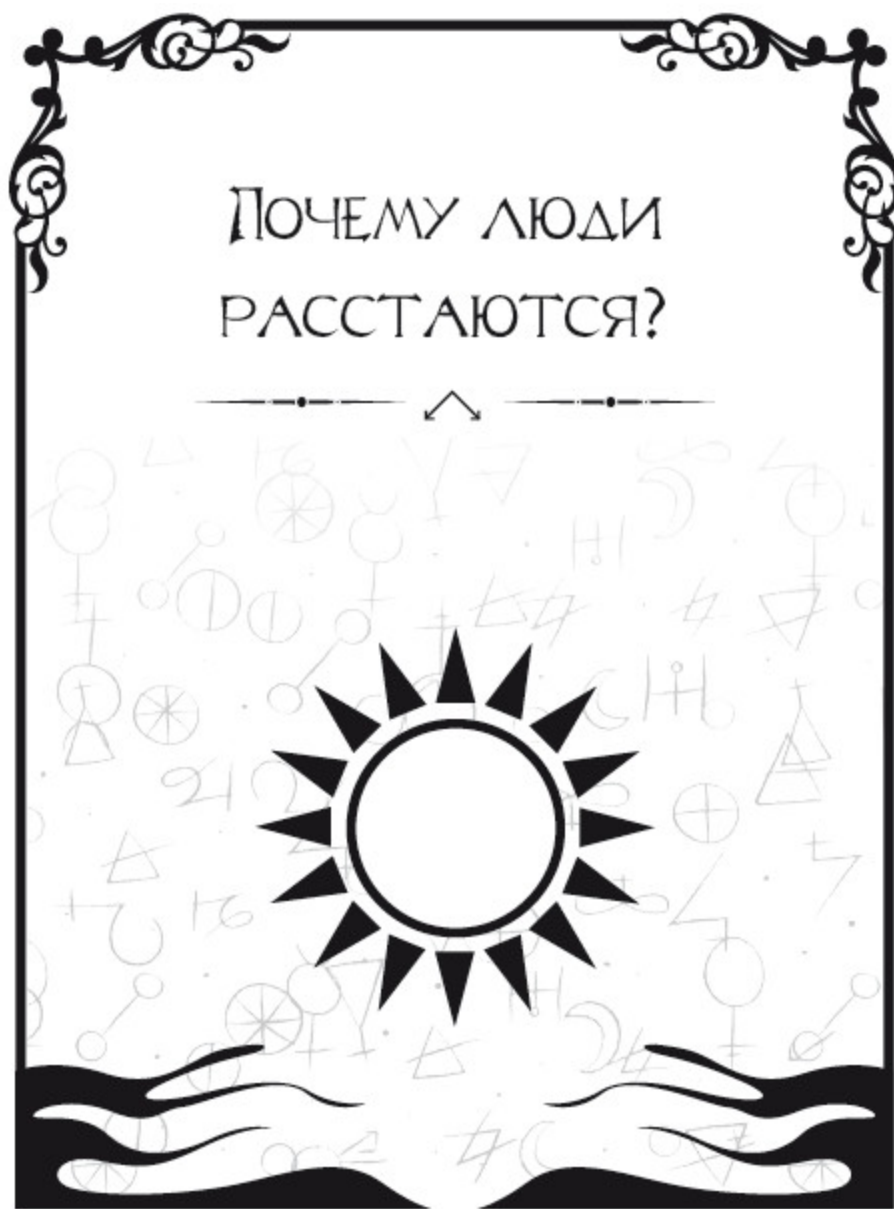
## Тихое счастье

Мир всегда отвечает взаимностью. Если реальный мир вам неинтересен, вы также перестаете быть интересны ему. Чем дальше вы от мира сего – тем дальше вы окажетесь от реализации своих планов, идей, стратегий и надежд. Не всегда все получается, но мир всегда идет навстречу открытому человеку. Однако чем глубже человек уходит в виртуальный мир из реального – тем ближе к нему иллюзия и дальше реальный мир.

*Погружение в виртуальный мир и отдаление от реального ломает всю систему душевных ценностей человека, всегда приводя его на грань безумия. Не отдаляйтесь от реального мира. Чем труднее вам в нем жить – тем ярче вам надо улыбаться ему и каждый день встречать с новой надеждой и новой радостью.*

Просто потому что вы живете. Ведь известно, что Боги всегда дают испытания лучшим!

# Почему люди расстаются?



## Настырная пациентка

Арамаан никому не сообщил, что прилетел в Москву. У него был четкий план действий. Однако говори не говори, а слухами земля полнится. В то время когда он работал с Элеонорой, в Москве к нему уже выстроилась очередь из тех, кто слышал о нем, кто читал отзывы и давно мечтал хотя бы просто увидеть этого человека.

В один из вечеров он сидел в своем номере гостиницы, и на его личный телефон позвонила некая дама. Она вежливо поздоровалась и попросила встречи с ним.

– Извините, я здесь никого не принимаю. Если вам нужна моя консультация, вам придется прилететь ко мне домой. Это мое правило.

– Да, я знаю, что это ваше правило, мне говорили... Но, к сожалению, я настолько обессилена, что не могу никуда лететь...

– К сожалению, я вынужден настаивать, поскольку я точно знаю, что все так рассуждают, и ко мне уже пытались приехать несколько людей, однако я всем сказал твердое «нет». Вам я исключение делать не буду. Извините, до свидания.

Арамаан завершил разговор. Через минуту раздался повторный звонок. Не то чтобы Арамаан вышел из себя, но, увидев уже знакомый номер, он даже не стал брать трубку и отключил мобильный телефон. «Насколько же эти люди настойчивы», – подумал Арамаан и с этой мыслью лег спать.

Утром, подозревая, что если он включит мобильный телефон, то у него начнутся звонки от назойливых пациентов, он не стал его включать и, одевшись, собрался пойти погулять по Москве. Когда он открыл дверь своего номера, на пороге стояла женщина.

- Кто вы такая? Что вам от меня надо?
- Я вчера вам звонила, но вы бросили трубку.
- Так это вы?
- Да, это я. Извините, но мне очень нужна ваша помощь.
- Я же предупредил, я не принимаю нигде, кроме как у себя дома.
- Но вы же прилетели по каким-то причинам сюда в Москву.
- Не важно, по каким. Более того, это вообще не ваше дело, оно касается исключительно меня одного.
- Подождите, я прошу, не прогоняйте меня, мне правда очень далеко к вам лететь и очень сложно, не потому что я не хочу, а потому, что я не выдержу - ни морально, ни физически.
- Ну хорошо. Но имейте в виду, я делаю для вас очень большое исключение. Если вы кому-то порекомендуете ко мне прийти, знайте, что подобных исключений больше не будет, что бы кто ни говорил. И даже если человек умрет на пороге моего номера, я все равно его не приму. Если я сделал исключение вам, больше никому делать не буду.
- Слава богу. Мы можем продолжить в вашем номере?
- Да, проходите.



## У меня была подруга...

Марина прошла, разделась, села на диван и стала ждать разрешения высказаться. У Арамаана случился небольшой конфуз: по привычке он пошел заваривать чай, но вспомнил, что он не дома, чертыхнулся, вернулся к Марине и сказал:

- И все-таки мне не нравится, что вы сюда ко мне пришли. Обычно я провожу привычный для меня ритуал - завариваю травяной чай. Что вы думаете, я могу сделать это в номере?! А без чая я не принимаю людей, это традиция, ритуал, который я не хочу нарушать.

- Я знаю, я все понимаю, пожалуйста, выслушайте меня.

- Хорошо, - недовольно буркнул Арамаан и сел напротив нее, - давайте говорите, и все, идите восвояси.

- Меня мучает одна большая, непреодолимая для меня проблема.

- Всех что-то мучает. Что конкретно, объясните суть вашей проблемы.

- У меня была подруга...

- Уже хорошо, что была. Что с ней не так - она умерла?

- У меня была подруга, - печально повторила Марина, - она не умерла, она жива, ее зовут Ольга. Мы дружили с трех лет, выросли в одном дворе, мы учились в одной школе, ходили в один институт, даже работали какое-то время на одной работе. Это была подруга, которая была для меня больше, чем даже моя мама или сестра. Она была ближе, чем все люди...

*Я до сих пор ощущаю, что у меня отняли нечто... часть меня. Наши отношения были*

*настолько тесными, что мне теперь даже не с кем поговорить... У меня есть еще подруги, есть муж, дети, но уровень общения с ними другой, я не чувствую себя с ними настолько легко, насколько я чувствовала с ней.*

- Так что же случилось? - перебил ее Арамаан.
- Мы поссорились.
- Ну что ж, бывает, это нормально.
- Вы не понимаете. Мы поссорились так, что больше не можем друг друга видеть. Но мне от этого очень плохо, и я подозреваю, что ей тоже.
- Почему же вы не помиритесь?
- Наша ссора была настолько сильная, что я не могу сделать первый шаг, и она тоже не сделает. Я пришла к вам, чтобы вы помогли мне сделать шаг для сближения.
- А почему вы не пошли к психологу?
- Я была у психолога, но это ни к чему не привело. Более того, с этого момента я начала болеть, моя кожа покрылась прыщами, как у молодой девочки, у меня постоянно болит живот, меня мучают даже головные боли.
- Ну, это мне знакомо, тут ничего нового, оригинального нет. Напряжение, стресс, который вы испытываете в течение всего этого времени... Кстати, как давно вы в ссоре?
- Уже больше трех лет.
- И что, все эти три года вы мучаетесь?
- Да, вы знаете, я думала, что со временем все это пройдет, но я до сих пор ощущаю, что у меня отняли нечто... часть меня. Наши отношения были настолько тесными, что мне теперь даже не с кем поговорить... У меня есть еще подруги, есть муж, дети, но уровень общения с ними другой, я не чувствую себя с ними настолько легко, насколько чувствовала с ней. Несмотря на то что я очень люблю своего мужа, своих

детей, и они меня любят, но все равно что-то не так... Я ощущаю потерю, которую не могу восполнить ничем.

«А вот это уже интересно», – подумал Арамаан и сел более расслабленно:

– Продолжайте, – подтолкнул он ее, – в чем была ваша ссора?

– Знаете, обычно летом мы отдыхали тоже вместе. И вот в один из дней мы были в Анапе, все было великолепно, нам было хорошо, но вдруг мы решили пойти и купить себе летние платья... Я быстро выбрала себе отличное платье... Ольга тоже себе что-то выбирала. Я пошла в примерочную. Платье смотрелось идеально, и я поспешила купить его. Отдала деньги, платье завернули, я взяла пакет и пошла к примерочной, где уже была Ольга. Почему-то она не спешила оттуда выходить. И вот она позвала меня в примерочную, я вошла, она попросила меня оценить ее выбор. Платье, правда, было неплохое, не то чтобы что-то там оригинальное, но оно вполне ей подходило, что я и отметила. Ольга была чем-то недовольна. Она спросила, что у меня в пакете, я ответила, что платье, которое я выбрала.

– А почему ты даже мне не показала?

– Ну, послушай, я подумала, что вечером надену – и ты его увидишь уже с прической и подходящей обувью.

– То есть тебе не нужен мой совет? Ты считаешь, что я настолько плоха, что даже не могу тебе посоветовать, брать ли вещь?

– Что ты, что ты, Оленька, нет, я даже не думала о таком... Просто я увидела его и поняла, что это мое платье и я точно хочу его взять.

– Покажи мне его хотя бы.

Я вынула и показала ей платье. Она скривила лицо и брякнула, что не ожидала от меня *такой* покупки, что платье меня будет исключительно простить и сделает меня деревенской девочкой. В тот момент меня это

почему-то очень взбесило, я рявкнула, что платье мне нравится, а если ей не нравится мое платье, она может свое мнение придержать.

- Странно, а раньше мое мнение для тебя было важно, значит, что-то уже не так? Может быть, что-то произошло? Может, я тебя чем-то обидела?

- Оля, прекрати, все хорошо. Мне понравилось платье, и я его купила.

- Хорошо, я учту, - Ольга сделала постное лицо и почти полдня вела себя надменно, отвечая односложно, с холодком.

Я поняла, что мне надо вывести ее на диалог. Возможно, это было еще одной моей ошибкой: надо было подождать, пока она успокоится. Как только я вернула ее к событиям в магазине, Ольга начала на меня кричать и выражать всяческое неудовлетворение тем, что я взяла платье, не посоветовавшись с ней. Ведь она меня звала в примерочную, и без меня она бы ничего не купила... Произошла какая-то дикая ссора. Мы даже домой полетели разными рейсами. Точнее, Ольга поменяла свой билет и вылетела на день раньше. С этого момента мы больше не виделись. Прошло уже три года, и каждый день я думаю о ней, она также не может пойти на контакт... Что-то меня все время останавливает...

## Ей это вообще не надо

- Ну что ж, мне все понятно, - Арамаан опять походил взад-вперед по номеру, внутренне сетуя, что номер не пригоден для привычного ритма его работы: даже нет второй комнаты, куда он может удалиться для обдумывания или приготовления каких-нибудь снадобий...

Но тем не менее опыт шамана и аналитика уже привели его к разгадке и к решению этой проблемы. Он повернулся к Марине и спросил:

- Скажите, милочка, а что было незадолго до того, как вы поехали в Анапу?

- Ничего особенного, все было как прежде.

- Возможно, вы меня не поняли, я имею в виду: были ли изменения в *вашей* судьбе, что-то новое - новые начинания, новые взаимоотношения?

- Да нет, ничего особенного...

- Может быть, вы поменяли работу или поднялись по карьерной лестнице вверх, что-то в этом роде.

- Нет, вы знаете, ничего. Единственное, что... Не знаю, насколько это значимо... Я защитила кандидатскую диссертацию. Я все сделала сама и очень много времени на нее потратила. Но обратила внимание, что эта защита повлияла на многие аспекты моей жизни... Даже мужа я начала видеть по-другому. Несмотря на то что я сделала все протокольно, потому что мечтала об этом давно и степень вовсе не нужна мне по работе... Но тем не менее я довела дело до конца и преодолела этот этап.

- Во-о-о-т, - протяжно произнес Арамаан, - вы очень правильно определились - вы преодолели этот этап. Скажите, Ольга была с вами в этот момент, она тоже защитилась?

- Нет, что вы, ей это вообще не надо, она домоседка, она замужем и вообще не работает.

- Вот видите. С этого момента мы уже можем начать с вами лечение. Я вам расскажу, что было на самом деле.

- Очень интересно.

- А было вот что: вы с вашей подругой шли одной и той же дорогой буквально с самого рождения, с трех лет, как вы сами упомянули. Ходили гулять в одном дворе, учились в школе, вы шли абсолютно одной дорогой. И даже, окончив школу и институт, вы продолжали идти одной дорогой. Но потом произошло событие, которое изменило *ваш* путь: вы защитили диссертацию. Насколько я понял, вы сами это делали?

*Если вы изменили себя - то вы изменили и свой путь. Ведь изменения во внешнем мире всегда начинаются с изменений внутри человека. Нельзя поменять внешнюю среду, не изменив себя.*

- Да, я все от и до сделала сама.

- Вы преодолели большой путь, прочитали очень много литературы, наверняка провели множество исследований.

- О да, это далось мне нелегко...

- Вот видите, вы за это время приобрели много знаний. По факту вы изменили себя. А если вы изменили себя - то вы изменили и свой путь. Ведь изменения во внешнем мире всегда начинаются с изменений внутри человека. Нельзя поменять внешнюю среду, не изменив себя. Очень многие люди пытаются это сделать, но, к сожалению, ни у кого еще не вышло. Вот смотрите, вы сами отметили, что защита диссертации повлияла почти на все аспекты, вы даже стали мир и людей по-другому видеть. В то же время ваша подруга не

поменялась, она жила в привычном ритме. Вы тоже еще до недавнего времени жили в том же ритме, и вам было хорошо. Но вы прошли этот этап. Волей или неволей, желая того или нет, вы перешли на новый уровень развития и жизни, а ваша подруга осталась там же, где и была. Вы шагнули в другую сторону от нее.

- Но это же не мешает нам быть подругами?

- Конечно, не мешает, но уровень вашего развития уже несколько иной и вам уже будет некомфортно с этим человеком. И, поверьте мне, жизнь сделана так, что она сводит и разводит людей на определенном этапе. Если на прошлом этапе вы вполне друг другу подходили, то сегодня вы уже не нужны друг другу. Жизнь сделала так, что вы ушли друг от друга. Ничего в этом нет плохого. Вы тешите себя чувством вины, воспоминаниями... Просто поверьте, что все было сделано правильно. Как раз то, что конфликт был не по серьезному поводу, а вообще без повода, указывает на то, что вас развела сама судьба. Ведь вы по факту проявили самостоятельность в выборе, вам уже не нужна была ваша подруга, вы не нуждались в ее совете, вы все можете сделать сами.

- Да, я тоже об этом думала, - отметила Марина, - но как-то все очень уж нелепо вышло...

- Да, вы знаете, жизнь вообще нелепая штука, - отметил Арамаан и улыбнулся, вспомнив свою молодость и свои перипетии, - если бы вы знали, насколько нелепа была моя жизнь, вы бы очень удивились... Впрочем, я не буду об этом говорить.

Марина задумалась: - Хорошо. Но что мне делать? Я же болею из-за этого, мне больно внутри, болеет мое тело, я не могу нормально жить...

## Не все развиваются одинаково

Арамаан объяснил Марине, что пути людей могут долго лежать в одной плоскости, и люди все время будут соприкасаться по жизни, по делам, и им будет хорошо, но у каждого человека свой путь развития. Почти все люди, пока живут, развиваются, но не все развиваются одинаково: кто-то развивается больше, кто-то меньше, кто-то развивается быстрее, кто-то медленнее. Если один человек развивается быстрее, то ему становится некомфортно с другим, поскольку второй человек начинает тянуть его назад. И, как правило, это всегда приводит к тому, что люди расходятся. Возможно, проблема Марины не в том, что ей нужна Ольга, а в том, что она сожалеет, что их ссора была на такой смехотворной почве.

Арамаан спросил у Марины: хочет ли она попытаться вновь подружиться с Ольгой? Она ему ответила, что, конечно же, хочет. Арамаан усмехнулся и позволил себе отметить, что все равно они уже не будут подругами.

- Конечно, не будем, ведь нас держит ссора.

- Нет, вас уже не держат время и события.

- Я думаю, что мы все-таки сможем дружить, просто помогите стереть память об этом негативе.

- Хорошо, я сделаю это, но вскоре вы сами увидите, что я был прав. Даже если вы помиритесь, вы уже не будете так близки, как прежде: вас уже ничто не держит вместе. Ваши пути разошлись. И это хорошо, просто поверьте мне. Поверьте тому, что в моей жизни было очень много людей, с которыми я был дружен, как никогда раньше и ни с кем раньше, но все они уходили. Уходили женщины, уходили мои друзья, даже армейские друзья куда-то ушли, и я не жалею ни о чем,



и, наверное, они не жалеют, ведь мы в свое время дали друг другу очень многое: было много праздников, были приключения и много бесед, было много женщин... Но всему свое время. Одно время уходит, и приходит совершенно Другое время, а вместе с ним другие люди, другие события, другие впечатления и другие интересы... А самое главное, что другие знания приходят. Вы не можете *жить* в прошлом, но при этом идти в будущее. Еще никто не смог.

- Я понимаю, о чем вы говорите, но все равно я хочу попробовать.

- Хорошо, давайте сделаем так: завтра я улетаю, а сегодня помогу вам, но вы мне напишете: был ли я прав.

Арамаан принялся работать с Мариной. Будучи опытным шаманом, он без труда стер ее негативные воспоминания о том злополучном дне, и Марина облегченно вздохнула. Щедро оплатив помощь шамана, Марина поблагодарила его и поспешила домой. Она знала, что придет, переоденется, сядет на диван и как когда-то, положив ногу на ногу и подушку под голову, станет звонить Ольге, чтобы час беседовать по телефону, вспоминая о том, как много они потеряли за эти годы, насколько они были глупы, что позволили себе такую пустую ссору... Тем не менее им есть что обсудить, за эти три года было много событий. Марина спешила домой, предвкушая великолепную беседу и возврат былой дружбы.

## Даже не о чем поговорить...

Через две недели Марина, как и обещала, написала шаману письмо. В нем было очень много откровений. Самое главное было то, что она полностью признала правоту шамана. Она описала подробно, как ехала домой и какое сильнейшее вожделение переполняло ее: она понастроила очень много планов, что они будут делать с Ольгой, куда они пойдут... Приехав домой, она выпила две рюмки коньяка для храбрости и позвонила своей подруге. Их диалог длился минут пять. Ольга призналась, что она ждала этого звонка все три года, что ей самой бы не хватило смелости взять и извиниться перед Мариной. Они попросили друг у друга прощения, поплакали и договорились о встрече. И в тот же день они встретились.

Но каково же было неожиданное разочарование Марины! Во время встречи Марину постиг глубочайший гештальт<sup>[3]</sup>. Она поняла, что с этим человеком ей даже не о чем поговорить: кроме детей, пеленок, садиков, школ, Ольгу больше ничего не интересовало. Марина поняла, что это чужой человек, не та Ольга... Не та закадычная подруга, с которой ей было так интересно и весело. В один момент, когда Ольга о чем-то все еще говорила, Марина вспомнила все слова шамана. И только тут, еще пребывая рядом с подругой, она поняла, о чем именно говорил шаман... Поняла, что это все тот же человек, но сама она уже не та, и то, что было интересно раньше, ей уже абсолютно неинтересно сегодня и тем более будет неинтересно завтра. И может быть, Ольга хорошая, но им уже действительно не по пути.

Не то чтобы Марина грустила, скорее нет, она была рада тому, что их пути разошлись. Больше всего она

была рада тому, что теперь может жить без боли, обиды и чувства вины. Они остались приятельницами, но отныне их больше ничего не связывало, и это был важный этап, который Марина преодолела с помощью шамана. Еще в письме Марина отметила, что ее здоровье с того дня начало поправляться. Бесконечные кремы, которые она раньше покупала, ей уже не так необходимы - ее кожа перестала нарывать, лицо стало свежим и румяным. Живот почти перестал болеть, и даже ее врач, к которому она ходила все три года, отметил, что она идет на поправку быстрыми темпами.

Шаман в ответном письме порекомендовал ей уделить еще немножко времени своему телу: пройти курс обычного расслабляющего массажа, сходить несколько раз в баню - хорошенько пропариться вениками, для того чтобы кожа смогла избавиться от всего накопленного за эти годы, и посидеть на диете в течение десяти дней. Желательно еще поехать в санаторий и дать себе просто подышать.

*После того как психика человека стабилизирована, сосуды работают корректно, начинается этап детоксикации организма: диета; курс реабилитации всех систем организма; подвижный образ жизни; массаж и тепловые процедуры.*

Последовав его совету, Марина полностью избавила себя от болезней желудка и, вернувшись в Москву, стала совершенно другим человеком: свободным, не привязанным ни к кому и ни к чему. Уважающим прошлое, но прямо и гордо смотрящим в будущее.

Вскоре Марине предложили начать писать следующую диссертацию - на соискание степени доктора экономических наук. И она с радостью принялась за работу. У Марины начался следующий

этап: она стала публиковать статьи в научных журналах, приобрела популярность в своей среде. Она всегда с радостью и благодарностью вспоминала шамана, открывшего ей свободу жизни и научившего убирать лишние привязки к прошлому.

## Детоксикация

Проблемы кожи, в частности прыщи, обычно напрямую связаны с неправильной работой желудочно-кишечного тракта. Слишком сухая кожа или слишком жирная кожа могут быть симптомами проблем с печенью человека. В любом случае все лечение начинается со стабилизации психического состояния человека.

После того как психика человека стабилизирована, сосуды работают корректно, обеспечивая нормальное кровообращение в теле, начинается этап детоксикации организма, который всегда должен сочетать в себе: корректную диету; курс реабилитации всех систем организма; подвижный образ жизни; массаж и тепловые процедуры (если нет противопоказаний: наличия онкологических заболеваний, почечной недостаточности, серьезных не компенсированных сердечно-сосудистых заболеваний: стенокардии, инфаркта миокарда в анамнезе и др.).

Очень хорошо в плане детоксикации влияет прием ванн с температурой воды 37-38 градусов с поваренной солью и содой (в пропорциях 400-500 граммов соли на 300 литров воды и 500 граммов соды). Через кожу выходят все токсины и продукты обмена, а сода производит ощелачивающий эффект, что позитивно отражается на всем организме. Рекомендуется проводить курс из 30 процедур с интервалом в три дня. Также для усиления кровообращения рекомендуется принимать скипидарные ванны по методу доктора Залманова. Ванны с температурой воды 39-40 градусов и концентрацией 15-25 мл скипидара на стандартную ванну: 300-400 л воды. Время приема ванны 20 минут, желательно это делать на ночь, с такой же частотой:

один сеанс в 3–4 дня. Желательно скипидар сочетать с солью-содой, но не в один день, а комбинировать ванны через день.

Очень хорошо с этими процедурами будет сочетаться курс расслабляющего массажа из 10–15 процедур, с хорошей проработкой мышечных структур и особенно глубоким массажем живота, который еще называется висцеральный массаж. Следует к этому добавить ежедневные прогулки со степенным глубоким дыханием. Время прогулок может быть не ограничено, но рекомендуется проходить не меньше 10 тысяч шагов.

Стоит отметить, что все проблемы кожи, которые локально или глобально проявляются на поверхности тела, являются следствием глубинных заболеваний человека и дисбаланса его внутреннего мира. И все попытки вылечить данную симптоматику применением различных кремов, будь то лечебных или косметических, никогда не приведут к результату до тех пор, пока проблема не будет решена изнутри. И, возможно, это является ответом на вопросы очень многих людей, почему не работают аптечные кремы, самые лучшие, самые дорогие, купленные по совету косметолога... Наверное, они работают, но срок действия их результата является очень коротким, поскольку они никак не влияют на причину заболевания, убирая лишь следствия или один симптом.

## Диета для кожи

При подобных заболеваниях рекомендуется придерживаться диеты, которая на научном языке называется «5П» (стол № 5 по Певзнеру). Возможно, это не самая приятная диета, поскольку она почти лишает человека соли, жареного и избыточно жирного питания. Тем не менее она очень хорошо разгружает печень и освобождает кишечник от трудноперевариваемых продуктов. В сочетании с другим лечением – детоксикацией и массажами – диета «5П» очень хорошо помогает снизить лишний вес и обеспечить разгрузку внутренних органов, давая им период для восстановления и помогая более емко реализовать все лечебные процедуры.

*Психосоматический аспект лечения заключается в изменении психологического настроения человека и стабилизации нервной системы.*

Обычно лечение проводят с изменения доминирующих проблем, то есть то, что так волнует человека, должно приносить ему радость, или же просто снимается напряжение, связанное с мыслями об этих проблемах. Шаман еще рекомендует проводить медитативное дыхание, позитивный самонастрой по утрам в течение 10-15 минут и контрастные процедуры в душе после этих дыхательных техник. Не лишним будет поработать индивидуально в несколько приемов с остеопатом и психологом. В идеальном случае это может быть один человек, сочетающий в себе как телесные практики, так и практики психоэмоциональной разгрузки пациента.



*Жизнь сделана так, что она сводит и разводит людей на определенном этапе. Если на прошлом этапе вы вполне друг другу подходили, то сегодня вы уже не нужны друг другу.*



# Синдром потерянной важности



## **Позвольте, я вам дам понять, кто я ТАКАЯ!**

Евдокия Михайловна долго сопротивлялась, она не хотела идти на прием к шаману. И если бы не сильнейшие боли в суставах, которые сковали ее тело и не давали ей свободно передвигаться, она бы никогда не пошла на прием к этому человеку, в «науку» которого она, будучи кандидатом медицинских наук, заслуженным врачом и терапевтом с колоссальным стажем, никогда бы не пришла, поскольку всю жизнь она высмеивала таких, как он. Но в ее случае отступить было некуда, ее же коллеги были бессильны. Каждую неделю боли прогрессировали все больше и больше, доводя ее до безумия. И когда она уже не смогла полноценно ходить, поскольку колени не выдерживали даже того небольшого веса, что был в ее теле, она согласилась на прием у шамана, которого советовали все знакомые и даже ее дети, которые сами никогда не лечились у него, но тем не менее знали этого человека по многочисленным слухам и рекомендациям авторитетных людей Якутска.

Евдокию Михайловну привели к Арамаану дети. Вид ее был жалок – с двумя палочками, сгорбленная, сморщенная от боли, поскольку каждый шаг доставлял ей мучительную боль. Арамаан по привычке сидел у окна и оценивал подходящего к двери пациента. В данном случае времени у него было много, поскольку каждый метр, преодоленный женщиной, давался ей с огромным трудом. Арамаан тут же подумал: «Горделивый человек, наверное, важная птица была», – и, продолжая наблюдать, он все более и более себя в этом убеждал.

Наконец, Евдокия Михайловна дошла, вместе с детьми они вошли в дом, Арамаан попросил детей удалиться и прийти через три часа.

- Они мне не мешают, - оборвала порыв шамана Евдокия Михайловна.

- Может быть, вам они и не мешают, зато они мешают мне. Здесь хозяин я, вам придется это запомнить и принять, даже если вы этого не хотите.

- Ну, хорошо, пускай будет так, - поморщилась Евдокия Михайловна, - хотя я повторяю, что это мои дети и у меня секретов от них нет.

- Секреты тут ни при чем, мы с вами будем говорить о других вещах, и я не хочу, чтобы они мешали мне.

Дети покорно удалились, и шаман начал свой прием.

- Что вас беспокоит? Что вас сюда привело?

- Неужели вы не видите?! Мне вас описывали как человека знающего и видящего якобы, хотя я хочу, чтобы вы знали, что во все эти бредни я никогда не верила! Позвольте, я вам дам понять, кто я такая...

- Вообще-то я вижу, кто вы такая, вы женщина достаточно больная, - перебил ее Арамаан.

- Нет, постойте. Позвольте! Во-первых, я очень уважаемый человек: я кандидат медицинских наук, я врач. Я настоящий врач!

- Все очень относительно, - парировал ее с улыбкой шаман.

- Что именно?

- Например, кто из нас настоящий врач. Но спорить я не буду, продолжайте.

- Позвольте, я скажу, кто я такая.

- Позвольте, вы сначала расскажете мне, что вас беспокоит.

- Нет, и тем не менее! - Евдокия Михайловна попыталась приосаниться, принять привычный статный вид, преодолевая боль. Но, к сожалению, выгодное положение, при котором ее тело не скручивает от боли,

было не солидным... – Итак, я уже упомянула, что я кандидат наук, врач высшей категории, терапевт с 35-летним стажем работы в областной больнице. Ко мне на прием приходили высшие чины нашего региона, я обладатель Ленинской премии, я обладатель почетных званий...

– К чему вы мне все это говорите? Неужели вы думаете, это как-то повлияет на наше лечение?

– И тем не менее вы должны знать, с кем вы ведете беседу!

Шаман усмехнулся:

– Зачем? Объясните мне, зачем и на что это повлияет? Неужели вы думаете, что вы для меня важнее, чем одинокий человек, бомж без роду и племени? Неужели вы думаете, что вы больше человек, чем кто-либо другой? Неужели вы думаете, что бомж достоин меньшего, чем вы?

– Я не думаю, я знаю! Вы же не знаете, скольких человек я подняла на ноги.

– В таком случае вы можете идти домой и сами поднять себя на ноги, если вы так самоуверенны, – спокойно ответил Арамаан.

Евдокии Михайловне нечего было ответить.

– Более того, объясните мне, зачем вы пришли ко мне? Почему же *ваша* медицина не может помочь вам, ведь вы такой уважаемый человек? – продолжил шаман ровным голосом.

Евдокия Михайловна расплакалась:

– Вот в этом вся и причина. Я уверена, что они могут мне помочь, но не хотят.

– Интересно, объясните.

– Во всем виновата реформа здравоохранения...

– Так-так-так, знаете, уважаемая, я впервые слышу, чтобы реформа приводила к болезням. А я смотрю, явно ваши суставы страдают от этой реформы. Чем же

вызвана болезнь «реформы»? Это что-то вирусное или, может быть, это нечто, чего я не знаю?

- Да, да, вы правы, вам этого не понять никогда! Если б вы знали, кого я лечила, как меня уважали, я работала круглые сутки, я была главврачом, я заведовала отделением, я не знала, что такое день и ночь...

*«Синдром потерянной важности» очень характерен для врачей, учителей и военных, для тех людей, которые всю жизнь положили на благо других - на здоровье, на обучение и на защиту мирной жизни других людей.*

Арамаан вспоминал в это время себя, еще в недавнем прошлом, одновременно жалея бедную женщину, которой вовремя не попались на пути такие люди, которых встретил он. И в тот момент он подумал, а потом снова и снова возвращался к этой мысли: а люди ли это вообще были?

Он вернулся в комнату из неглубокого транса воспоминаний, заварил привычный чай, налил две чашки, одну подал пациентке, другую привычным жестом взял себе:

- Итак, вы говорили о том, что вы важный человек...

- Была важным, ведь эта реформа привела к тому, что меня уволили. Мне так и объяснили, что я больше не нужна. Пришли эти молодые неучи... Они не уважают науку, они не знают медицины, они не могут ничего делать! Но их предпочли мне, а меня попросту выбросили на помойку, объяснив это тем, что мне пора на пенсию.

- Ну что же в этом плохого? Ничто не вечно под луной, все мы когда-то умрем, но желательно перед этим еще и пожить на пенсии. Отдохнуть. Вам бы надо

радоваться: вы можете теперь делать то, что не могли раньше, – жить для себя.

– Нет, вы не понимаете, я не могу доверить жизнь людей этим бездарям! Они полные неучи, они настолько неграмотные! Ведь на самом деле я нужна! Я знаю больше, чем они все вместе взятые! Но они это тоже понимают и не допускают меня до работы...

## Посмертный подвиг

В этот момент шаману все стало ясно. Он встречал таких людей и раньше, и он называл эту болезнь «синдромом потерянной важности». Как раз этот симптом был очень характерен для врачей, учителей и военных, для тех людей, которые всю жизнь положили на благо других – на здоровье, на обучение и на защиту мирной жизни других людей. Что же не так было в этих людях? С виду они были такие же, как другие, но на самом деле они положили всю свою жизнь на то, чтобы доказать всем и себе тоже тот факт, что они исключительно важны и без них ничего не происходит. Всю жизнь они это доказывают, весь свой путь они прокладывают с учетом того, что каждый день, каждую минуту они будут бороться и выигрывать в этой борьбе, доказав очередному пациенту свою важность и получая благодарность от пациентов и учеников. Эти люди тешат свою гордыню и поднимают свою самооценку. С течением времени это приобретает форму болезни, некой зависимости, сродни той, которую имеют карточные игроки, завсегдатаи казино или даже наркоманы. И если у этих людей отнять этот источник радости, их самооценка тут же падает, они перестают чувствовать себя уверенно или начинают болеть: страх сковывает их тело. Со страхом приходит сильнейшая обида на всех...

Евдокия Михайловна не была исключением. Она была обижена на всех коллег, которые забыли ее, на минздрав, грамоты от которого она получала неоднократно, обижена на своих пациентов... Она несколько раз упомянула имена и фамилии известных врачей, которым она помогла когда-то, даже неоднократно, которые теперь не звонят ей в день

рождения, не приходят к ней под Новый год... Ее забыли, ее жизнь кончена. Жизнь таких людей всегда суета и бешеный ритм. Каждый день они живут в этом ритме, и когда они уходят на пенсию (а обычно такие люди умирают на работе), они знают, что на пенсии им делать нечего. Жизнь не приспособлена, а точнее говоря, они не приспособлены к жизни вне такого ритма, и это тяжелейшая болезнь.

Первое, что страдает, это суставы. Сильнейшая обида на весь мир приводит к формированию артрита, локти, колени и пальцы таких людей сковывает сильнейшая боль. Вскоре они уже не могут держать предметы и ходить без помощи костылей. Дальше происходит полное разрушение всей хрящевой ткани, и они уже прикованы к инвалидному креслу. Чувство боли и обиды в такие моменты усиливается в разы, они ощущают себя как никогда одинокими, и обычно их жизнь обрывается внезапно в сильнейших болевых судорогах. Самое удивительное, что все эти люди не знают об этом, но интуитивно боятся пенсии, они предпочитают работать до тех пор, пока инфаркт не настигнет их на рабочем месте. Ведь умереть на работе и во благо других для них во многом является конечной целью, хотя этого они не признают никогда. Но это будет их посмертным подвигом, что еще больше усилит их уверенность в исключительной значимости для всего мира.



## Эмоции разрушают тело

Но так ли это на самом деле? Конечно, нет, и шаман знал это как никто Другой, ведь он сам чуть было не попал в эти же сети. Он ежедневно вспоминал те моменты, когда он работал хирургом, благодарил Вселенную, всех богов и судьбу за то, что эта страшная нить прервалась в его судьбе. Ему искренне было жаль Евдокию Михайловну, но также он понимал, насколько трудно будет ее лечить.

Арамаан видел ее суставы как рентген, и он понимал, что изменения уже необратимы... Единственное, чем он может ей помочь, – предотвратить их дальнейшее разрушение и стабилизировать ее состояние в том виде, в котором оно есть сейчас. В 70 лет порой уже очень трудно вылечить человека полностью, но это не значит, что его не надо лечить, как минимум, надо остановить ухудшение его состояния, стабилизировать и восстановить его психику. Шаман знал, что все начинается с психики и заканчивается психикой. Человек рождается, испытывая эмоции, и уходит из этого мира, испытывая тоже какие-то эмоции. Задача его как целителя – сделать так, чтобы эмоции человека не разрушали его тело.

Арамаан спросил Евдокию Михайловну о том, сможет ли она когда-нибудь простить своих коллег.

– Нет, никогда, – ответила она, – они все меня предали.

– А почему вы думаете, что они вас предали?

– Потому что я положила все свое свободное время на то, чтобы им помогать, сделать из них грамотных врачей...

- О, сударыня, скажите-ка мне, просили ли они об этом?

- Вообще-то это мой долг старшего - учить и помогать!

- Вот в этом ваша ошибка, это вы себя убедили в том, что это ваш долг. Ну, извините, если вы помогаете кому-то принудительно, в течение многих лет настойчиво курируя... Вы просто держите человека в ошейнике и на коротком поводке. Как вы думаете, будет ли этот человек рад тому, что вы ушли? Конечно, будет, просто поверьте мне. Я бы сам был рад, если бы вы мне помогали много лет, без моего на то одобрения, точнее даже не помогали, а мешали! Вы же себя тешите тем, что вы помогали, оказывали помощь... Но, извините, помощь, оказанная без просьбы, является насильственной. И в моем понимании это вообще один из смертных грехов. Давайте назовем его восьмым смертным грехом. Иначе говоря, это называется причинение добра и нанесение любви, если хотите.

- Бросьте, каждый понимает, что такой человек, как я, имея колоссальный опыт, может принести только благо. Кому я могла навредить своей помощью? - Евдокия Михайловна, казалось, совершенно не слышала, что он ей говорит.

- Да может быть, вы и не навредили, но вы настолько ее навязывали, что люди просто рады были избавиться от вас.

- Хорошо, тогда скажите мне, уважаемый... как вас там... шаман вроде бы как, или не знаю уже, как к вам обращаться...

- Да как хотите, мне все равно.

- Ну, хорошо, скажите мне, а что же пациенты? Ведь судя по вашей логике, все они приходили и просили меня о помощи.

- Да, все так.

- Где ж они все? Им всем так же плевать на меня, так в чем разница? Им-то я ничего плохого не делала, их я лечила по их же просьбе и лечила хорошо, до сих пор многие из них живы, здоровы, здоровее меня. Чем же я им так навредила, что они даже не могут прийти ко мне и просто со мной поговорить? Они все забыли обо мне, хотя еще не так давно клялись мне в вечной любви.

- Все очень легко объяснимо: это вам так кажется, что вы для них значимы, на самом деле вы для них один из миллиона врачей. Если не будет вас, они пойдут к другому и так же будут клясться в вечной любви, благодарить, давать чаевые, если хотите, так назовем. Одаривать подарками, это просто один из вариантов подкупа лояльности врача или искренней благодарности ему. Но поверьте мне, что люди к хорошему привыкают очень легко, и вы не нужны им, кроме как врач. Если вы не будете врачом, они забудут о вас. И вы это знаете, но вы не хотите в это верить. Для вас непереносимо это ощущение. Вы отрицаете истинное знание, отрицаете очевидность, вы не можете смириться. Более того, я вам скажу, почему вы не можете - потому что вы каждый день привыкли доказывать то, что вы лучшая, что без вас всем будет плохо. А кому теперь вы будете это доказывать? Ведь уже некому.

*Все начинается с психики и заканчивается психикой. Человек рождается, испытывая эмоции, и уходит из этого мира, испытывая эмоции. Задача целителя - сделать так, чтобы эмоции человека не разрушали его тело.*

Дети живут отдельно, у вас уже есть внуки, но им еще рано доказывать, они еще не поймут, а больше некому. По факту ваша жизнь кончена, ведь жить для

себя вы не научились. Вы жили для кого угодно, ну вы так думаете, на самом деле вы жили только лишь для того, чтобы доказать свою значимость. А теперь, когда некому доказывать, вы начали болеть, потому что единственное, что вы имели, вы потеряли. И ваша задача, если вы не хотите умереть, - найти себя на пенсии, понять одну большую трудную, но необходимую вещь, что прошло то время, когда что-то надо кому-то доказывать, и принять хотя бы на веру тот факт, что вы уже всем все доказали. И теперь вы можете просто жить и не тужить. Точнее, тужить уже придется (с вашим-то заболеванием), но даже с ним вы можете жить спокойно и радоваться каждому дню, каждому листику, каждой снежинке, каждому цветочку и не думать о том, что всем этим явлениям вы должны что-то доказать.

## **Пенсия – это новая жизнь!**

Отпустив Евдокию Михайловну, шаман по старой врачебной привычке составил для себя план по ее лечению: «Гипноз, три-четыре сессии с поэтапным погружением для избавления от доминирующей проблемы; гирудотерапия в чередовании с апитерапией, массаж, гимнастика суставов и полноценная реабилитация в санаториях».

Арамаан начал работать с телом Евдокии Михайловны.

Первым этапом лечения были сессии гипнотерапии, в которых он, поэтапно погружая пациентку в транс, делал установки и обращал ее к новому этапу жизни. Этапу *жизни* на пенсии, свободы, освобождения от привычных догм, стереотипов, этапу, который должен был научить человека жить для себя, во имя себя и получать наслаждение от всего, что происходит вокруг.

Основной целью шамана было показать Евдокии Михайловне то, что без нее жизнь продолжится, и ничего не произойдет, если и она уйдет... На смену ей придут другие, такие же. Но до тех пор, пока она *живет* на этом свете, она может постоянно получать радость не от того, что она кому-то нужна, а просто потому, что она жива. Радость от того, что есть вокруг нее.

А ведь вокруг нее было очень многое. Целый мир был вокруг нее. И задача ее как человека – научиться видеть этот мир и радоваться всем его проявлениям, которые ей даются каждый день. После четырех сеансов гипноза ее тело уже было полностью расслаблено и готово к дальнейшей терапии.

На пятый день шаман приступил к сеансам трудотерапии. Евдокия Михайловна немножко сопротивлялась, она никогда не верила в пользу пиявок.

Но принципом шамана был максимальный отход от фармакологии, использование всего того, что дает нам природа и знания, накопленные за тысячи лет. Он разгружал печень пациентки пиявками и активировал работу сердца. Вскоре под влиянием фермента гирудина кровь пациентки стала течь легче по ее сосудам. Ее мысли прояснились, она стала ощущать прилив сил и улучшение настроения.

С суставами шаман начал работать при помощи пчел. Укусы пчел давали сильнейшую реакцию. Суставы опухали, отекали, и Евдокия Михайловна испытывала сильнейшие боли. Шаман ее успокоил, уговорив потерпеть эти несколько дней.

На пятый день Евдокия Михайловна обнаружила, что укусы пчел не такие уж и болезненные, а ее суставы как будто ждут этих укусов, и с каждым днем они реагируют все лучше и лучше. Более того, она обнаружила удивительную вещь: во время укуса она начала ощущать, как целебный яд растекается по ее коленям, локтям, плечам и проникает куда-то глубоко-глубоко, доставляя ей неистовую радость.

Проведя курс гирудо- и апитерапии, шаман обнаружил, что кожа пациентки выглядит розовой и ее сутулость начала уходить. Она распрямила плечи, дыхание стало более ровным и глубоким.

Шаман знал, что сила лечения заключается не в каком-то одном методе, а в правильном сочетании всех методов, которые можно применить в данном случае и которые не будут иметь каких-либо противопоказаний.

*Ни в коем случае он никогда никому не рекомендовал проводить самолечение. Ведь то, что помогает одному, может навредить другому и привести к еще более печальным последствиям...*

Есть болезни, о которых человек не знает. И даже применение целебных пиявок может нанести непоправимый урон человеку, если он делает это без

определенных знаний или просто по совету другого человека, не имеющего образования и опыта в применении данного метода.

После первого курса терапии Евдокия Михайловна отдыхала целую неделю. Ее задача была гулять, наблюдать за природой и не думать о прошлом, с чем она очень успешно справлялась, попутно отмечая, что в ее голове нет негативных мыслей, ушли тревога и злость. Пришли абсолютно новые ощущения свободы и некой радости бытия.

Через неделю у нее начался курс восстановительного массажа, который придал ей еще большую подвижность. Ее тело приобрело почти былую свободу. Вскоре она смогла начать новую жизнь: без боли, без ограничений. Жизнь, полную свободы и радости.

## **Позвольте себе роскошь быть свободным!**

Мораль «сей басни» такова: для того чтобы не загнать себя в артрит, хронические непоправимые болезни, уделяйте время радостям, уделяйте время свободе! Научитесь отключать в своей голове мысли, ограничения и напряжение. Тогда вскоре вы увидите, что ваше тело начинает отдыхать так, как раньше никогда не отдыхало. Вы поймете, что если раньше для вас отдыхом было одно, то сейчас и отныне отдыхом может быть лишь отключение головы от суеты и проблем, которые, скорее всего, сами вы себе и надумываете.

Позвольте себе роскошь - быть свободным от надуманных проблем. Лишь одно это позволяет провести лечение, сопоставимое с колоссальными затратами на медицинские препараты, на санатории и на все остальное, на что уже приходится тратить волей или неволей, когда загоните себя до смерти. Свобода мысли, свобода от иллюзорных проблем и умение отключать себя от этих вещей являются высшей степенью умения человека правильно организовать свою жизнь и здоровье своего тела.



# Тайны шамана



## **Диагноз и лечение по фотографии**

Шаман очень много времени проводил в работе с фотографиями. Он работал в весьма отдаленном регионе, и хотя пациентов с каждым годом становилось все больше и больше, но далеко не все могли позволить себе роскошь приехать к нему на личный прием. Зачастую шаман работал с пациентами удаленно. Все новомодные способы общения, как то Интернет, Skype и прочие, он недолюбливал, считал их неживыми, предпочитая работать с фотографией человека и описанием его проблемы.

Когда шаман еще только проговаривал проблему человека, глядя на фотографию, человек начинал ощущать движения в теле. И некоторые болезни начинали уходить уже в тот момент, когда шаман еще только планировал лечение человека, проводя диагностику по фотографии.

Шаман никогда не сомневался в том, что делает, он прекрасно знал, что фотография человека – это и есть сам человек. Более того, опыт работы привел его к тому, что нередко лечение по фотографии было куда более эффективным, чем врачевание тела напрямую. Ведь человек может сам мешать лечению – перебивать, отвлекаться, пытаться направить в нужное русло, как ему кажется, пытаться что-то объяснить, ждать чего-то...

Когда Арамаан работал с фотографией, пациент об этом не знал, никак не препятствовал лечению своими действиями или своими мыслями. Ведь как только человек начинает о чем-то думать, он, направляя свои мысли, генерирует определенные энергии в тех органах, которые в данный момент подлежат излечению. Нередко эта энергия препятствует. Даже

если человек говорит, что он этого не хочет, он волей или неволей противодействует.

Работа же по фотографии давала полную свободу шаману. Пациент его не видел, что позволяло полностью сосредоточиться и не отвлекаться на какие-либо объяснения или уговоры. Шаман всегда знал, что начинать работу надо тогда, когда ты к ней готов. Он никогда не работал лишь потому, что надо работать. Если он по какой-либо причине был перегружен или уставал, он никогда не брался за работу, предпочитая дать полную свободу мыслям. Ведь если ты работаешь с энергетикой человека, а сам перегружен - то ты не только не поможешь ему, а еще и привнесешь в его поле свои проблемы и загрузишь пациента чем-то, что сам он объяснить не сможет, но при этом будет ощущать еще большую нагрузку на свой больной организм.

Шаман всегда начинал работу с несфокусированного осмотра фотографии. Он не смотрел куда-то предметно, не подмечал черты лица, тип телосложения, все это было ему не нужно. Он смотрел так, как будто бы видел сквозь человека, полностью рассредоточивая свое внимание и диссоциируя (разделяя) фотографию и человека как такового. Это позволяло его правому полушарию увидеть то, что он не сможет увидеть глазами, логикой или основываясь на информации, полученной от самого пациента.

*Основное при диагностике проблем человека по фотографии - правильно расфокусировать взгляд. Смотреть на человека надо так, как будто ты хочешь увидеть что-то за ним или вокруг него.*

Основное при диагностике проблем человека по фотографии – правильно расфокусировать взгляд. Этому шаман учился довольно долго. В основном при работе и оценке левым полушарием, то есть логикой, мышлением, интеллектом, взгляд цепляется за что-то и пытается анализировать увиденное, а это является в корне неверным. Взгляд должен быть полностью расфокусирован. Смотреть на человека надо так, как будто ты хочешь увидеть что-то за ним или вокруг него. Сама фигура

не должна привлекать внимание. И вот тогда, когда получается полностью расфокусировать взгляд, начинаются удивительные вещи. Фотография, которая на самом деле является энергетической копией человека или неким его слепком, отображает все его болезни, все его мысли, его текущее состояние и даже может говорить о некоторых проблемах, которые возникнут в будущем. При расфокусировке взгляда все эти вещи начинают проявляться.

Стоит отметить, что по-настоящему расфокусированный взгляд возможен лишь в легком трансе. Шаман всегда умел входить в транс лишь по одной ментальной команде. Он смотрел на фотографию, сквозь нее, и в этот момент его внутреннее внимание начинало уходить в какие-то зоны тела – иногда в печень, иногда в голову, иногда в ноги. Он какое-то время наблюдал, и они себя проявляли все более четко, обретая формы и цвета. Порой он даже мог увидеть картину, как на рентгене – деформированные суставы, проблемы с желчными протоками, проблемы с позвоночником, камни в почках. Чем более яркой была проблема, тем явственнее он ее видел.

Диагностика иногда занимала час, два, три, иногда и больше. Удивительно, что шаман проводил это время так, как будто это была минута или две. Иногда он сочетал диагностику с лечением. Замечая, что его

внимание привлекает какой-то объект, он начинал фокусировать свое левое полушарие, то есть прямое видение на этом моменте, и параллельно думал, как лучше с ним работать.

## Стирание болезни

Его излюбленной системой была работа с визуализацией образов и тканей. Он представлял, как выглядит больной орган, полностью его описывал, проводил свое внимание по контуру этого органа, отделяя его от других органов, а дальше он представлял, как выглядит болезнь в органе. Его задачей было полностью сфокусироваться на болезни внутри этого органа. Он ее описывал для себя, проводил четкие контуры этой болезни и представлял ее как нечто отдельное, что попало в этот орган случайно или злонамеренно, но что не должно там быть. И когда контуры болезни внутри этого органа были очерчены, он визуализировал большую тряпку или ластик, смотря что приходило на тот момент ему в голову, и начинал старательно затирать или смывать эту болезнь из органа. Это занимало немалое время, и чем дольше и глубже сидела эта болезнь, тем дольше и упорнее приходилось ее стирать.

Это тоже было хорошей диагностикой. Ведь если болезнь стиралась очень легко, шаман понимал, что она сидит там неглубоко и еще недолго. Если ему приходилось минут 40 стирать ее, смывать, продуть ее всеми ветрами, это говорило о том, что болезнь укоренилась в человеке и уже превратилась в хроническую. Тем не менее почти всегда ему удавалось хотя бы наполовину стереть любую болезнь. Парадоксально, что в эти моменты все пациенты, которые могли находиться вообще на другом краю света, чувствовали большое облегчение.

Но это было лишь первым этапом.

## Лечение стихиями

Вторым этапом была помощь стихий. Арамаан, будучи врачом, понимал, что кроме хирургического лечения (а свое лечение он называл именно хирургией), нужна еще и реабилитация, будь то физиотерапия или санаторное лечение. И тут он призывал на помощь стихии. Он смотрел, какая стихия избыточна в этом органе. Если это была печень, то, как правило, там царствовал огонь, стихия огня. Шаман физиотерапию проводил всегда через противоположную силу. Он призывал стихию воды и направлял ее потоки к больному органу. Работать со стихиями Арамаан научился давно, еще когда изучал шаманизм, почти каждый раз он применял их, и всегда они приносили большую пользу.

Изучая китайскую медицину, шаман обратил внимание, что и китайские целители придают особое значение стихиям в теле человека. Если в печени сидел огонь, значит, такая печень вскоре выгорала полностью, поскольку система закрытая, и огонь, помещенный в рамки какого-то органа, сжигает его полностью, если его вовремя не убрать.

Дисбаланс стихий в организме шаман считал одной из самых популярных причин возникновения всех болезней. В то же время дисбаланс стихий возникал из-за дисбаланса в психике человека, ведь именно психика является проводником стихий. Эмоции человека являются воплощением энергии той или иной стихии и являются пусковым механизмом для активации дисбаланса этих стихий в том или ином органе.

Приводя в баланс стихии, шаман умудрялся выровнять не только состояние органа, но еще и состояние психики человека, очень многих его эмоций.

Таким образом, работа оказывалась комплексной: восстановительной и реабилитационной – все одновременно.

Шаман, находясь в легком трансе, очень любил общаться со стихиями. Когда, например, ему не приходила в голову правильная мысль, он призывал стихии на помощь. Получая энергию стихий, он всегда находил правильные ответы. Но шаман прекрасно понимал, что стихии тоже могут работать избыточно. Если он совсем зальет огонь в печени водой, он, конечно, погасит огонь, но печень будет заводнена. Вскоре этот человек начнет страдать от переизбытка воды в печени. На практике это проявится нерешительностью, избыточной плаксивостью, нарушением оттока крови от головы и всеми другими проблемами, которые характерны для избытка стихии воды. Этого допускать нельзя.

После того как шаман убеждался, что излишний огонь в печени погашен, он проводил повторную диагностику: спрашивал через систему прямого видения, какая стихия должна превалировать на данный момент в этом органе? Если он видел, что не хватает стихии земли, он в дальнейшем замещал воду землей и какое-то время вновь наблюдал. Если он видел картину, при которой земля обретала в органе плодородие, он удовлетворялся этим и прекращал работать со стихиями.

Надо отметить, что по такому же образцу он проводил работу со всеми другими органами. Отличием являлось лишь одно: когда шаман видел проблему не в самом человеке, а вокруг него, он понимал, что болезни пациента вызваны внешними воздействиями – либо сильным влиянием на человека, либо давлением на него.



## Снятие с цепей

Понимая, что болезни человека вызваны внешними воздействиями, влиянием, давлением окружающей среды, социальных факторов, шаман погружался в работу с тонкими материями. Он искал пусковые механизмы, он искал, куда эти факторы, струйки, провода (чаще всего он их видел как провода), подключаются к телу человека. Затем брал в руки свой шаманский лечебный нож и старательно обрезал эти провода.

Бывали такие моменты, когда провода превращались в цепи, и нож просто не мог обрезать их. Тогда шаману приходилось искать в самом человеке, в его теле те крючки, за которые намертво зацепились канаты. Вынимая крючки, он в дальнейшем обрывал и цепь. Проводя реабилитацию по фотографии, он накладывал заплатки на места входов нитей, крючков и цепей, тщательно их заклеивал, предотвращая последующее появление этих явлений в теле человека.

Стоит отметить, что чаще всего такими местами «прикрепления» были левая почка, левое легкое или же левая нога человека. На практике он наблюдал, что чаще всего у таких людей страдает вся левая половина тела. Из-за перегруза левой почки она чаще всего опускалась и теряла часть своих функций, что вызывало перенапряжение правой почки, поскольку той приходилось компенсировать недостаточную работу левой. Такие пациенты чаще всего жаловались на правую почку, и в поликлиниках им проводили лечение именно правой почки, в то время как шаман прекрасно знал, что такое лечение бесполезно, поскольку оно является чисто симптоматическим и не несет никакой

пользы. Если его просили лечить правую почку, он всегда смотрел, что происходит с левой.

Вообще он для себя выработал правило: болит правая нога – сначала лечи левую. Болит правая почка – сначала исправь левую. Если у тебя болит голова, лечи что-то в тазу. А если болит копчик, то посмотри, что делается с шеей. Такая практика всегда приводила его к положительным результатам. Ефоходили бесследно очень серьезные проблемы. Женщины, страдающие кистами в яичниках или другими проблемами, путем очищения мыслей и работы с ментальными болезнями получали сильнейшую прокачку организма. Выходили не только на новый уровень здоровья, но и лишались своих страхов, фобий и текущих ограничений, результатами которых были болезни малого таза.

## Семейная психотерапия шамана

Шаман за годы работы четко усвоил, что для женщин чаще всего характерен избыток одних стихий, а для мужчин избыток других стихийных энергий. Если происходил семейный конфликт, который породил какие-то болезни, то шаман знал, что ошибкой женщины является чаще всего попытка принуждения мужчины к чему-то.

Несмотря на то что энергетика женщины почти всегда сильнее, чем энергетика мужчины, природа сделала так, чтобы компенсировать все это избытком гормонов в теле мужчины, а именно тестостероном. У женщины тестостерона в десять раз меньше, чем у мужчины. Это проявляется не только меньшей мышечной массой, но и поведением. Одним из проявлений этого гормона в теле является огонь и порожденная им агрессия. Если женщина не проявляла мудрость, которая свойственна ей по природе, а выказывала нетерпение по отношению к мужчине и начинала замещать в себе стихию воды стихией огня – проявлять агрессию, это всегда приводило к обратной агрессии в виде защиты мужчины от женщины. Но поскольку тестостерона, который является символом агрессии, в теле мужчины в десять раз больше, то ответная агрессия также была в десять раз сильнее. Ни одна женщина не может справиться с этой агрессией, если она не заменит в себе огонь на стихию воды: ведь только вода может погасить тестостерон и сбалансировать агрессию, порожденную им.

Такие конфликты истощают всех участников: битва женщины с мужчиной на поле агрессии всегда приводит к истощению. Мужчина истощает женщину физически, она, будучи более сильным энергетическим

объектом, истощает его ментально. Все такие конфликты тупиковые. Шаман хорошо умел с ними работать, замещая стихии и погашая тем самым конфликты.

*Он выработал правило: болит правая нога – сначала лечи левую. Болит правая почка – исправь левую. Если болит голова, лечи что-то в тазу. А если болит копчик, посмотри, что делается с шеей.*

Многие считали его семейным психологом. Шаман никогда не объяснял систему своей работы, не спорил ни с кем. Если пациентам удобнее было считать его психологом, значит, так тому и быть, значит, для них он был психологом. Ведь не важно, что и как происходит, важен результат. А результата можно добиваться разными путями, в том числе успешной работой с балансом стихий в теле человека.

Арамаан всегда советовал женщинам себя вести с мужчинами не так, как они привыкли, а несколько по-иному. Если женщина что-то хочет получить от мужчины, то она часто делает это некорректным путем. Начинает давить, порождая ответную агрессию, затем начинает обижаться и еще сильнее давить – все это в конечном счете порождает конфликт стихии огня.

*Маленькая искра со стороны женщины активирует, разжигает большой огонь в мужчине, усиливая тестостероновые эффекты, приводя к большим, массивным пожарам – конфликтам в семье. Нередко это является причиной рухнувших отношений.*

Шаман всегда объяснял женщине, что если она хочет что-то получить от мужчины, она должна проявить в себе стихию воды, а не огня, то есть текучесть, лабильность и мягкость. Лучшее, что она может сделать, чтобы получить желаемое от

мужчины, – это убедить мужчину в том, что оно нужно скорее ему, чем ей. Тогда стихия воды погасит стихию огня еще до того, как это пламя себя проявит, и женщина получит желаемый результат. Это может проявляться и на уровне отношений. Один раз таким путем шаман научил женщину, как правильно женить на себе мужчину. Если женщина обычно хочет выйти замуж за любимого мужчину, то далеко не факт, что мужчина *хочет жениться*, но одного ее желания тут явно мало. Тем более, если у них есть какие-то отношения, то, скорее всего, мужчину все будет устраивать. Как правило, желание получить штамп в паспорте более характерно для женщин, ведь они наивно полагают, что это обезопасит их на многие годы, что в корне неверно. Тем не менее, обучая людей балансировать стихии в своем теле, а также в своих эмоциях, шаман добивался хороших результатов в налаживании семейных и других отношений.

## Рисование болезней

Одной из излюбленных практик шамана была техника рисования болезней. Но Арамаан никому еще о ней не рассказывал. Шаман, находясь в трансе, смотрел, как выглядит болезнь в теле пациента, и... рисовал ее на бумаге. Затем он начинал лечить эту болезнь – тоже на бумаге, исправляя загибы, искривления, петли, узлы, все то, что попадалось неправильного.

Он многократно ее перерисовывал, добиваясь исправления формы линий, которые изначально выглядели спутанно, иногда сплетаясь в сложные узлы, образуя много петель и формируя непроходимость энергетических потоков в теле пациента. При этом с пациентом начинали происходить чудесные изменения. Его организм начинал работать по-другому, освобождая себя от лишних токсинов и шлаков.

По такой же системе он работал с ситуативными проблемами пациентов. Если пациент приходил и говорил, что у него сложная ситуация, из которой он не видит выхода, шаман всегда обозначал на бумаге два пункта: «А», с которого началась история, и «Б» – это то, к чему хотел прийти его пациент. Дальше он давал своей руке свободу, и рука вела линию из пункта «А» в пункт «Б». Чаще всего эта линия была не прямая, а имела множество отклонений, таких же узлов, крючков, все это свидетельствовало о том, что сам человек действует так, что его путь усложняется во много раз. Вместо того чтобы пройти по прямой из точки «А» в точку «Б», он многократно усложнял свою задачу.

Шаман исправлял все эти «петляния» и выводил прямую линию. В этот момент к человеку приходили удивительные мысли о том, как исправить его

ситуацию. Чаще всего пациент говорил о том, что нашел выход. Многие даже признавались, что решение лежало у них под ногами, а они искали его за много километров от себя...

Шамана это не удивляло. Когда он видел все эти спутанные линии, то как раз понимал: человек ищет решение не там, где оно есть, а далеко от места, где он вообще может его найти. Чем дальше уходили линии от места решения, тем больше петель становилось на рисунке. Это, как и работа с фотографией, сугубо профессиональная техника Арамаана. Но есть кое-что по силам и вам, читатели этой книги.

## Самодиагностика стихий

Шаман очень любил обучать людей правильной посильной работе с самими собой, в частности работе со стихиями. Одна из его рекомендаций была в том, что человек, если его что-то беспокоит, может сосредоточить свои мысли на проблеме и постараться ощутить в теле орган или место, которое как-либо связано с этими мыслями. Сделать это очень легко – достаточно просто обратить расфокусированное внимание на свое тело, взгляд или внимание тут же уйдет в какую-то часть тела. Именно там проблема и сидит.

Затем шаман рекомендовал приложить к этой части тела правую руку и попробовать этой рукой ощутить: что там есть? Стихия огня может проявляться в виде жара, или красного цвета, или каких-либо других ощущений, так или иначе напоминающих огонь. У многих людей просто приходят картинки в виде тлеющих угольков, пламени свечей, горящего камина, когда они дотрагиваются до определенных частей тела.

Дальше шаман рекомендует обратить внимание: комфортно ли руке это ощущение? Если рука испытывает дискомфорт, значит, эта стихия избыточна. Иногда человек может описать свои ощущения от прикосновения как помещение руки в некое болото с илом, даже описать запах гниющей воды... Это всегда говорит о том, что есть дисбаланс стихии воды. Можно пролечить страдающий избытком орган заменой той или иной стихии на противоположную ей.

*Однако шаман всегда напоминая пациентам, что самолечение чаще всего приводит к противоположному результату, чем к желаемому. Диагностика – это одно, а*



*для лечения нужно иметь соответствующее образование!*

## **Баланс всех стихии**

Одной из важных обучающих практик шамана, которым он учил всех пациентов, был баланс всех четырех стихий в теле человека.

1. Сначала человек отдается стихии ветра.

Для этого ему нужно выйти на открытую природную территорию, желательно на некую возвышенность, поднять руки в стороны и дать ветру полностью себя продуть. Через несколько секунд человек начинает ощущать, что какие-то части тела не поддаются ветру, тогда он может обратить свое внимание на эти части и усилить потоки ветра именно в этих органах. Осторожно открыть их потоку ветра. Вскоре – через минуту или полторы, этого вполне достаточно, – человек ощутит свободу в этих органах.

2. Затем человек может разжечь огонь. Желательно, чтобы этот огонь был на натуральных дровах, без применения горюче-смазочных материалов и другой химии. Когда пламя будет уже ярко гореть, можно мысленно вступить в этот огонь. Само тело должно быть в полутора-двух метрах от огня, для того чтобы человек мог ощущать тепло пламени, но был при этом в безопасности. Мысленно перемещая свое тело в огонь, переводя проекцию своего тела в огонь, или, как говорил шаман, образ своего тела, – мы наполняем огнем. Можно при этом попросить огонь очистить вас от всего того, что подвластно его воздействию. При таком очищении человек также ощущает, что некоторые части его тела не прожигаются огнем. Тогда он обращал свое внимание на эти зоны, и вскоре препятствия сгорали в пламени огня, проходя очищение.

*При работе с огнем шаман всегда напоминая о мерах предосторожности! Ведь огонь - это очень мощная стихия, он затягивает в себя. Пламя ненасытно!*

При очищении огнем человек ощущает невероятную легкость, тепло, даже эйфорию, которую сведущие сопоставляют с эйфорией от наркотических препаратов. Выйти из огня очень тяжело. Нам бесконечно комфортно сидеть в огне. Но все должно быть в меру, и если на начальном этапе огонь сжигает проблему в том или ином органе, то дальше он начинает сжигать сами органы, и это неощутимо самим человеком. Чем больше он проводит в огне - тем большую легкость он испытывает. Однако это также может быть опасным.

*Шаман всегда объяснял женщине, что если она хочет что-то получить от мужчины, она должна проявить в себе стихию воды, а не огня, то есть текучесть, лабильность и мягкость. Лучшее, что она может сделать, чтобы получить желаемое от мужчины, - это убедить мужчину в том, что оно нужно скорее ему, чем ей.*

Поэтому шаман никогда не рекомендовал неподготовленному человеку проводить очищение огнем более трех-четырёх минут и в одиночку. Желательно, чтобы рядом был опытный проводник, который может считывать информацию с тела и в любой момент вытащить из транса. Ведь сам человек может уйти в глубокий транс и, находясь в этой эйфории, провести несколько часов в огне.

3. После очищения огнем шаман всегда рекомендовал стихию воды. Она могла погасить избыток огня и одновременно успокоить

человека. Вода всегда положительно влияет на психику. Очень многие психические болезни связаны с дисбалансом воды в организме. Пребывая в воде,

человек просит ее заполнить тело, заполнить те участки, которые обезвожены и нуждаются в воде. Желательно это делать в природном водоеме, а наилучшее очищение происходит при купании в горных источниках. Если есть возможность искупаться в водопаде – это будет самое лучшее очищение через воду.

4. В конце цикла баланса стихий шаман практиковал очищение земель. Он одевал человека в старую одежду, которую тот мог потом свободно выбросить, и закапывал в землю на 30 минут, оставляя на поверхности только лишь водолазную трубку, через которую очищаемый мог дышать. Арамаан объяснял, что при работе с закапыванием человека важно закопать именно в *землю*, а не в песок на берегу моря, как многие делают, или в глину, как те, кто практикует грязевые ванны. Это все не является аналогом работы с землей, кроме настоящей плодородной почвы.

*Без помощи опытного специалиста данный вид очищения лучше не проводить. Если нет возможности обратиться к специалисту, Арамаан рекомендовал просто полежать полчаса на поверхности теплой плодородной земли. При этом человек может ощущать, как земля забирает с него все лишнее, давая ему ощущение легкости и радости.*

Земля обладает бесконечной силой. Каждый человек рожден землей, мы все выходим из земли и все туда же и уходим, из праха в прах... Земля – та стихия, которая дает нам физическую силу, иммунитет, финансы, ведь деньги – это тоже стихия земли во многом. Все то, что материально, вышло из земли, поэтому дисбаланс земли в человеке порождает многие проблемы и финансовые неурядицы. Земля на себя берет, вытягивает многие психоэмоциональные проблемы, и даже какие-то энергоинформационные

враждебные действия других людей могут быть очищены землей.

Когда человек общается с землей, чаще всего он испытывает благостные ощущения. Ему не бывает страшно, наоборот, он ощущает взаимодействие с чем-то свободным и бесконечно комфортным.

## Бездельники и вампиры

Единственное, с кем не любил работать шаман, – это с бездельниками и вампирами. Таких было довольно много. Шаман никогда не стремился заработать «все» деньги, поэтому когда к нему приходил пациент и просил сделать *все за него*, то есть сделать так, чтобы самому пациенту ничего не приходилось делать, – Арамаан сразу же отправлял его восвояси и просил больше не приходить.

*Задача шамана – не только вылечить человека, но и научить его действовать по-другому. Ведь если он все сделает за него, то не вылечит, а лишь избавит от какого-то симптома. Но вскоре ситуация повторится, как на уровне жизненных проблем и событий, так и на уровне физиологии человека. Возможно, станет даже хуже.*

Кроме того, шаман знал, что именно бездельники и вампиры склонны к хронизации. Если один раз ты поддался им, они сделают все, чтобы сесть тебе на голову, даже не на шею. Если потом ты попытаешься им отказать, они будут настаивать, шантажировать, угрожать... Многие даже не гнушаются шантажировать своим самоубийством, если они не получают помощь. Эти нахлебники пользуются всеми способами, которые для них приемлемы, чтобы получить «питание».

*Земля обладает бесконечной силой. Каждый человек рожден землей, мы все выходим из земли и все туда же и уходим. Земля – та стихия, которая нам дает физическую силу, иммунитет, финансы.*

Поэтому лучше изначально, сразу не иметь дела с такими людьми, чем тратить энергию и силы на последующее противодействие им. Они приносят очень много проблем и болезней другим людям. Ведь их задача – не столько вылечить себя, сколько переложить эту ответственность на плечи другого человека, обеспечив проблемы уже ему и подпитав на какое-то время себя.

*Совет шамана: всегда избегайте близкого общения с бездельниками и вампирами.*

Обычно такие люди приносят разлад в коллектив, где работают, в семьях от них страдают все... Даже соседи могут испытывать дискомфорт при общении с такими людьми. Если вы один раз ощутили, что человек пытается что-то повесить на вас, особенно если это касается его здоровья или его проблем; если вы чувствуете, что человек пытается принудить вас к решению своих проблем, – бегите прочь! Максимально ограничивайте общение с такими людьми. Они не принесут вам ничего хорошего, но могут лишить вас радости жизни.

## Дельный совет на прощание

После того как Арамаан заканчивал лечение, он всегда давал дельный совет своим пациентам. Он всегда советовал: «Живите в балансе и никогда не допускайте избыточности чего-либо!» Даже мысли могут быть настолько избыточными, что порождают болезни внутри тела. А длительность этой избыточности приводит к хронизации и к уже необратимым процессам в теле.

Если человек очень любит соленое, шаман всегда рекомендовал чуть-чуть выравнивать это сладким, и наоборот. Делать это приходится намеренно, поначалу принуждая себя. Если человек очень любит огонь, шаман всегда рекомендовал чуть больше времени посвящать воде. Если человек избыточен в каких-либо эмоциях, например подвержен депрессии, то шаман всегда рекомендовал чуть больше времени посвящать приятностям.

Арамаан так и называл это – *приятности* – то, что человеку приятно. Ведь то, что человеку приятно, приносит ему радость, а радость всегда заместит депрессию, ведь это сильнейшие конкуренты – депрессия и радость. Таким образом, умело балансируя свое тело, человек достигает долголетия, чего всегда и всем желал шаман – нейтральности и долголетия. Нейтральности и долголетия вам!



# Послесловие



## От редактора

Никита Истомин – автор уникальной методики остеопатической коррекции всех форм мастопатии и мигрени, также работает с психосоматическими заболеваниями, тревожностью, страхами. Использует в работе индивидуальные аквапрепараты, биорезонансную гомеопатию, техники психодинамической коррекции. Успешно применяет классическую кранио-сакральную остеопатию, биодинамику, висцеральную остеопатию (работа с внутренними органами) и методы дистанционного лечения, коррекции заболеваний с помощью флексионной (живой) и экстензионной (мертвой воды) – лечение внешнего воздействия, тревожности, апатии, панических атак. Является действующим сертифицированным специалистом по клинической лабораторной диагностике, ультразвуковой диагностике акушерству и гинекологии, остеопатии, биорезонансной гомеопатии и гирудотерапии. Тренер-психолог, парапсихолог и практик по шаманской медицине.

Никита Юрьевич родился в Москве в семье учителей и психологов. Закончил 2-й Московский медицинский институт (РГМУ) по специальности врач-кибернетик. После окончания университета понял, что звание врач-кибернетик гордое и важное, однако, будучи практиком и испытателем по натуре, не захотел остаться в теоретической научной медицине и поступил на лечебный факультет 3-го Московского медицинского университета. Окончив его, сдал экзамены в клиническую ординатуру Федерального медико-биологического агентства РФ по курсу «Акушерство и гинекология». Закончив ординатуру, работал врачом,

заведующим отделением и главврачом в ведущих московских клиниках, постоянно оттачивая навыки и повышая квалификацию.

В погоне за достижениями науки отработал два года в одной из ведущих российских лабораторий, попутно отучившись и получив сертификат врача клинической лабораторной диагностики (в Институте повышения квалификации Федерального медико-биологического агентства). Постоянная работа с пациентами привела к тому, что сложилось четкое понимание: причины болезней лежат далеко за пределами проявленных симптомов. Так началась новая эра в жизни – эра парапсихологии, шаманства и остеопатии. Истомина окончил сертификационный курс по остеопатии в Российском университете дружбы народов (РУДН). Пройдя курс обучения когнитивной психотерапии и гипнозу, начал работать вплотную с заболеваниями человека с точки зрения психосоматики, что дало первые результаты в лечении хронических болезней, не поддававшихся ранее излечению с помощью традиционной фармакологии. Далее судьба познакомила с классической остеопатией и биодинамической остеопатией, что послужило очередным толчком к отказу от лечения пациентов фармсредствами.

2013 год стал переломным в судьбе Никиты Юрьевича. Встреча с народным целителем и шаманом из Якутии полностью перевернула представление о современной медицине, с тех пор начались путешествия в Якутию, Сибирь, Карелию, где проходило обучение традиционной шаманской медицине. Параллельно он учился у одного из ведущих остеопатов России – Ю. В. Чикурова.

Получив в 2014 году звание мастера школы соматической интеграции, Никита Юрьевич уволился из клиники и начал «сольное» выступление. Открыв свой

кабинет, начал работать с тяжелыми хроническими заболеваниями, накапливая ценный опыт, который в 2015 году позволил начать новую практику - ведение семинаров и лекций по психологии отношений, психологии болезней, а также семинаров по бесконтактным техникам воздействия на тело и психику человека. Ежегодно более 1500 пациентов обращаются для лечения тяжелых хронических болезней, а также с такими проблемами, как семейные отношения, страхи, ограничения и фобии. 95 % из них - женщины.

Проанализировав все случаи, Никита Юрьевич пришел к выводу, что большинство из них однотипные, и это позволило сформировать новые концепции семинаров и лекций специально для женщин, которые он успешно проводит в Москве, Самаре, Перми, Екатеринбурге, Красноярске, а также за пределами России - на Кипре и в Казахстане.

## От автора

Занимаясь гинекологией, я наработал определенный опыт и понял, что, увы, не все так хорошо в нашей современной медицине... Принимая пациенток и проводя лечение, мы добиваемся только 50 % успеха. Хорошо поддаются лечению острые процессы, инфекции и т. д. А вот с запущенными процессами, с давней хроникой зачастую сложно что-либо сделать, остается лишь облегчать страдания или пытаться их облегчить... Все это очень разочаровывало меня и заставляло постепенно понять значимость альтернативной медицины и альтернативных методов лечения хронических заболеваний. Я начал изучать опыт европейских специалистов и был очень удивлен тем, что они в терапии хронических заболеваний зачастую ставят на первое место иглоукалывание, трудотерапию и остеопатию и... - как бы это странно тогда для меня ни казалось - добиваются очень позитивных результатов и длительных ремиссий, а иногда и излечения!!!

Все это заставило меня пересмотреть свое классическое образование, начать изучать альтернативную медицину и внедрять ее в свою практику. Я не отказался от гинекологии классической и не призываю никого это делать. Она нужна, она верна, это бесспорно. Я не отрицаю пользу применения антибиотиков и уверен, что остеопатия не заменит антибиотик и он важнее в некоторые моменты. Но, увы, это больше касается острых ситуаций, а мы зачастую имеем хронический процесс, который доставляет много проблем пациенту.

Так начался мой путь в альтернативную медицину. Самое интересное, что лично я отмечаю (а пациенты -

тем более) очень сильный эффект сочетания остеопатии и гирудотерапии. Начиная с остеопатического сеанса, перехожу к постановке пиявок. 90 % пациентов уже через день отмечают значительные изменения в ощущениях: с так называемой «тазовой» болью удается справиться через несколько сеансов. Прекрасное воздействие отмечается и в подростковом возрасте. (Про детей не скажу, с ними не работаю, но подростки реагируют положительно.)

Сейчас очень много споров по поводу остеопатии, иголок, гирудотерапии. Спорить можно до бесконечности. Споры в основном порождают врачи, пытаюсь всех убедить, что все это шарлатанство неучей. Я тоже врач, причем получил фундаментальное образование в Москве, но я бы не стал так категорично критиковать альтернативную медицину, как мои коллеги. Ведь нет неизлечимых болезней, есть лишь те болезни, которые мы не умеем лечить антибиотиком, гормонами и другими традиционными (для нас) методами.

Даже будучи весьма успешным врачом, я смутно ощущал в себе некий зов. И когда я встретил первого своего Учителя – шамана, – этот зов проявился во мне в виде целителя Арамаана. В индуизме есть понятие аватара – воплощения некой высокой сущности в земном человеке. Возможно, Арамаан – этот случай. Мир не так прост, как нам каждый раз кажется, – именно это я понимаю с каждым разом все больше. Самое важное в этой книге не разгадка (или загадка?) Арамаана – а ваша жизнь: вы можете ее улучшить!



*Живите в балансе и никогда не допускайте избыточности чего-либо. Даже мысли могут быть избыточными и порождают болезни внутри тела.*

---

**notes**

## **Примечания**



# 1

Бумеранг – это возвращение энергии с отрицательным знаком, своеобразная плата за содеянное.

## 2

Инсайт (от англ, *insight* - проницательность, проникновение в суть, понимание, озарение, внезапная догадка, прозрение) - многозначный термин из области психологии, психоанализа и психиатрии, описывающий сложное интеллектуальное явление, суть которого состоит в неожиданном, отчасти интуитивном прорыве к пониманию поставленной проблемы и «внезапном» нахождении ее решения.

# З

Гештальт – понятие из психотерапии, в переводе с немецкого «целостный образ».