

Живите по небесному плану

Как построить жизнь в соответствии с вашим предназначением

Соня Чокет



Введение

Когда я начинаю размышлять о том, как появилась на свет эта книга, меня охватывает чувство глубокой благодарности ко всем моим учителям — и академическим, и духовным. Эта книга — мое собственное чудо, воплощенное сокровенное желание.

Позвольте поведать вам, как она родилась.

Много лет назад, когда я только начинала заниматься интуитивными предсказаниями, обнаружилось, что самая сложная часть работы заключается в следующем: сообщить клиентам, что им не суждено реализовать свои желания. Каждый раз мне казалось, будто я вдребезги разбиваю их мечты, и я ненавидела себя за это. После нескольких лет мучительной практики я пришла к выводу, что должен быть иной, лучший, способ помогать людям. Я чувствовала, что не справляюсь с работой, что все идет наперекосяк, что я просто предсказываю неудачи, а не помогаю отыскать верный путь к успеху. А раз я не способна на это, значит, пользы от моей работы никакой. Возможно, мои пессимистичные прогнозы даже мешали клиентам и тормозили их продвижение вперед.

Эта мысль не давала мне покоя. Моя работа не приносила мне удовлетворения, ибо я не хотела довольствоваться ролью простого интуитивного наблюдателя. Я ощущала разочарование и недовольство клиентов, и мне хотелось предлагать им мудрые решения, указывать верный путь. Главное было узнать, что это за решения. И как только я сосредоточилась на своей цели, вся вселенная духовного познания раскрылась передо мной.

Божественный дух направлял процесс познания с самого начала моей жизни. Первой моей наставницей стала мать. Пережив ребенком невыносимые страдания в раздираемой второй мировой войной Европе, она всегда служила мне примером упорства и силы духа.

Благодаря ей я познала, что существует энергия стремления и воображения, она научила меня верить в готовность мира принять и поддержать любые мои фантазии и желания, если только я буду до конца выполнять свою часть работы.

Ее благословение и поддержка вели меня вперед в поисках знаний по религии, метафизике и духовному развитию. Чем больше я читала, тем больше понимала: осмысление — вот ключ к успеху. Я чувствовала себя ребенком, оказавшимся в магазине сладостей. Мое воодушевление не знало пределов; горя желанием найти ответы на многочисленные вопросы, я с головой ушла в изучение астрологии, нумерологии, таро, каббалы, медитации, йоги, системы чакр и всего, что могло открыть мне, как на земле проявляет себя духовное начало. Не осталось ни одного камня, под который я бы не заглянула. Медленно, как будто складывая фрагменты огромной головоломки, я приближалась к открытию того, как люди могут создавать то, что пожелают.

Во время своих исканий я познакомилась с двумя духовными наставниками, Чарли Гудманом и доктором Трентоном Талли. Под их руководством я познала истину: будучи духовными созданиями «по образу и подобию Божьему», мы действительно являемся архитекторами своей жизни. Более того, я усвоила, что процесс, превращающий творческий импульс в наглядный результат, непрерывен, логичен и беспристрастен. С помощью своих наставников я познала эти принципы в теории. И с тех пор старалась претворить их в жизнь. С того самого времени я переживала небывалый подъем, и люди вокруг удивлялись моей постоянной «удаче».

Четырнадцать лет назад я поняла, что мне необходимо поделиться приобретенными знаниями со своими клиентами. Поначалу я знакомила их с отдельными законами созидания. Я помогала им определять принципы, необходимые для того, чтобы не сворачивать с пути и реализовать свои мечты. Однако вскоре я пришла к мысли, что намного эффективнее представлять эти принципы в их единстве и неразрывности.

Мой муж Патрик и я разработали семинар под названием «Суть реальности: Как создать то, что вы хотите». Вначале программа получилась слишком сложной и насыщенной, но постепенно с помощью участников мы упрощали ее, делая доступной и логичной, отбирая основополагающие универсальные принципы и шлифуя их, стараясь придать им лаконичность, практичность и легкость для исполнения. Новый формат позволял любому участнику получить в сопровождение божественный эскорт.

Так появилась эта книга. Это синтез всего, что я изучила за двадцать пять лет. За образец я взяла дерево жизни из каббалы — древней метафизической системы, раскрывающей трансформационный процесс творчества.

Данная книга включает мою интерпретацию сложных духовных законов и их применения. Я выбрала форму рабочей тетради, в которой каждый принцип иллюстрируется наглядными примерами и историями. Как вы увидите в дальнейшем, моими главными наставниками являются Иисус из Назарета и Гаутама Будда — они оба строили свое учение на притчах. В своей книге я использовала современные притчи из собственной жизни и жизни клиентов и участников семинаров.

Я верю всей душой, что существуют принципы, которые нам суждено открыть, и что этот день обязательно наступит. То, что я узнала, освещает мой путь вот уже двадцать лет намного лучше волшебного фонарика. Мои искания сделали мою жизнь счастливой и полной, и хотя они еще не закончены, мое сокровенное желание — поделиться ими с вами.

Благодаря описываемым здесь принципам созидания в моей жизни случалось огромное количество чудес, радостных сюрпризов, я не раз испытывала изумительнейшее ощущение мира и спокойствия в душе. Работая с этими законами, я поняла: если я буду готова выполнять свою часть работы, Бог обязательно встретит меня на полпути. Больше двадцати лет я испытываю на себе вселенскую любовь и благосклонность, которыми осыпали меня эти знания, окружившие меня всем тем, к чему истинно стремилось мое сердце. Я хочу поделиться с вами принципами, щедро и с любовью дарованными мне; они просты, но способны творить чудеса.

Ключ к их успешному применению заключается в том, чтобы реализовывать их один за другим, по очереди. Если вы справитесь с одним, он естественным образом приведет вас к следующему. Если же вы споткнетесь где-нибудь по пути — просто вернитесь к началу и повторите принципы еще раз, чтобы убедиться, что вы все поняли и тщательно усвоили.

Если вы относитесь к тому типу людей, кто бросает дела на полдороге или кто легко отвлекается и опускает руки, то вам лучше найти одного-двух преданных друзей, которые поработали бы над этими принципами вместе с вами.

Помните, пожалуйста, что вам не нужно торопиться, стараясь как можно быстрее овладеть всеми законами. Спешить нет нужды, хорошенько усвойте каждый принцип, прежде чем переходить к следующему; это намного лучше, чем в суете сбиться с верного пути и потом возвращаться назад.

Попробуйте и посмотрите, что из этого выйдет. Я искренне верю, что у вас все получится. Ведь меня эти принципы привели к счастливой и удивительной жизни. Желая и вам того же, я написала книгу, которая сейчас лежит перед вами. Надеюсь, она приведет вас к исполнению мечты.

Соня Чокет

Разминка

Прежде чем вы приступите к работе над мечтами и желаниями, вам следует усвоить три простых правила.

Правило 1. Путешествуйте налегке

Если вы хотите приблизиться к мечтам — не держитесь за собственные страхи. Раз уж вы вступили на путь созидания, оставьте позади все предположения и догадки об устройстве мира. Не обременяйте себя бесполезными предрассудками, мнениями окружающих или чужим видением «реальности». Применив универсальные принципы созидания, вы в состоянии сделать все, что угодно. Здесь нет никакой избранности или удачи, есть только синхронность и высшая милость. Если вы будете следовать принципам, то эти дары — ваши.

Помните: вы — духовное создание, которое здесь, на земле, должно реализовать свою творческую божественность.

Правило 2. Несите ответственность за свою мечту

Чтобы реализовать свою мечту, вы должны сначала признать, что вы Божественный творец, а поэтому уже сотворили не одно чудо. Даже неприятные жизненные обстоятельства являются следствием вашей созидательной работы. А это означает, что вы не вправе обвинять других, снимать с себя ответственность, жалеть себя или позволять себе злиться на свою сегодняшнюю жизнь.

Другими словами, возьмите на себя ответственность за свои действия и примите свою жизнь такой, какая она есть... даже если в ней царят путаница и неразбериха. Взгляните на каждый ее аспект хладнокровно и беспристрастно. Хороша ли ваша жизнь, плоха ли — на всем лежит нестираемый отпечаток вашего личного уникального созидания. Если вас не удовлетворяют условия жизни — создайте что-нибудь новое. В конце концов, неважно, какова ситуация сейчас, ведь вы можете изменить ее, если не будете цепляться за отрицательные эмоции и пессимистическое настроение.

Моя мать нам часто повторяла: «Благословенна будь неразбериха». Иными словами, не стоит даром расходовать эмоции. Более того, ни к чему тратить время, обвиняя в собственных проблемах других. Поступая так, вы отдаете им созидательную силу, и могу вас уверить, они воспользуются ею не для того, чтобы сделать вас счастливее.

Возможно, вас так и подмывает спросить: «Хотите сказать, я несу ответственность за несправедливое отношение босса, за сварливую супругу, плохое здоровье и ужасную работу?»

Нет, не совсем. Но именно ваша созидательная сила завела вас в подобную ситуацию, и она же способна вытащить вас оттуда. Неважно, где вы находитесь в настоящий момент, — ничто не сможет помешать вам реализовать свою мечту завтра. Даже при самом ужасном сценарии вы можете открыть в себе невероятный потенциал.

Давайте смотреть правде в лицо: если все идет хорошо, мы все грешим бездельем. И только когда под ногами у нас горит земля, колесики в нашем творческом механизме начинают вращаться.

Однажды моя мать рассказала мне историю, подтверждающую этот вывод. Будучи по происхождению румынкой, во время второй мировой войны она попала в концентрационный лагерь. И выжила — благодаря богатой душе и интуитивной находчивости.

После прихода американских войск мама была освобождена и поселилась в маленьком баварском городе. Для наведения порядка там ввели очень строгое военное положение. Страна была разорена войной, и люди боролись за пищу, одежду и все необходимое для жизни. По словам матери, это заставило всех «приложить максимум созидательных усилий».

Ее друг, цыган по имени Ларош, умудрился украсть армейское одеяло, что являлось грубым нарушением закона. Погода стояла холодная, а теплых вещей не хватало даже для солдат. К сожалению, Лароша поймали с поличным и немедленно арестовали. За подобное нарушение ему полагалось провести три месяца в тюрьме.

Моя мать и еще несколько человек собрались, чтобы придумать, как вытащить Лароша, ломая головы над возможными оправданиями его воровству. Внезапно мою маму осенило.

Надо сказать, предложила она, что цыган дальтоник, а поэтому не понял, что одеяло армейское.

Какая творческая находка! Суд оценил ее, и вскоре Ларош был отпущен на свободу.

Мама говорила, что подобный вид мозгового штурма заставил всех покопаться в своих творческих залежах. У людей не было времени на злость или чувство жалости к самим себе. Если они хотели выжить, им нужно было на полную мощность использовать творческую энергию. В одиночку это представлялось довольно сложным, но вместе они становились умнее и находчивее. Маленькие трофеи, вроде картошки или яйца, превращались в важные победы.

Обвиняя, негодуя или предаваясь чувству жалости к самому себе, вы теряете силу — а это худшее, что с вами может случиться. Где бы вы ни находились, воспользуйтесь ситуацией в качестве трамплина, оттолкнувшись от которого вы взлетите вверх, к своей мечте.

Правило 3. Не зацикливайтесь на контроле

Если вы зациклены на контроле, значит, перед любым рискованным ходом вы требуете гарантий успешных результатов. Вы стремитесь избежать боли и разочарований, поэтому даже не пытаетесь ничего предпринять. Еще не начав бороться, вы хотите знать, что победите. Но, помимо всего, ваше стремление к контролю означает неудачу, поскольку та уверенность, которой жаждут люди, подобные вам, есть дар заслуженный, заработанный, плод мужества и риска, его нельзя обрести заранее.

Требование гарантий определенных результатов означает, что вы ограничиваете то, что даете, и, соответственно, уменьшаете то, что получаете. Попытки избежать разочарования — это попытки избежать самой жизни, ибо разочарование есть наш учитель, дающий нам знать, когда мы сворачиваем с пути и должны выбрать новое направление.

Если вы зациклились на контроле, вы не сможете свободно творить, поскольку свободное творчество идет от вашей истинной сущности, от вашего настоящего «я» — души. Творчество под контролем — это попытки создавать нечто, исходя из собственного эго, а сокровенные желания не осуществляются таким образом. Сокровенные желания являются выражением души.

Вот мы и познакомились с тремя простыми правилами — помните о них на пути к осуществлению своей мечты. Мое любимое выражение из «И Цзин» («Книги перемен») звучит так: «Если верно начало, верен и конец». Так что для обеспечения удивительного начала: (1) путешествуйте налегке; (2) несите ответственность за свою мечту; (3) не зацикливайтесь на контроле.

Вы — Божественный творец

Перед тем как приступить к работе над исполнением сокровенного желания, очень важно признать все творческие успехи, которых вы уже добились. Запишите в блокнот все самые серьезные достижения от рождения до настоящего момента — таким образом вы оцените свою творческую силу в действии.

Принцип первый

Сосредоточьтесь на своей мечте

Первый принцип творчества гласит: мысль созидательна. Поэтому если вы желаете получить некий результат, сначала зафиксируйте в мыслях четкое, ясное представление об этом результате. Согласно первому принципу, на чем бы вы ни сосредоточились — это воплощается в действительности, хотите вы того или нет.

Сосредоточенность зависит от желания. Если ваши желания расплывчатые, то и фокус будет нечеткий и размытый. Но если они прочувствованы и продуманы, то мысленный образ будет ярким и ясным. Именно поэтому расплывчатые желания никогда не материализуются. Четкий фокус — как волшебная палочка разума. Она направляет творческую энергию в нужное русло. То, на чем вы усердно сосредоточились, обязательно реализуется в действительности.

Впервые я получила этот урок от матери в подростковом возрасте. Я помню, как пришла к ней в расстроенных чувствах. Приближался день летнего бала, а у меня до сих пор не было пары. Мои страдания усугублялись еще и тем, что обязательным атрибутом моды тех дней являлись туфли на высокой платформе, а средний рост моих одноклассников, большинство из которых были латиноамериканцы, не превышал пяти с половиной футов! Будучи пяти футов восьми дюймов роста, да еще на высоченных платформах, я бы возвышалась, как каланча. Кому захочется со мной танцевать? Я чувствовала себя Золушкой, забытой и брошенной, в то время как все собирались на бал.

Мама сочувственно выслушала мои жалобы и в ответ произнесла слова, которых я от нее никак не ожидала: «Ничего удивительного, что тебя никто не приглашает. В конце концов, свои проблемы ты создаешь сама, заикливаясь на том, какие низкие мальчики и какая ты неуклюжая. Именно это их и отталкивает. Почему бы не сосредоточиться на том, чтобы встретить молодого человека, достаточно высокого для тебя? Тогда ты сможешь надеть свои туфли и отправиться на бал. Настрой свои мысли встречу с высоким принцем, который отведет тебя на праздник!»

— Интересно как? — закричала я. — До бала осталось три недели. И у меня нет времени ни на чем сосредотачиваться.

— Есть, есть, — успокоила меня мама. — Иногда случаются чудеса.

Не желая остаться в стороне от праздника, я все-таки решила попробовать. Для начала я представила картину, как симпатичный парень встречает меня у дома и отвозит на бал. Совсем как в кино, я прогоняла через воображение этот образ молодого человека, достаточно высокого для того, чтобы я могла надеть туфли на платформе и не нависать над ним. (Сейчас платформы, возможно, кажутся несущественными, но тогда это был весьма животрепещущий момент. В шестнадцать внешний вид имел решающее значение, а туфли на платформе были наиболее важной его частью. Если у вас не было *таких туфель*, крутым вас не считали.)

Концентрация на мечте поглощала все мое внимание последующие две недели. Временами я даже составляла список качеств, выгодно отличающих моего принца: высокий, привлекательный, хороший танцор. Иногда рисовала его в блокноте: длинные волосы, стройный, похож на Дэвида Боуи. Я даже рассказала об этом своей подруге

и подключила ее к делу. Мы по очереди описывали «парня моей мечты» во всех примечательных подробностях, извиваясь от восторга, но мере того, как образ принимал все более и более четкие очертания.

Каждое утро я просыпалась с мыслью о нем. Каждую ночь я засыпала, представляя, как он усаживает меня в роскошный лимузин. А почему бы и нет? Ведь это мой фильм. Я высматривала его на улице, ожидала встречи с ним в любой момент.

Так прошли две недели, я не сомневалась в успехе. Но, несмотря на мои усилия, «он» так и не объявился. На исходе третьей недели я совсем пала духом. От моей уверенности не осталось и следа. Ее место заняло разочарование.

До бала оставалось три дня, а я все еще была одна.

Мое терпение лопнуло.

«Забудь об этом, — заявила я сама себе как-то утром, когда воображение собралось проделать привычный ритуал. — И не нужен мне никакой бал».

Гнетущее разочарование давило невыносимо. В качестве утешения я решила купить пару новых туфель и сходить в кино.

На следующий день после работы я отправилась в обувной магазин. Там, на витрине, стояла самая красивая пара туфель на свете. Белые, блестящие, с голубыми акриловыми шестидюймовыми подошвами.

Потрясающе! Я не могла пройти мимо них.

Держа это чудо в руках, я с горечью подумала, как здорово было бы в них на балу, куда я не могла пойти. Взяв туфли, я подошла к прилавку, и через пару минут из-за занавеси появился невероятно симпатичный парень — длинные светлые волосы, выше шести футов, худощавый. В придачу на нем были самые отпадные ботинки на платформе — ну просто вылитый Дэвид Боуи. При виде этого красавца у меня перехватило дыхание.

— Я могу вам помочь? — поинтересовался он, принимая выставочный образец туфель у меня из рук. — Разве это не самое лучшее, что здесь есть? Только сегодня завезли. Хотите примерить?

— Конечно, почему бы и нет? — засмушалась я. Когда он вернулся с туфлями для примерки, я уже собралась с духом. Обувь сидела на ноге идеально.

— Вы просто обязаны их купить, — заметил продавец. — Они слишком классные, нельзя такое упускать. Пройдитесь. Позвольте мне насладиться этим чудесным зрелищем.

Я была в восторге и от туфель, и от продавца, но...

— Я не могу их купить, — сказала я, подходя к прилавку. — Слишком дорого, да и надеть мне их некуда.

— Если вы купите эти туфли, я повезу вас, куда захотите, — заметил молодой человек. Разговаривая с ним, я обратила внимание, что смотрю на неге снизу вверх.

— Я вам не верю, это обычная уловка, чтобы продать товар, — отпарировала я.

— Нет, вы ошибаетесь. Куда вы хотите пойти?

— На бал, — шутливо ответила я.

— На бал так на бал, — засмеялся парень. — Когда? Я залилась краской.

— Ну... бал вообще-то в субботу вечером. Но у вас наверняка есть какие-то планы. У такого красавца просто не может не быть планов на вечер выходного дня.

— Нет, никаких планов нету. Почту за честь. Скажите только, куда за вами заехать.

Через пару минут у меня была пара для похода на бал и пара новых блестящих туфель. Вечером в субботу мой принц приехал за мной на желтом кадиллаке, принадлежавшем его отцу Может, и не лимузин, но мне было все равно. Самое приятное ожидало впереди. Когда я вышла его встретить, оказалось, что на нем в дополнение к смокингу пара совершенно изумительных блестящих ботинок на платформе. Мы вместе отправились на бал и потрясающе провели время. Все было так замечательно, что мы встречались до конца моей учебы в средней школе.

Если до этого у меня и были какие-то сомнения по поводу силы мысли, то они навсегда растворились в прошлом.

Попробуйте сами и убедитесь!

Как узнать, на чем сосредоточиться?

По собственному опыту могу сказать, что зачастую люди не могут точно сформулировать свое сокровенное желание. В действительности они понятия не имеют, чего хотят.

Когда слышишь слово «желание», на ум приходят страсть, томление, сильное стремление. Если вы по-настоящему чего-то хотите, вы горячо ожидаете какого-либо результата. Это сильное, напряженное страстное томление и есть та творческая искра, из которой рождаются чудеса. Без нее все недвижимо. Если вы не обладаете подобной искрой подлинной страсти, чудеса так и не сотворятся, они будут мирно спать.

В расплывчатых неясных идеях отсутствует искра, превращающая энергию в действие. Истинное сокровенное желание остро ощущается в настоящем и отражает ваши самые насущные потребности и заботы. Если у вас возникли затруднения с определением сокровенного желания, оцените свою настоящую жизнь и спросите себя, в чем вы нуждаетесь. Честно признайтесь, чего вам не хватает. Ожидаете ли вы чего-то конкретного? Есть ли что-то, чего вы не замечали, поскольку оно очевидно и вы его попросту просмотрели?

Не смейтесь. Иногда мы не замечаем наших самых сокровенных желаний только потому, что они находятся у нас перед глазами.

Однажды в перерыве семинара «Сокровенное желание» ко мне подошла одна моя клиентка по имени Лорейн.

— Думаю, мне лучше уйти, — заявила она. — Здесь все так отчетливо представляют себе свои желания, а у меня нет ни малейшей идеи по этому поводу.

— Лорейн, прежде чем вы уйдете, позвольте вас спросить. Почему вы пришли? Что вас привело сюда, на этот семинар?

— Неудовлетворенность, — ответила Лорейн. — Я подумала, что, возможно, получу здесь какое-нибудь вдохновение, ведь так ужасно постоянно чувствовать себя опустошенной и разочарованной.

— А может быть, ваше сокровенное желание откроется лишь тогда, когда вы поймете, что вас так угнетает? — предположила я. — Чего в вашей жизни не хватает? Чего вы не испытываете в настоящий момент?

— Удовольствия — вот чего мне не хватает, — вздохнула Лорейн. — Я не получаю никакого удовольствия от своей жизни.

— А что вы подразумеваете под удовольствием? Чем бы вы наслаждались, скажем, завтра?

— Не могу сказать, ничего не приходит в голову, потому что, как бы я ни хотела, я все равно не смогу этого сделать!

— Почему же нет? Что вас останавливает?

— Обязанности! У меня же есть определенные обязанности. У меня три сына, а это значит футбол, бейсбол, домашние задания... Потом стирка, обеды и ужины, мытье посуды, работа на полставки, а муж мне совсем не помогает. Тут не до удовольствий. Это невозможно. У меня просто не хватает времени.

— Вот в этом все и дело, Лорейн. Мне кажется, ваше сокровенное желание — получить определенную помощь от близких в домашней работе, чтобы освободить немного времени лично для себя. Может, это и будет ваша цель?

— Это было бы просто чудесно! — Женщина устало улыбнулась. — Я никогда об этом не задумывалась. Такая банальная приземленная цель. Мне всегда казалось, что сокровенное желание должно быть более впечатляющим и глобальным. Звучит слишком практично.

— В этом и состоят принципы — сотворить то чудо, в котором вы *нуждаетесь*.

В итоге Лорейн решила сосредоточиться на получении помощи в уборке квартиры и мелких домашних делах, потому что именно в этом она по-настоящему нуждалась. Просто она этого не замечала.

Было ли это истинной целью?

Без сомнения.

Что, если вы ошиблись в своем желании?

Часто мои клиенты сомневаются, являются ли их желания сокровенными. Как-то после семинара ко мне подошла Кэрол для разговора с глазу на глаз.

— Я думала, моя цель — выйти замуж за моего приятеля, Джеймса, — начала она. — Но три месяца назад я разорвала помолвку, потому что не могла смириться с мыслью о том, что мне придется жить с ним. Однако, когда я пришла на семинар и вы попросили определить настоящие цели, я могла думать только о Джеймсе. Я боюсь, что совершила ужасную ошибку. И в довершение всего Джеймс теперь утверждает, что не хочет на мне жениться. Кажется, я все потеряла из-за собственной глупости.

— Ну что ж, — предложила я. — Давайте повнимательнее взглянем на вашу ситуацию. Сначала сосредоточимся на помолвке с Джеймсом. Должны же быть причины, по которым вы ее расторгли. Назовите их.

— Главная причина — безответственность Джеймса, — подумав, ответила Кэрол. — У него нет постоянной работы, и практически все приходилось оплачивать мне. Иногда у него появлялись деньги, и тогда он обязательно мне их отдавал, но я просто не знала, на что могу рассчитывать завтра. Такое ощущение, будто он свободен, как птица, а мне досталась вся грязная работа.

— Ну что ж, довольно веская причина для расторжения помолвки. А что вас по настоящему привлекало в Джеймсе? Есть ли в нем какие-то качества, по которым вы сейчас скучаете?

— Джеймс очень страстный и впечатлительный. Его жизнь богата интересными людьми и яркими событиями, он занимает активную позицию. Моя жизнь скучна и однообразна, а Джеймс просто зажигает все вокруг. Без него мое существование стало таким унылым.

— Знаете, Кэрол, когда я рассказываю о принципах созидания, я подчеркиваю необходимость сосредотачиваться на том, чего вы на самом деле хотите. В вашем случае, полагаю, это действительно не Джеймс. Вы скорее стремитесь к оживлению и разнообразию, которые он привносил в вашу жизнь. Джеймс *являлся* всего лишь средством для достижения цели. Чтобы претворить мечту в реальность, подумайте, как самой сделать свою жизнь яркой и насыщенной.

— Соня, мне сложно вообразить себя творческой личностью. Это так на меня непохоже. Я буду чувствовать себя неловко и глупо, — Кэрол покраснела и смутилась.

Но ее слова звучали совсем не убедительно.

— Да ладно, Кэрол. Это правда, или вы просто привыкли так считать? Разве вы никогда не мечтали заняться чем-то, не желали страстно чего-нибудь?

Задумавшись на несколько минут, Кэрол произнесла:

— Я забочусь о природе. А если уж быть честной до конца, надо признать, у меня есть ораторские способности.

— Так почему бы вам не превратить это в сокровенное желание — развивать ораторские способности и стать членом организации вроде «Гринпис»?

Кэрол ушла, унося с собой подкорректированное желание — значимую и актуальную цель собственной жизни. Месяц спустя я встретила ее и узнала, что она активно занимается экологической пропагандой, а также записалась в группу «Toastmasters». Еще она рассказала, что встречается с очень милым молодым человеком, который ее искренне

поддерживает. Ее социальная жизнь стала такой насыщенной, призналась Кэрол, а личная — надежной и стабильной — полная противоположность волнительным, но неудовлетворяющим отношениям с Джеймсом.

Мыслите масштабно!

Одна из самых распространенных ошибок большинства людей при определении своей цели — подходить к делу так, будто им позволено иметь лишь одну цель, и не дай Бог ошибиться! И это обязательно должно быть что-то высокоморальное и духовное. Однако подобное жесткое ограничение создает массу проблем в поисках истинного сокровенного желания.

Дело в том, что вы творите непрерывно, даже если результат не совсем похож на то, что вы мысленно себе представляли. Правда заключается в том, что как только вы научитесь осуществлять мечты, вы сможете реализовать их столько, сколько пожелаете. Творчество есть творчество, вы убедитесь в этом по мере знакомства с процессом.

Каждый аспект вашей жизни — своего рода чудо, большое или маленькое, нравится оно вам или нет.

Лорейн осознала наконец, что определению ее истинных целей мешала неспособность признать очевидное и естественное стремление получить помощь и поддержку. Кэрол не считала свою потребность в разнообразии и насыщенности достойным желанием. В описанных случаях угол зрения был либо чересчур ограниченный, либо чересчур возвышенный. Зато обе женщины игнорировали практичность и необходимость.

Не учитывая при определении желания практическую сторону, мы не сможем двинуться дальше.

Чего вы хотите теперь?

Мои наставники учили меня, что истинные желания, те, что питаются страстью и энергией, ощущаются в настоящем, в непосредственной действительности, они актуальны на сегодняшний день, а не в каком-то далеком будущем. Если вы не знаете, чего хотите, возможно, вы загадываете слишком далеко наперед, игнорируя очевидные потребности и желания настоящего.

Я самолично прошла через это много лет назад, когда боролась с неспособностью осуществить свое сокровенное желание. Я хотела написать книгу, но тогда у меня было столько обязанностей, что я едва ли выкроила бы время на это. Неудовлетворенность и чувство вины за отсутствие прогресса повергали меня в уныние.

Применив к сложившейся ситуации первый принцип, я изучила свои цели и убеждения. Я пыталась написать книгу о том, как жить, руководствуясь интуицией, но внутренний голос убеждал меня, что время еще не пришло. Как человеку упорному и упрямому, мне не понравились подобные подсказки. Мой разум твердил: «Торопись! Не теряй времени!», но голос внутри меня шептал: «Терпение». И именно этот внутренний голос в конечном итоге заставил меня призадуматься.

Я задала себе несколько очень важных вопросов по определению целей:

Мне страшно?

Я сомневаюсь?

Я считаю, что недостаточно опытна для написания книги?

Я обманываюсь насчет своих писательских способностей?

Когда я проработала все вопросы, мне пришлось честно признать: нет, не страхи мешали идти вперед. Объективно поразмыслив еще некоторое время, я наконец осознала, в чем заключалась истинная причина моего промедления.

У меня на руках были две маленькие дочки (одной годик, второй — два), в доме царил невообразимый беспорядок, сопровождающий любой ремонт, да к тому же муж бывал дома только четыре дня в неделю. Писательство никак не могло быть моим истинным сокровенным желанием на *то* время, но могло остаться целью на будущее.

Здоровое размышление раскрыло мне глаза: в действительности я хотела побольше времени проводить с дочерьми, не чувствуя себя виноватой. Также я мечтала приучить пятнадцатимесячную дочь спать по ночам — подвиг, который мне еще предстояло совершить. Я отчаянно хотела привести полуразрушенный дом в приличный вид. Это были именно те цели, на которых я сосредоточила свое внимание, они имели для меня большое значение, хотя до поры до времени я этого и не осознавала. Написание книги только отвлекло бы меня от насущных желаний, поэтому я никак не могла к нему приступить.

В один прекрасный момент я поняла, что к цели нужно идти шаг за шагом. Я не могла заняться осуществлением мечты о написании книги, пока у меня в числе приоритетов значились полуразрушенный дом и дети. Я не могла посвятить себя одному желанию, пока сердце и мысли были заняты другими вопросами. Моя мечта требовала времени и терпения — ни того ни другого на тот момент у меня не было. Как только я определилась с приоритетами, то сосредоточилась на истинных целях и стала двигаться вперед намного быстрее.

Если вы абсолютно уверены, что нашли свое сокровенное желание, убедитесь, не просмотрели ли вы чего-то более насущного и актуального. Возможно, ваша интуиция подталкивает вас к другим шагам, которые необходимо предпринять в первую очередь, чтобы заложить основу для воплощения сокровенного желания.

Если вы никак не можете уловить, чего желает ваше сердце, попробуйте установить, что раздражает, угнетает, расстраивает, огорчает, мешает или тормозит вас на данный конкретный момент. Выяснив, спросите себя, что бы вы хотели получить *вместо* этого.

Помните, первый принцип творчества гласит: вы создаете то, на чем концентрируете внимание. Сосредоточение — это ключ. Вы заостряете сознание на узком, конкретном периоде — сегодня, завтра текущая неделя. Забудьте про следующий год! Заострите внимание на себе, своей жизни, сложившихся обстоятельствах, здоровье, доме, отношениях. Вполне вероятно, вы сконцентрируетесь на том, что вас не устраивает в этих областях.

Возможно, вы сосредоточены на том, что:

1. Не любите свою работу?

2. Ваши отношения неудачны?
3. Вы завидуете другим и их достижениям?
4. Вы непривлекательны?
5. Вы бедны?
6. Вы несчастны, одиноки и непоняты?
7. Вы перетрудились и устали?
8. Вы чувствуете себя разбитыми и вялыми?
9. Вы угнетены и загнаны в ловушку?
10. Вы непродуктивно работаете, у вас отсутствует творческий подход и нет воображения?

Если это так — вы самолично творите эти обстоятельства, даже если они делают вас несчастными. Вам нужно всего лишь сместить центр внимания на положительные ощущения, например:

1. У вас есть работа, которую вы обожаете.
2. Вас любят и ценят.
3. Вы живете в достатке.
4. Вы красивы.
5. Вы без труда оплачиваете счета и мудро распоряжаетесь финансами.
6. Вы легко сходитесь с людьми.
7. Без колебаний просите о поддержке.
8. Здоровы телом, духом и разумом.
9. Вы располагаете свободным временем и посвящаете его самому себе.
10. Вы ощущаете в себе творческий подъем и продуктивность.

«Но мне это не по силам! — жалуются люди. — Это невозможно!»

Могу только поделиться с вами мудростью, которую мне открыла мать: то, что вы ощущаете сейчас, и есть ваше настоящее. Будьте готовы удивляться. Завтра пока еще только создается.

Истинные цели против «должных»

Еще одно препятствие на пути к сокровенному желанию — отказ от мечты из-за того, что она слишком грандиозна, чтобы быть реалистичной.

Майкл договорился о встрече со мной после одного из семинаров «Сокровенное желание», у него были сформулированы очень четкие планы, однако в нем не чувствовалось страсти, необходимой для их воплощения.

— Я знаю, чего хочу, — начал он. — Однако у меня нет мотивации.

— К чему вы стремитесь? — поинтересовалась я.

— Хочу поступить на юридический факультет и получить степень.

— Еще?

— Заработать много денег и уйти на пенсию молодым!

— Еще что-нибудь? — спросила я снова.

— Да нет... Хотя есть еще одна вещь. Я бы очень хотел снимать фильмы, когда уйду на пенсию. Это так здорово! Но, к сожалению, невозможно. Надо ставить реальные цели.

— Вы любите кино?

— Обожаю! Если я когда-нибудь разбогатею и у меня появится возможность снять фильм, это будет просто замечательно. Но этот день еще очень-очень далеко, если он вообще настанет! Надо сосредоточиться на сегодняшнем дне. Если бы я мог найти себе какую-нибудь мотивацию!

В словах Майкла, помимо благоговейного трепета, чувствовались логика, смирение и грусть. Он разработал план по всем правилам здравого смысла, план, где нет места сердцу. (А истинные желания — помните об этом — идут из сердца, а не из головы.)

— Знаете, Майкл, когда вы говорите о юридическом факультете, в вашем голосе не чувствуется энтузиазма. Почему именно такой выбор?

— Мне же надо зарабатывать на жизнь. И родителям идея понравилась, так что они платят за обучение.

— А что они думают о вашем интересе к кино?

— Говорят, что на этом много денег не сделаешь.

— Да неужели? Они кинорежиссеры?

— Нет...

— У них есть знакомые в этой сфере?

— Нет...

— А у вас?

— Да, несколько человек.

— Как у них обстоят дела с работой?

— Работа есть... правда, немного, и она требует времени.

— Итак, вы пришли к логическому заключению, что для вас лучше будет изучать юриспруденцию, правильно?

— Правильно! Только я никак не могу сделать первый шаг. Я уже два года пытаюсь поступить.

Проблема Майкла заключалась в том, что он, следуя здравому смыслу, попал в ловушку, уверовав в финансовую несостоятельность своей цели и в то, что это не более чем пустая трата времени. Данное убеждение, подкрепленное авторитетным мнением родителей, контролирующих его жизнь, перекрыло Майклу путь вперед.

Однако, заглушая зов сердца и отказываясь от стези режиссера, Майкл действительно понапрасну терял время — два года жизни, прежде чем он пришел ко мне.

Я предложила Майклу всерьез заняться переоценкой ценностей и подумать о поступлении на режиссерский факультет. Если это и в самом деле его сокровенное желание, какой-нибудь выход обязательно найдется. Стоит попробовать, посоветовала я, прежде чем делать выводы о доходности подобного вида деятельности. Наконец, я предложила молодому человеку самому обеспечить финансовую сторону воплощения своей мечты и не рассчитывать на родителей. Моя позиция напугала Майкла, но тем не менее показалась невероятно интересной.

— Подумайте над моими словами и дайте мне знать, что вы решили, — попросила я напоследок.

Снова мы с Майклом встретились только через три с половиной года. Через год после нашего разговора он все-таки решил переключиться с юриспруденции на создание фильмов, получил грант и материальную помощь на учебу. Майкл специализировался на монтаже, обожал свое дело, в настоящее время сотрудничал с рекламным агентством и неплохо зарабатывал. Он намеревался заняться созданием художественных фильмов и уже успел поработать над тремя кинолентами. Выяснилось, что его финансовые требования не так уж и высоки, и удовлетворить их не составляло труда. И кроме всего прочего, он чувствовал себя свободным и счастливым, реализовав свою давнишнюю мечту.

Если вы затрудняетесь с определением желаний, спросите себя:

1. Не проглядели ли вы очевидные и актуальные потребности?
2. Не подменяете ли собственное сокровенное желание чьей-то «рациональной» целью?
3. Не отказываетесь ли вы от истинных желаний, считая их неважными или нереальными?

Как быть, если вы до сих пор не знаете делать?

Если вы точно знаете, чего хотите, считайте, вам повезло. Вы счастливчик, в отличие от многих других людей. Желания большинства из нас довольно поверхностны; мы, как дети с широко раскрытыми глазами, попавшие в магазин со сладостями и требующие всех

конфет с витрины. И к сожалению, печальная истина заключается в том, что когда мы получаем конфеты желаний и торопливо проглатываем их, то остаемся в результате лишь с болью в животе и разочарованием в душе.

Если же вы испытываете более сильное желание, желание, идущее из глубины души, стремление поделиться своей любовью, подарить миру самое лучшее, что в вас есть, — вы на правильном пути, потому что именно это и награждает нас истинным счастьем и блаженством. Вселенная устроена очень организованно. Мысль и намерение создают. Мысль и намерение, возникающие из глубин вашего истинного «я» — вашей души, — приносят счастье и спокойствие.

Если вы не можете определить, чего хотите, к чему стремитесь, вам лучше прибегнуть к методу исключения, и тогда ответ отыщется сам собой. Для начала сосредоточьтесь на помощи другим людям, прекратите думать только о себе. Займитесь волонтерской деятельностью, которая вам близка. Неважно, что это будет — библиотека, больница или организация мероприятия по сбору денег. Надавите до упора на педали жизни и подарите миру самое лучшее, что в вас заложено. Благодаря этому вы никогда не забудете, кто вы есть, ведь ваша работа будет идти от души.

Стоит попробовать двадцать четыре часа, и вы увидите, что это действует. Благотворительность и добровольный вклад являются мощными разрушителями эго. Они не дают вам заикливаться на собственной персоне и избавляют от необходимости все держать под своим контролем. Они освобождают вас от лишнего груза и укрепляют вашу связь с миром.

Светлая Мысль!

Если вы совершенно застопорились и нуждаетесь во вдохновении, есть еще один способ выяснить, чего же вы хотите, — отыскать путь к внутреннему творческому «я». Для этого нужно поговорить с ним, или с ней, обращаясь прямо, по имени.

Я назвала внутреннее «я» Светлой Мыслью, и если вам это имя пришлось по душе, можете им воспользоваться. Каждый раз, когда я ощущаю упадок сил или отсутствие вдохновения, я закрываю глаза и прошу Светлую Мысль помочь мне сосредоточиться на самом актуальном и важном для меня. За много лет Светлая Мысль не раз приводила меня к весьма неожиданным решениям.

Например, после длительного периода напряженной, изматывающей работы я чувствовала себя полностью опустошенной (что неудивительно) и раздражалась по любым пустякам. Я попыталась сконцентрироваться на вещах, которые помогли бы мне успокоиться и расслабиться, но очевидное решение передохнуть и набраться сил меня не удовлетворило. Однажды, продолжая пребывать в том же мерзком расположении духа, я несправедливо взъелась на Патрика и детей, устроив самую настоящую «сцену». После чего пришла к выводу, что настало время для беседы со Светлой Мыслью.

«Светлая Мысль, помоги мне, пожалуйста. Направь меня по верному пути. Я раздражительна, выжата, как лимон, и не знаю, чего хочу. Моя семья готова меня убить, а я слишком устала, чтобы думать. Прошу тебя, укажи мне путь». Затем я закрыла глаза и на несколько минут полностью расслабилась.

Внезапно мое сознание нарисовало велосипед — уже года два я не садилась на него. Ну конечно! Я и забыла, с каким удовольствием каталась вдоль Чикагского озера, наслаждаясь пейзажем и наблюдая за людьми. Удивительно светлая мысль!

Светлая Мысль и вам поможет, надо только обратиться к творческой части вашего «я», которая обычно игнорируется и используется не полностью. Поговорив начистоту с внутренним голосом, вы откроете богатейший источник спонтанного и созидającego вдохновения.

Познакомьтесь со Светлой Мыслью, живущей у вас внутри, и просите ее помочь вам осознать, чего вы хотите в данный момент. Вы будете удивлены ее дружелюбностью и готовностью поддержать вас.

Сосчитайте свои благословения

Еще один способ выбраться из тупика — посчитать благословения *настоящего*. Что вы любите сейчас? Какая часть сокровенного желания присутствует в вашей жизни в данный момент? Оторвитесь от будущего и вернитесь в настоящее. Поищите таты созидания, которых вы уже достигли.

Постоянное стремление иметь «больше, больше и больше» ведет к жадности и неудовлетворенности. Будда говорил: «Все несчастья — от любви к материальным богатствам». Помните, что счастье познается лишь в творчестве, в созидании, а не в обладании. Если вы вступили на путь стяжательства — упрощайте, а не умножайте. Вы нуждаетесь в гораздо меньшем, чем стремитесь завладеть. Восстановите связь с природой. Как говорится в Библии: «Посмотрите на полевые лилии, как они растут: ни трудятся, ни прядут; но говорю вам, что и Соломон во всей славе своей не одевался так, как всякая из них; если же траву полевую, которая сегодня есть, а завтра будет брошена в печь, Бог так одевает, кольми паче вас, малoverьы».

Вдохните аромат свежих цветов. Прикоснитесь к деревьям. Побродите босиком по ручью. Ощутите под ногами сырую землю. Вернитесь к природе и почувствуйте, каким количеством богатства окружила нас Вселенная.

Чтобы познать сокровенное желание, вам нужно быть собой

Не исключено, что вы не можете раскрыть сокровенное желание, потому что еще не нашли себя. Подумайте, возможно, вашей способности слышать свои мечты мешают депрессия, вредные пристрастия или истощение. Если вам кажется, что это про вас (пусть даже и неприятно это признавать), сделайте своим сокровенным желанием определение проблем и поиск оптимальных решений. Выходом может стать физическое испытание, или помощь профессионала, или группа по избавлению от зависимости.

Манипуляции безрезультатны

Последняя преграда на пути к сокровенному желанию — стремление манипулировать, обманывать, ранить или использовать людей, встречающихся на этой дороге. Подобные попытки ничего, кроме разочарования и неудовлетворенности, не приносят. Помните, настоящие, искренние желания идут от сердца — пристанища души, вашей истинной Божественной сущности. Именно Божественная душа, а не эго творит чудеса.

Если ваши желания приносят вред и боль другим или они нечисты, можно с уверенностью сказать, что они порождены трусливым и ленивым эго и за ними не стоит искренняя жизненная сила. Вы будете вариться в собственном отрицательном отношении к жизни и к людям и, как неизбежный результат, страдать телом, душой и мыслями. Вредоносные цели оскверняют и развращают вашу душу и наносят непоправимый урон физической и эмоциональной жизни. Но что самое важное, они свидетельствуют о бесполезном разбазаривании творческой энергии.

В связи с этим мне вспоминается одна клиентка, с которой я познакомилась несколько лет назад.

Однажды в моих дверях возникла женщина. На ней были красное платье, красные колготки, красные туфли и красный жакет. В ушах — красные серьги, а ногти, само собой разумеется, были покрашены в ярко-красный цвет.

Леди в красном обратилась ко мне за помощью — у нее возникли трудности с мужем и семьей. Она была замужем за человеком очень славным, как она выразилась, но материально являющимся для нее обузой. Денег он практически не зарабатывал.

Из ее рассказа я поняла, что ее сестры жили отдельно от нее, ничем не помогали ей и совершенно не ценили всего того, что она сделала в свое время для неизлечимо больной матери. Моя клиентка причитала, что пережила серьезный материальный кризис, но ее эгоистичные сестры и пальцем не шевельнули, чтобы хоть как-то помочь. Она мечтала, чтобы муж зарабатывал «приличные деньги», а также чтобы сестры вернули ей «законную часть» материнского имения, поскольку все заботы лежали на ее плечах. Рассказывая свою душераздирающую историю, она иногда начинала так рыдать, что не могла говорить от слез. Более всего на свете она желала, чтобы ее оценили и выразили ей признательность.

Мой собственный анализ поведенной истории оказался несколько иным. У мужа моей клиентки была вполне приличная работа инженера, а имением распорядилась она сама, потому что мать не оставила после себя завещания. Было очевидно, что материальных трудностей эта женщина не испытывала, а меркантильность и злость на сестер за давнишние обиды искажала ее восприятие жизни.

Когда я предложила ей сменить меркантильное отношение на духовное и обратиться к семейному консультанту, леди взглянула на меня так, будто я тронулась умом, и спешно покинула меня, проклиная за неумение сочувствовать.

Несколько месяцев спустя на консультацию пришла еще одна женщина, Луиза.

Она поведала мне, что ее сестра манипулировала умирающей матерью, заставив ту отказаться от завещания. Луиза собиралась подать иск о равном разделе наследства.

Вскоре до меня дошло, что сестра Луизы и есть та Леди в красном, посетившая меня несколькими месяцами ранее. Женщина объяснила, что мать оставила имение стоимостью в десять миллионов долларов, а ее сестра все прибрала к рукам, включая даже семейные фотографии. По словам Луизы, сестра всегда старалась привлечь к себе внимание матери, ревновала ее к остальным детям, и, пока мать не заболела, отношения у них складывались не самым лучшим образом. А после того как это случилось, поведение Ред всех удивило. Она переехала к матери и вскоре стала препятствовать остальным детям видеться с ней.

После ее смерти Ред не позволила сестрам даже притронуться к вещам, принадлежавшим матери, так что тем ничего не оставалось, как решать вопрос в судебном порядке.

Я подумала, что Ред, хотя и стала миллионершей, оказалась на самом деле банкротом, потому что была не способна понять, что ее богатство нажито нечестным путем. Все ее мысли были сосредоточены на том, чего ей когда-то недоставало все годы, — на материнском внимании. Имея десять миллионов долларов и все еще ощущая себя обманутой, она сама стала обманщицей.

Поведение Ред может стать предметом бесконечного анализа, но одно кажется абсолютно бесспорным: ничто, полученное в злости, ревности или хитрости, не пойдет на пользу душе. Чего бы вы ни захотели, любящая, щедрая Вселенная желает, чтобы вы насладились воплощением своей мечты. Если вы считаете, будто кто-то завладел чем-то, принадлежащим вам, и за свое необходимо бороться, ваше восприятие искажается. Вселенная не скупится на любовь, даруемую вашей душе, любовь, которая наделит вас силой для воплощения любой мечты.

Не стоит поддаваться иллюзии, будто ваши мечты зависят от других. Помните, когда вы берете на себя ответственность за собственную жизнь, вы получаете поддержку любящей Вселенной. Если вы бесчестны и завистливы, знайте: внутренняя линза настроена на неверный фокус, и вам нужно напрячь все силы, чтобы исправить угол зрения.

Выберите время, чтобы определить цели. Постарайтесь осознать: каждое желание достойно воплощения если оно искренне и не наносит вреда другим людям. Подумайте, на чем вы действительно сосредоточились, потому что это как раз то, что вы сейчас создаете.

Изучение западной каббалы преподнесло мне бесценный урок. Я узнала, что в нас сокрыты две невероятные силы, которые — если использовать их правильно — помогут нам создать все, что мы захотим.

Это силы внимания и стремления.

Внимание

Если мы обращаем на что-либо *внимание*, мы направляем на этот объект и творческую энергию. Если мы уделяем внимание ненужным вещам, они крадут нашу энергию, оставляют нас опустошенными и притягивают в нашу жизнь отрицательные эмоции. Вот что происходит, когда мы концентрируемся на зависти к окружающим и чувстве ревности.

Если наши мысли постоянно сводятся к тому, что «у них есть то, чего нет у меня», мы лишаемся энергии. То же самое происходит, когда мы обращаем внимание лишь на отрицательные аспекты повседневной жизни. Таким образом, мы создаем и испытываем то, чего так опасаемся. А что может быть хуже?!

Существует очень простое правило, но именно его почему-то постоянно игнорируют.

Для воплощения сокровенного желания подарите ему все свое внимание.

Можете ли вы удержать внимание на сокровенном желании? Если нет, скорее всего, оно не сокровенное, потому что сосредоточиться на истинном желании *не* составит *никакого* труда.

Мой клиент Марио постоянно твердил мне, что хочет быть здоровым. На нем, как говорится, фактически не было живого места: подагра, боли в пояснице, артрит, камни в почках, боли в ушах, опоясывающий лишай, крапивница¹, аллергия, бессонница, бурсит², метеоризм. Каждую нашу встречу он неизменно начинал такими словами: «Вы не поверите, что у меня нашли на этой неделе!» Марио сосредоточивал все свое внимание (и внимание тех, кто готов был его слушать) на бесконечной саге о болезнях и недомоганиях. Его жизнь строилась вокруг визитов к хиропрактикам и медицинских обследований.

(1. Аллергическое заболевание, характеризующееся образованием на коже и слизистых оболочках волдырей.)

(2. Воспаление околосуставных слизистых сумок, возбудителем которого могут являться любые микробы.)

Однажды я спросила Марио напрямую: «Вы хвастаетесь или жалуется? Что-то я никак не пойму».

Ничего удивительного, что улучшений так и не наблюдалось. Ведь он уделял внимание не радостям, которые несет здоровье, а многочисленным болезням. Он получал от них слишком много удовольствия, чтобы отказаться от этого.

Насколько мне известно, Марио все еще страдает от тех же проблем со здоровьем и все еще не верит в мои слова: «Вы создаете то, на чем концентрируете внимание».

Стремление

Как только вы сконцентрируете внимание на своем желании, обратитесь ко второй мощной силе — силе стремления. Жизнь двинется в верном направлении, если вы сосредоточитесь на сокровенном желании и будете *стремиться* к его воплощению.

Стремление — это сила.

Стремление — это обладание.

Стремление — это преданность.

Стремление — это волшебство.

Если вы по-настоящему стремитесь к чему-то, то избавляетесь от отчаяния, сметаете с пути препятствия и устанавливаете связь между собой и собственной мечтой. Стремление приводит в порядок сознание, помогая вам воспользоваться тем, благодаря чему вы сможете воплотить мечту в реальность.

Стремиться — это не значит принимать желаемое за действительное, данный процесс абстрактен, размыт, пассивен и неорганизован. Стремление подобно стреле, летящей к мишени. Оно возводит фундамент для мечтаний и испытывает вашу творческую фантазию.

Скотт пришел на семинар «Сокровенное желание» прошлой зимой, чтобы понять, как ему найти родственную душу и хорошо оплачиваемую работу. Во время семинара он сумел раскрыть в себе силу стремления и принял решение: отныне он не просто хочет найти родственную душу — он будет *стремиться* к этому. Вдохновленный примером нашей совместной с моим мужем Патриком деятельности, Скотт вознамерился найти человека, который работал бы вместе с ним.

Несколько месяцев спустя, придя на лекцию в магазин духовной литературы, Скотт повстречал Ким. Их потянуло друг к другу с первого взгляда. К концу лекции они уже договорились о новой встрече. Их симпатия переросла в любовь и партнерство. Спустя некоторое время они открыли ресторан быстрого питания. К великой радости, я узнала, что Скотт и Ким скоро собираются пожениться.

Воспользовавшись силой стремления, Скотт в мгновение ока сумел воплотить сокровенное желание в действительность.

Как и многие другие люди, пережившие концлагеря во вторую мировую войну, моя мать обладала невероятной силой стремления, и эта тема часто обсуждалась в нашей семье. Мама научила нас никогда не сдаваться. В семье нас было девять человек, поэтому в роскоши мы не купались, но мама всегда повторяла: «Сосредоточьтесь на том, что нам нужно, и это у нас будет». Мы так и делали.

Мои самые ранние воспоминания об этой форме воплощения относятся к тому времени, когда мне было восемь лет. Моему старшему брату Стефану исполнилось семнадцать, и он подумывал о поступлении в колледж. Наш отец был моряком, на его плечах лежала забота о большой семье, поэтому Стефану не приходилось рассчитывать на оплату учебы. Однажды я случайно услышала, как он жаловался маме, что никогда не сможет поступить в Колорадский горнотехнологический колледж, потому что родители не в состоянии оплатить учебу.

Моя мать терпеть не могла (да и сейчас не может) слова «никогда».

— Прекрати, прервала она Стефана, послушав его пару минут. — Я хочу, чтобы ты поступил в школу своей мечты, того же хочет и Бог. Не беспокойся об этом. Твоя обязанность — оценки, а о деньгах позаботится Вселенная.

Стефана, уже тогда отличавшегося редкостным рационализмом и всегда хорошо учившегося, рассердило нежелание матери смотреть в лицо реальности.

— Очнись! Там такой конкурс на стипендию, люди приезжают учиться со всего мира. Даже *мои* оценки мне не помогут.

— Попомни мои слова. Подавай заявление — ты поступишь, и деньги найдутся, —нисколько не обескураженная таким напором, ответила мама.

Не поверив ее словам, Стефан пал духом. Он очень хотел поступить, но еще больше боялся, что ему это не удастся. В итоге он опустил руки, даже не подав заявления. Однако мама не сдалась. Как раз наоборот — она никогда не считала, что у Стефана есть причины для волнений.

— Ты поступишь! Вот увидишь!

Наконец, поддавшись ее уверенному оптимизму, мой брат написал заявление на поступление в колледж. В результате он оказался одним из десяти студентов, получивших стипендию на полный курс обучения, на все пять лет. И в тот день, когда Стефан с радостными воплями ворвался в дом, мама улыбнулась: «Как я и планировала!»

Наши желания и надежды довольно призрачны и весьма хрупки. Стремления и намерения же, напротив, могущественны, и, когда они поднимаются из глубины души, перед ними склоняются обстоятельства, их чтят люди, они вдохновляют многих. Поскольку истинные стремления очень редки, к ним относятся с особым уважением.

Итак, чтобы приступить к воплощению мечты в реальность, воспользуйтесь первым принципом созидания: сосредоточьтесь на том, что вы хотите создать, сконцентрируйте на этой цели все внимание и *вознамерьтесь* достигнуть ее!

Теперь мы переходим к применению первого принципа.

Применение первого принципа

В мире творчества все желания равны. Они не делятся на «достойные» и «недостойные». Однако имеется различие между «истинными» желаниями и «должными», которые являются, по сути, попыткой жить в соответствии с представлениями окружающих людей о правильности. Описанные в данной книге принципы относятся лишь к истинным сокровенным желаниям. Они поддерживают лишь то, что идет от сердца, а не от чувства вины или страха.

Распределите желания в порядке приоритетности. Чтобы определить сокровенные желания, распределите их по степени важности. Пронумеруйте от единицы до десяти.

- Здоровье
- Финансы
- Отношения
- Дом
- Работа
- Творческое самовыражение
- Путешествия/приключения
- Собственность/имущество
- Духовность
- Особое стремление

Сконцентрируйтесь на сокровенном желании

Опишите в блокноте, что вы *в действительности* хотите создать именно *сейчас*. Начиная с потребностей и желаний и проработайте каждый из перечисленных аспектов.

1. Здоровье. Это сфера физического состояния и хорошего самочувствия, сюда включаются потеря веса или его увеличение, красота, упражнения, занятия спортом и восстановление после болезни.

2. Финансы. Сюда входят доходы, сбережения, выплата долгов, покупки и другие финансовые дела.

3. Отношения. Это сфера любви, романтики, брака, развода, детей, родителей, родственников, друзей, соседей и домашних любимцев.

4. Дом. Сюда относятся покупка и продажа жилья, его съем, строительство, переезд, украшение и ремонт вашего дома.

5. Работа. Сюда относятся вопросы: где и с кем вы хотите работать, чем заниматься, сколько получать, условия труда, вознаграждение, степень независимости и ваш собственный вклад в изменение окружающего мира.

6. Творческое самовыражение. Пение, танцы, рисование, написание книг, изобретения, строительство, дизайнерское искусство, фотография, актерское мастерство, кулинария, садоводство, скульптура и так далее.

7. Путешествия/приключения. Поездки, спорт, отдых, периодическое удаление от общества, исследование природы или собственной души, новые впечатления.

8. Собственность/имущество. Всевозможные материальные приобретения, предметы, которые могут сделать вашу жизнь приятнее, разнообразнее, комфортнее и практичнее.

9. Духовность. Сюда относится сфера личных открытий, заживление старых ран, восстановление собственной силы, овладение интуитивным мышлением, знакомство с новыми измерениями и горизонтами и сохранение духовных ценностей.

10. Особое стремление. Сюда относится все, не было перечислено выше.

Закончив, просмотрите список желаний и отметьте те из них, на которых вы хотели бы сосредоточиться в первую очередь. Помочь вам в выборе может медитация. Вы сосредоточитесь намного эффективнее, если будете работать только над несколькими желаниями одновременно. Выбрав три желания, заполните следующую таблицу.

Я, _____, намерен использовать всю силу моего стремления и внимания для воплощения следующих желаний:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Медитация

Это первая медитация из целой серии, по одной на каждую главу книги. Медитация поможет вам в реализации принципов созидания.

Вы можете записать медитации на кассету или попросить кого-либо читать их вслух, но это должен быть человек близкий вам, с которым вам легко и комфортно. В конце каждого абзаца нужно делать паузу, чтобы было время мысленно нарисовать яркие образы.

Найдите удобное место, где бы вы могли расслабиться и посидеть в тишине, чтобы вам никто не мешал.

Закройте глаза и прислушайтесь к своему дыханию, как оно входит и выходит из вас.

Как только достигнете расслабленного и гармоничного физического и эмоционального состояния, спросите Высшее «я»: «Чего я желаю сейчас?»

Позвольте Высшему «я» дать ответ на этот вопрос. Получив его, не судите и не возмущайтесь. Просто согласитесь и примите услышанное.

Продолжайте ровно дышать в течение нескольких минут. Вашим стремлением должна стать сосредоточенность на воплощении этой мечты.

Затем, когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Принцип второй

Заручитесь поддержкой подсознания

Сосредоточившись на стремлении к созиданию, вы автоматически переходите ко второму принципу — получению поддержки со стороны подсознания.

Второй принцип гласит: то, к чему вы сознательно стремитесь, и то, что вы подсознательно думаете об этом стремлении, должны находиться *в согласии и гармонии*. Только так вы достигнете успеха. Если вы сосредоточились на сознательном желании, но ваше подсознание лелеет мысли, вступающие в противоречие с целью, вы можете оказаться в творческом тупике.

Позвольте мне привести один пример для иллюстрации.

Когда одна моя клиентка Сьюзан впервые пришла ко мне на консультацию, она была очень недовольна своей работой менеджера в крупной компании. Если надо было принимать решение, Сьюзан приходилось получать одобрение двух начальников, более консервативных и, как ей казалось, менее опытных в управлении людьми, чем она. Сьюзан была сыта по горло!

Более полугода она планировала уйти из компании и основать собственную фирму по обучению управлению. Ей встречались другие женщины, сумевшие сделать то, на что ей не хватало решимости и силы духа, женщины, процветающие и финансово, и творчески. Они общались с Сьюзан на равных. Как она сама выразилась: «Они приглашали меня сидеть за одним столом с ними и есть их хлеб, и это было в порядке вещей».

Но, несмотря на четко сформулированную цель и наличие поддержки и понимания, Сьюзан отчаянно цеплялась за свою работу. Она объяснила, что, когда слова «Я ухожу!» были готовы сорваться с губ, ее охватывало мрачное предчувствие. Ей было сложно сконцентрироваться на работе, она злилась на мужа и сына и не могла заставить себя

поговорить с теми женщинами, что оказывали ей помощь и поддержку. Она злилась, потому что на нее находил самый настоящий ступор.

В изнеможении она спросила: «В чем моя проблема?»

Я предложила ей разобраться с препятствиями. На сознательном уровне Сьюзан применила принцип сосредоточенности и была готова уйти в свободное плавание и реализовать давнишнюю мечту, но я могла со стопроцентной уверенностью сказать, что на подсознательном уровне ее удерживали противоречивые мысли.

Сьюзан росла в строгой рабочей голландской семье, в которой проповедовались довольно жесткие нормы. Ее родители считали, что стремление к финансовой независимости — это проявление жадности, а состоятельный человек — грешник, потакающий своим порокам. Кроме всего прочего, в Сьюзан жило подсознательное внушенное убеждение, что место женщины — дома, а ее обязанность — растить детей и следовать воле мужа. Хотя ее муж радовался, что у нее такая работа, и очень гордился ею.

Сьюзан давным-давно вырвалась из тяжелых оков детства и жила собственной жизнью, вышла замуж, родила сына, но старые убеждения глубоко внедрились в ее подсознание и продолжали оказывать на нее тлетворное влияние. Казалось, будто давно забытые предрассудки вдруг вырвались на волю, всеми силами мешая ей воплотить заветную мечту. Она чувствовала себя плохой девочкой, которая хочет большего, чем следует, и должна быть наказана за это.

Если бы Сьюзан не осознала влияния этих деструктивных убеждений и не заменила их на более гармоничные и креативные, она так и металась бы в тупике. Она будто крутила педали, увязнув в грязи гнетущих и подавляющих наставлений. Чтобы освободиться, Сьюзан необходимо было примирить внушенные принципы покорности и послушания с сознательным творческим желанием работать на себя.

Тщательно проанализировав ситуацию, Сьюзан признала наличие конфликта между сокровенным желанием и отрицательными представлениями об успехе, из-за которого она топталась на месте.

Это проблема не одной только Сьюзан. Она знакома любому разочарованному художнику, любому будущему актеру, писателю, складывающему свои творения в ящик стола, потенциальному бизнесмену и всем членам Клуба одиноких сердец. Убеждения, вступающие в противоречие с желаниями, тормозят творческое самовыражение и загоняют его в тупик. Ведь мы создаем то, во что верим! Это и есть второй принцип творчества.

После длительного обсуждения проблемы Сьюзан в свои сорок два года впервые приняла твердое решение изменить убеждения и обратиться за помощью к подсознанию. Она более не желала чувствовать себя маленькой девочкой, ищущей одобрения, которого никогда не получала в детстве. Она нуждалась в собственной оценке своих действий и решений. Она прочитала множество духовных мотивационных книг, таких, как «Творческая визуализация» Шакти Гавайна, «Путь художника» Джулии Кэмерон, присоединилась к прогрессивному религиозному обществу, проповедующему человеколюбивые ценности.

В конце концов Сьюзан все-таки уволилась из компании и основала свою фирму. Медленно, но верно она покоряет деловой мир, довольная и счастливая в своей

творческой свободе. Самым приятным сюрпризом оказалась колоссальная поддержка родителей, которые сразу же встали на ее сторону. Изменились ее убеждения — изменились и их. Они вдруг поняли, как сильно гордятся ею, как восхищаются проявленным ею мужеством и ее успехом.

Если вы запутались так же, как Сьюзан, — не отчаивайтесь. Существует множество способов переориентировать подсознание и продолжать двигаться навстречу поставленной цели. Самый эффективный метод — напрямую поговорить со своим подсознанием и сообщить ему, что вы *реши*т создать.

Теперь я знаю, что подсознание — «покладистый механизм». Оно может говорить только «да», не может спорить или сопротивляться. Поэтому если вы говорите себе: «Я хочу добиться успеха», — подсознание вторит вам: «Да, я хочу добиться успеха». Если же вы потом заявляете: «Успех — это грешно», подсознание тут же соглашается: «Да, успех — это грешно». Продолжая давать себе путаные указания, вы ходите кругами. Подсознание будет сотрудничать с вами, какое бы направление вы ни выбрали. Если вы задаете ему курс, соотносящийся с вашими мечтами, то перестаете топтаться на месте и начинаете двигаться вперед.

Отсюда следует вывод: вы должны заставить подсознание принять и поверить в ваши мечты — только так вы воплотите их в реальность. Как только это случится — вы на верном пути!

Моя мама однажды рассказала мне историю о творческой силе убеждения.

Она вышла замуж за моего отца в шестнадцать лет и после этого переехала в Америку. Поначалу она плохо говорила по-английски, но в силу необходимости освоила его довольно быстро.

Однажды вскоре после их переезда отец пригласил ее на танцы в летний сад. В какой-то момент мама попросила отца принести что-нибудь выпить. Отец вернулся, неся в руках высокие красивые бокалы с вишенками и бумажными зонтиками. «Держи свой коктейль», — сказал он.

Мама узнала слово «коктейль» и очень удивилась тому, что отец принес ей алкогольный напиток, но, поскольку событие было особенное, — почему бы и нет? Она попробовала напиток. Вкус показался ей восхитительным. Она залпом допила до дна, и они снова закружились на танцплощадке. Стало сказываться действие коктейля, мама плясала, прыгала — в общем, веселилась вовсю, чувствуя себя свободной от комплексов и запретов.

Скоро ей снова захотелось пить. Получив второй коктейль, она выпила его буквально одним глотком. Море стало ей по колено. Она рвалась танцевать, распевала и не знала устали. Это был самый лучший вечер в ее жизни, разве что голова немножко кружилась.

После таких лихих танцев потребовался еще бокал, который был тут же выпит до дна. Мама вновь устремилась на сцену, но через пару минут почувствовала такое сильное головокружение, что папе пришлось усадить ее в кресло.

— Что с тобой сегодня такое? — поинтересовался он, озадаченно и обеспокоено.

— Шутишь! — ответила мама. — А по-твоему, в чем дело? Я совершенно пьяная из-за этих коктейлей!

Папа разразился гомерическим хохотом:

— Коктейли?! Да в них ни грамма алкоголя. Это детские коктейли!

— Правда? — удивленно переспросила мама, мгновенно протрезвев.

Всю дорогу домой родители хохотали.

Как заставить подсознание работать на вас

Ваши убеждения формируют фундамент для будущего опыта, закладывая в подсознании инструкции и указания. Каждое ваше убеждение воспринимается подсознанием как команда, которую оно обязано выполнить.

На семинарах я все время объясняю, что подсознание чрезвычайно отзывчиво и готово следовать любым вашим указаниям. Оно действует совсем как официант системы «Мак-драйв»: вы подъезжаете, делаете заказ. Подсознание принимает его, записывает, а затем вы получаете заказанное.

Оно не спорит. Не пытается изменить заказ. Не стремится отговорить вас. Оно только соглашается: «Да, да, да». После чего выполняет требование.

Теперь представьте, что вы подъезжаете к окошку заказов сокровенного желания. Там вас уже ждет отзывчивое и услужливое подсознание.

Подсознание: «Слушаю, что вы хотели?»

Сознание: «Я бы хотел встретить кого-нибудь, кто бы меня любил».

Подсознание: «Так. Что-нибудь еще?»

Сознание: «Но этому не бывать. Я уже в таком возрасте...»

Подсознание: «Хорошо. Что-нибудь еще?»

Сознание: «Даже если я и встречу кого-нибудь, как он сможет мириться с моим характером?» Подсознание: «Хорошо. Это все?» Сознание: «Я не верю, что найдется человек, который бы меня понимал и любил».

Подсознание: «Да. Еще что-нибудь?»

Сознание: «Я и правда не могу надеяться встретить такого человека. Лучше мне выкинуть эту идею из головы, чтобы не разочаровываться».

Подсознание: «Хорошо. Это все?»

Сознание: «Да, это все».

Таким образом, подсознание готово поделиться с вами тем, что вы просите. И разве удивительно, что у вас есть лишь желание любви, но не сама любовь?

Теперь вы понимаете, как работает подсознание? Все не так уж сложно. Это просто «покладистый механизм», он не делает различий и не имеет предпочтений. Он с готовностью выполняет любое указание. Если же команды противоречивы, у него нет иного выбора, кроме как выдавать расплывчатые, неудовлетворительные результаты.

И чем более противоречивы указания, тем сильнее подсознание фильтрует команды и отбирает те, что подаются наиболее часто.

Наглядным примером может послужить разница между моим водительским опытом и опытом мужа. Патрик абсолютно уверен, что на свете полным-полно плохих водителей, всячески мешающих ему ездить, так и норовящих подрезать его или ударить и вообще ведущих себя как последние идиоты. Особенно это относится, по его мнению, к владельцам блестящих роскошных автомобилей.

Согласно второму принципу, каждый раз, когда мы куда-нибудь отправляемся, буквально через несколько минут обязательно наталкиваемся на очередного идиота в сверкающей машине, по уровню развития не превосходящего двенадцатилетнего ребенка.

Как-то раз нас задел один из таких дорожных грубиянов. Чтобы успокоить нервы, Патрик включил Национальное общественное радио, где передавали эссе одного писателя, посвященное грубым манерам владельцев дорогих автомобилей. «Вот видишь, — встрепенулся муж, приободрившись, — я не единственный, кто так думает». Я только рассмеялась в ответ и потуже затянула ремень безопасности.

Мой собственный водительский опыт на редкость зауряден. Я не питаю никаких отрицательных чувств по отношению к другим водителям, а потому на моем пути постоянно попадают симпатичные парни, которые пропускают меня вперед или вырывают со стоянки как раз тогда, когда я в отчаянии ищу место для парковки. В общем, мне сопутствует редкостная водительская удача.

Мое несогласие с Патриком по поводу вождения приводит его в ярость, главным образом потому, что мы оба правы относительно ситуации на дорогах. В конце концов, именно наши убеждения пишут сценарий происходящего.

Подсознание приводит вас к тому, на чем вы сосредоточиваетесь

Иными словами, подсознание создает то, на чем сосредоточены ваши мысли. Поэтому-то так часто случается именно то, чего мы особенно боимся. Волнение или страх — самый эффективный способ сконцентрировать мысли на предмете или теме. Подсознание вовсе не пытается вредить, просто оно добросовестно отражает то, что вы упорно стремитесь запечатлеть в нем при помощи внимания и направленности мыслей.

Еще один способ работы с подсознанием — представить его как улицу с односторонним движением. Она выведет вас туда, куда вы покажете.

Зная это, вы сможете запрограммировать подсознание с помощью убеждений и указаний, согласующихся с вашим сокровенным желанием.

Если вы хотите идти к любви, сосредоточьте мысли на ярких наглядных примерах любви. Если стремитесь к здоровью, сконцентрируйтесь на позитивных образах гармонии и отличного самочувствия.

Хотите процветания — рисуйте себя богатым и преуспевающим. То же самое относится к свободе, поддержке, любым возможностям — ко всему, чего вы пожелаете.

Концентрируйте внимание на этих идеях до тех пор, пока не поверите, что они ждут вас. Подсознание с одинаковым рвением и радостью преподнесет вам знакомство как с успехом, так и с разочарованием. Оно предоставит вам только то, что вы приказываете ему.

Во что вы верите?

Один из способов определить собственные убеждения — проанализировать сокровенное желание и задать себе вопрос: а что случится, если вы все-таки осуществите мечту?

Выявили ли вы в процессе анализа какие-нибудь страхи или волнения? Может быть, вы беспокоитесь, что слишком много просите? Сомневаетесь, удастся ли вам нести ответственность за свою мечту? А может вам кажется, что реализованная мечта причинит кому-нибудь боль или обидит кого-то? Или вы чувствуете себя недостойным своей мечты? Может, грядущие перемены заставляют вас нервничать?

Если ваши убеждения противоречат сокровенному желанию, готовы ли вы заменить их на более гармоничные? Странно, но многие люди этого не делают.

У меня была одна клиентка, звали ее Джослин. Ее сокровенным желанием было излечиться от рака яичников. Это и привело Джослин ко мне.

Анализируя ее ситуацию, я обнаружила, что она искренне верит, будто сначала должна позаботиться об окружающих, а уж о себе — в последнюю очередь. Это убеждение подкреплялось еще и тем фактом, что она была замужем за весьма удачливым бизнесменом, которому требовалась покорная домашняя хозяйка и мать, растящая его детей.

Чувствуя вину за то, что сидит у мужа на шее, и стремясь быть такой женой, какой хочет видеть ее он, Джослин изнуряла себя готовкой, стиркой, уборкой, мытьем машины, волонтерской деятельностью в школе и детской больнице, а кроме этого еще и ухаживала за свекровью, живущей в доме для престарелых. График Джослин был настолько изматывающий, что у нее не оставалось ни одной свободной минутки для себя и своего здоровья. Иммунная система не выдержала такого напряжения, и в результате развился рак.

Я предложила ей прекратить эту изнуряющую бесконечную благотворительность и заняться какой-нибудь деятельностью, которая более позитивно повлияет на ее физическое самочувствие и поддержит ее духовные силы. «Но я не могу! — воскликнула женщина. — Я же мать! У меня дети! Люди нуждаются во мне. Я не могу все бросить!»

Ее реакция наглядно свидетельствовала о глубоко укоренившемся убеждении, будто ее работа, обязанность и долг — ставить потребности других выше своих собственных. Любое предложение, противоречащее данному убеждению, немедленно вызывало бурю негодования. Если она не сможет заботиться о других, в чем же тогда будет заключаться

смысл ее жизни? Она будет никем, а это гораздо хуже любой болезни. Вопрос самолечения ею даже не рассматривался, она была твердо убеждена, что за ее жизнь или смерть ответственны врачи, вот пусть они ее и лечат.

«Я просто хочу найти хорошего врача, — заявила Джослин. — Врача, который бы меня вылечил». Джослин продолжала жить прежней жизнью, жертвуя всем и не заботясь о себе, и через четыре года сурового безрадостного существования умерла в возрасте сорока трех лет.

Могло ли все сложиться иначе, если бы она изменила свои убеждения? Я уверена, что да.

Как же мне найти свой путь?

Секрет поиска своего пути заключен в умении убедить сознание в том, что вам нужно. А для этого существует множество способов.

Один из них — задать желанию новое направление. Пусть вашим желанием станет не просто достижение результата, а помощь миру, ваш собственный вклад.

К примеру, Рокси — исполнительница музыки кантри — обратилась ко мне за советом, поскольку ей никак не удавалось справиться со вторым принципом.

— Дело в том, Соня, что я действительно мечтаю стать знаменитой певицей, но вот поверить в это никак не могу, — призналась Рокси.

— Ну что же, — ответила я. — Прежде чем делать выводы о твоих возможностях, давай повнимательнее изучим твое желание. Что лично для тебя означает «быть знаменитым»?

— Ну, это просто. Быть знаменитым — значит зарабатывать много денег.

— И это все? — уточнила я.

Минуту подумав, Рокси добавила:

— Пожалуй, это также значит, что люди получают удовольствие, слушая твою музыку.

— Иными словами, успех означает, что твое пение имеет определенную стоимость и ценность и дарит остальным положительные эмоции.

— Да, думаю, именно так, — признала девушка.

— Тогда, возможно, тебе будет легче поверить в мечту, если ты сосредоточишься на пользе, которую эта мечта приносит миру, вместо того чтобы думать исключительно о собственных выгодах.

— Я понимаю, что вы имеете в виду, — восторгалась Рокси. — Когда вы формулируете таким образом, мне действительно проще поверить в сокровенное желание.

Рокси приняла решение сместить фокус со стремления добиться славы на использование своего таланта во благо обществу. Ей сразу стало намного легче освободить энергию, и переход к третьему принципу не составил ни малейшего труда.

Простое смещение фокуса поистине творит чудеса, когда вы не можете поверить в свою мечту или разочаровываетесь в ней. Если вы жаждете любви, поверьте в то, как важно поделиться любовью с тем, кому она необходима. Если вы хотите получить новую работу, убедите себя в том, что ваши уникальные компетенция и талант принесут пользу нанимающей вас компании. Если вы хотите сделать подтяжку лица, поверьте в важность украшения собой окружающего мира. Иными словами, сосредоточьтесь на значимости и пользе, которые ваше желание принесет остальным людям. Таким образом вы открываете для себя истинную цель и избавляетесь от всех старых убеждений. Когда вашим творчеством руководит желание приносить пользу — подсознание полностью в вашем распоряжении. Это идеальный способ найти верный путь и жить в гармонии со своей мечтой.

Получить поддержку подсознания можно и с помощью утверждений. Подсознание охотнее принимает то, что слышит чаще всего. Простые утверждения срабатывают эффективнее.

К примеру мой муж Патрик десять лет назад бросил курить, используя простое утверждение: «Я предпочитаю здоровье». Каждый раз, когда его одолевало желание зажечь сигарету, он произносил эту фразу, за которой следовал глубокий вдох. Простое утверждение всего за несколько дней избавило его от пагубной привычки, которая больше так и не вернулась.

Одно из моих любимых утверждений я взяла из комедии Билли Кристала. Его герой Фернандо любит повторять: «Вы просто обворожительны!» Каждое утро я смотрю на себя в зеркало и громко произношу это утверждение. Удержать смех при этом невозможно, что, несомненно, поднимает настроение. У моего друга Монти есть замечательное утверждение — «Жизнь — это симфония, а я люблю музыку». Когда бы я его ни встретила, у него пружинистый шаг и улыбка на лице.

Если вы жаждете любви, попробуйте утверждение: «Я люблю, когда меня любят». Если же стремитесь к процветанию — «Вселенная щедра ко мне».

А вот еще великолепный способ обрести новое направление. Попробуйте создать персональную мантру. Одна из моих клиенток в период тяжелейших жизненных испытаний сочинила вот такой стишок:

Благодаря Божественной милости

Я нахожу свое место в жизни.

Я свободна от старых драм,

Я свободна от новых травм.

Глупый стишок, конечно, но он сработал. Благодаря ему моя клиентка добилась согласия с подсознанием и обрела способность двигаться дальше.

Следующий способ заручиться поддержкой подсознания — найти то, что моя подруга Джулия Кэмерон, автор книги «Путь художника», называет «верящими зеркалами». Вам будет намного проще обрести свою мечту, если вы окружите себя надежными энергичными людьми, не теряющими веры в вас даже тогда, когда вы сами опускаете руки. Второй принцип гласит: «Заручитесь поддержкой подсознания», — но его вполне

можно сформулировать короче — «Заручитесь поддержкой». Ведь так много людей страдают от незаживающих ран, нанесенных отсутствием поддержки в детстве, и эти призраки прошлого до сих пор не дают им спокойно жить. Если вы заглушите эти призрачные голоса живым бодрым гулом настоящего, подсознание начнет откликаться на новые положительные влияния, что в результате приведет к воплощению вашей мечты в реальность. Такую поддержку вы найдете на воскресных семинарах, собраниях духовных обществ, благодаря частной терапии. Пониманием и поддержкой одарит вас духовный наставник, а также ваши истинные друзья и близкие. Мы намного увереннее себе, когда за нами надежный, прочный тыл чем когда мы боремся в одиночку.

Молитва — вот еще один способ заручиться поддержкой подсознания. Предлагаю вам простую молитву для общения с ним:

«Я предлагаю миру свои мечты как источник любви. В их воплощении я наполню светом все, чего коснусь».

Эта молитва, повторяемая ежедневно, является мощным толчком для подсознания. В конце концов, если вы трудитесь для Господа, что может вас остановить? Даже подсознание идет на уступки, если за дело берется Господь.

Существует множество способов задать подсознанию иное направление и сформулировать убеждения, которые будут подталкивать вас вперед, к заветной мечте. Но самый эффективный способ — приказать разуму следовать вашим *решениям*. Решение — очень сильный стимул для подсознания. Решение — это активная позиция. Это обладание мечтами. Это сосредоточенное следование по улице с односторонним движением под названием Сокровенное Желание. Итак, определите значимость вашей мечты, поверьте в ее реальность, займитесь активным поиском поддержки и предложите свои стремления во благо миру посредством молитвы.

Как писал Ральф Блум в «Книге рун», «во Вселенной царит лишь одна сила — сила решения. Из нее следует все остальное».

Применение второго принципа

Во что вы поверили

Запишите все убеждения, живущие в вас в настоящий момент, — и положительные, и отрицательные. Не критикуйте, просто поразмыслите и ответьте предельно честно. Я верю, что:

успех — это _____

деньги — это _____

здоровье — это _____

приключение — это _____

творчество — это _____

духовное спокойствие — это _____

любовь — это _____

Что касается сокровенного желания, я хочу поверить в: _____

Ваша песня

Сочините собственную песню или мантру и запишите ее в блокнот. (Знаю, это глупо, но зато очень весело. И потом — это действует! Попробуйте!)

Ритуал избавления от негативных убеждений

Подсознание хорошо реагирует на ритуал. Совершая очистительный обряд, используйте благовония, ароматические свечи, колокольчики или подходящую музыку. Чем больше страсти, тем лучше.

Сначала отметьте в блокноте все отрицательные убеждения, которые идут вразрез с вашей мечтой.

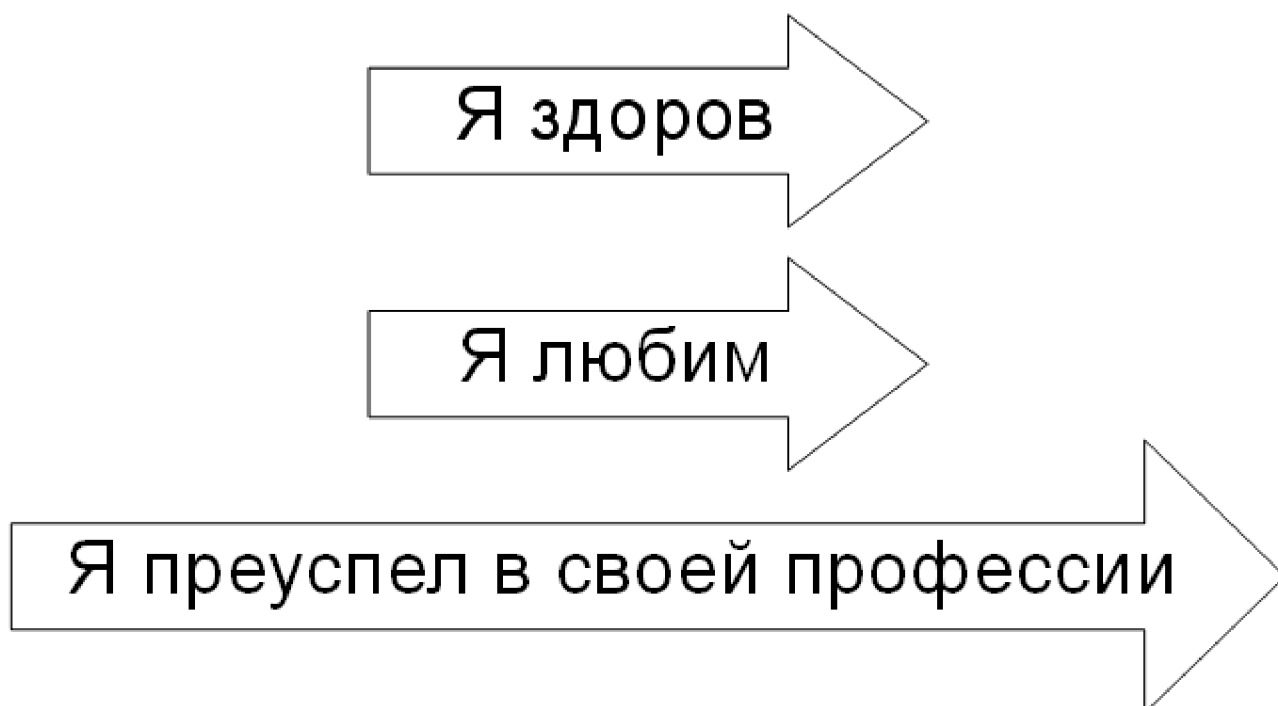
Затем громко сообщите подсознанию:

Слушай внимательно! Эти негативные убеждения больше не имеют надо мной власти. Я освободил от них свою память. Я не позволю им оказывать на меня влияние и заменяю их новыми творческими убеждениями. Я замещаю их истиной о моей Божественной сущности!

После этого сожгите старые убеждения, спустите пепел в раковину и вымойте руки.

Путь к сокровенному желанию

Запишите новые убеждения на вырезанных знаках одностороннего движения, как показано ниже:



Разместите их в соответствующих местах. Например, «Я КРАСИВА» прикрепите к зеркалу, «Я БОГАТ» положите в бумажник, «Я ПОТРЯСАЮЩЕ ВЫГЛЯЖУ» повесьте в гардеробной, «Я УДАЧЛИВ В БИЗНЕСЕ» — над рабочим столом. Замысел довольно прост — проявите максимум творческой фантазии и не забудьте о чувстве юмора. Одна моя клиентка положила записку «Я СЕКСУАЛЬНА» в ящик с нижним бельем! Таким образом вы можете достучаться до самых глубин подсознания и поддержать свой моральный дух.

Душевный разговор с подсознанием

Заполните предлагаемую таблицу; это поможет вам визуализировать сокровенное желание.

Сокровенное желание	
Каким я стану в собственных глазах, реализовав сокровенное желание?	
Каким меня увидят окружающие, когда я реализую сокровенное желание?	
С какими возможными отрицательными последствиями я могу столкнуться, реализовав сокровенное желание?	
Как изменится окружающий мир, когда я реализую сокровенное желание?	
Как изменятся мои отношения с людьми, когда я реализую сокровенное желание?	
Что меня пугает в реализации сокровенного желания?	
Каких наград я ожидаю от реализации сокровенного желания?	

Медитация

Найдите удобное место, где бы вас никто не побеспокоил в течение пятнадцати минут.

Закройте глаза и прислушайтесь к дыханию, почувствуйте, как воздух входит и выходит из вашего тела.

Сосредоточьте все внимание на сокровенном желании и отмечайте любые посторонние мысли, проникающие в сознание.

Продолжая глубоко дышать и концентрируясь на мечте, постарайтесь рассмотреть то, что отвлекает ваше внимание. Взгляните беспристрастно и попробуйте понять, что же мешает вам: страхи, беспокойство, мнения других людей или убеждения, которые вы уже давно переросли. Продолжая ровно дышать, представьте, будто то, что вам мешает, покидает ваше сознание и исчезает в земле.

Представьте, что подсознание и сознание соединяются, сливаются воедино, как стрелка компаса, точно указывая на вашу мечту. Представляйте, как тело, разум и дух наполняются Божественной милостью.

Закончив медитацию, примите *сознательное решение* ощущать мечту с каждым вдохом начиная с настоящего момента.

Когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Повторение

Наконец, ответьте на вопрос: вы верите в то, что готовы к воплощению своей мечты? Если ответ положительный, переходите к третьему принципу.

Если ответ отрицательный, вернитесь к первому принципу и повторите все сначала.

Принцип третий

Вообразите свое сокровенное желание

Заручась поддержкой подсознания, вы оказываетесь на пороге третьего принципа творчества, который гласит: все, что вы желаете, появляется в этом мире посредством воображения.

Воображение примет любое сокровенное желание и вдохнет в него жизнь. Именно здесь, в воображении, мечта обретает цвет, звук, размер и движение. Воображение с готовностью впитает ваши желания и мечты, как почва в плодородном саду, принимающая в себя семена. Эти семена прорастают в идеи, которые при заботливом уходе расцветают пышным цветом.

Воображение — лоно жизни, место, где ваши желания защищены и укрыты, где они будут в безопасности и сохранности до тех пор, пока им не придет пора вырваться на волю. Воображение питает идеи, пока они не перестанут помещаться в нем и не попросятся настойчиво наружу. Воображение — место, где зарождается возможность.

Мой наставник Чарли часто повторял: «Оглянись вокруг, Соня, что ты видишь?» «Я вижу мебель, книги, ковры, камин», — отвечала я, оглядывая его гостиную. «Ты видишь не только это, ты видишь больше. Перед тобой плоды воображения. Соня. Удивительного, чудесного, гениального! Вот, к примеру, обрати внимание на резьбу на кресле, на замысловатые узоры и яркие цвета восточного ковра, на мраморный фасад камина и резную каминную полку. Каждая деталь этой комнаты и вся она целиком являются воплощением чьего-то воображения».

И я поняла: это действительно так. Все изобретенное сперва жило в чьем-то воображении. Моя мама часто говорила: «Ты не можешь пережить то, чего не в состоянии представить... и всегда испытываешь то, что *сумел* нарисовать в своем воображении». А мой наставник доктор Талли учил меня: если я чего-нибудь захочу, надо сперва это представить.

«Истинное воображение, — говорил он, — задействует все органы чувств и все эмоции. Оно наилучшим образом проявляется у людей, которые чего-то боятся. Их страхи настолько сильны, что чувства и эмоции обостряются и пугающие фантазии возвращаются вновь и вновь».

В собственной практике я не раз встречалась с клиентами, у которых наблюдалось стремление намеренно рисовать вместо сокровенного желания самые худшие сценарии. Это довольно изощренный способ защиты от боли или разочарования. Странно, но люди почему-то верят, будто ожидание и боязнь худшего предотвратят в дальнейшем разочарование и неудачу. Но мало кто подозревает, что это лишь усугубляет положение, усиливает боль — сначала ожиданием разочарования, а потом его притяжением к себе. Возможно, именно об этом говорил Иисус: «И великий страх напал на них».

Третий принцип гласит прямо противоположное: нужно использовать всю мощь воображения, чтобы вызвать к жизни представление того, что вы хотите. Когда в своей фантазии вы нарисуете яркий образ сокровенного желания, вы удивитесь тому, с какой готовностью откликнутся ваши чувства.

По правде говоря, определить, является ли ваше желание сокровенным, возможно по тому способны ли вы четко и ярко представить его. Проверьте, и вы убедитесь.

Можете ли вы вообразить сокровенное желание? Способны ли прикоснуться к нему в своем сознании? Как оно выглядит? Можете ли вы потрогать его, услышать, понюхать? Попробовать на вкус? Если вы способны настолько четко нарисовать сокровенное желание, значит, в своем воображении вы создаете его отпечаток, копию. Эта копия станет дверью пропускаящей ваши мечты в реальный мир.

Позвольте мне поведать историю о том, как благодаря своему воображению я осуществила давнишнюю мечту — жить на юге Франции.

Сколько себя помню, я мечтала о жизни на юге Франции, и эти фантазии вызывали в глубине души самые теплые чувства. Чем чаще я рисовала чудесные картины, тем сильнее стремилась отправиться туда. Сперва я решила стать стюардессой, но, к сожалению, моя работа забрасывала меня в такие города, как Кливленд и Питсбург, а до Франции мне было как до Луны!

Однажды мне пришлось прождать в аэропорту Детройта в комнате для персонала несколько часов, прежде чем отправиться в следующий рейс. Чтобы скоротать время, я разговорилась с одним стюардом по имени Ричард. Мы поболтали о работе, а потом беседа постепенно свернула на более личные темы. Я призналась Ричарду, что разочаровалась в работе, потому что она ни на йоту не приблизила меня к осуществлению заветной мечты.

К большому удивлению, Ричард ответил: «Во Франции здорово. Могу сказать по собственному опыту». «Ты жил во Франции?» — переспросила я, испытывая одновременно зависть и волнение. «Да, — ответил мой новый знакомый. — Восемь лет назад. Я жил в городе, который назывался Экс-ан-Прованс. Удивительное было время».

Я забросала его вопросами о том, как мне сделать то же самое, но Ричард взглянул на часы и поднялся, сообщив, что торопится в рейс. Перед тем как уйти, он набросал что-то на листочке бумаги. «Это легче, чем ты думаешь, главное — по-настоящему захотеть. Действительно, захотеть — самая сложная часть дела».

Протянув мне листок, он добавил: «Это адрес семьи, где я жил. Если когда-нибудь попадешь во Францию, возможно, они помогут тебе. Удачи!»

Этот листок бумаги был первой прочной связью с моей мечтой. Я никогда не слышала о городе Экс-ан-Прованс, но, судя по описаниям Ричарда, это был настоящий райский уголок. В тот момент я твердо решила, что обязательно попаду туда.

С принятием этого решения мое воображение заработало на полную катушку. Я представляла, как снимаю небольшую комнату с чудесной мебелью; вдыхала аромат лаванды, которая росла в полях, окаймлявших город; ощущала во рту изумительный вкус разнообразных сыров, великолепного вина и свежее испеченного французского хлеба. Я представляла, как буду вести приятные беседы на безупречном французском с привлекательными молодыми людьми и прогуливаться по Кур-Мирабо — местной версии Елисейских полей.

Мои фантазии подталкивали меня вперед. Я читала книги на французском, слушала пластинки Эдит Пиаф и наизусть выучила «Францию за двадцать долларов» Фромма. Я знала, чего хочу, только вот одна ехать не решалась. Кого же пригласить?

Я решила убедить свою подругу Хайди, работавшую официанткой и весьма недовольную своей профессией.

— Звучит заманчиво! Просто здорово! Хотелось бы поехать, — ответила та.

Как только эти слова слетели с ее губ, я мобилизовала все свои силы, чтобы заставить ее согласиться, прибегнув к тому же методу, которым в свое время воспользовался Ричард.

— Хайди, — прочувствованно начала я наступление, — это просто, главное — решиться.

— Где же мы остановимся? — выдавила подруга нервный смешок. Было очевидно, что она обдумывает предложение.

Я смутилась. Вот он, самый ответственный момент. Или я смогу убедить ее, или окончательно отпугну. Воображение заработало вовсю.

Внезапно вспомнив имена, записанные Ричардом на листке бумаги, я отважно заявила:

— Не проблема. У меня есть друзья, у которых мы можем остановиться.

Не знаю почему, но я чувствовала, что не лгу. Я описывала то, что интуитивно ощущала правдивым.

— Ладно, — решила Хайди, — я согласна.

Мы разработали маршрут. Я получила шестимесячный отпуск на своей работе, Хайди ушла со своей. Наконец мы отправились в путь.

После полного приключений и романтики путешествия мы оказались в Париже — взволнованные и уставшие от перелетов. В Париже наши фантазии столкнулись с суровой реальностью. Город показался нам дорогим, безликим и гнетущим. Поэтому мы ли на следующий же день двинуться дальше.

«На юг, туда, где нас ждет прекрасная жизнь», — радовались мы, усаживаясь в поезд-экспресс на Лионском вокзале и с облегчением покидая Париж. На полпути между Лионом и Марселем Хайди, переживавшая культурный шок и утомленная нарушением биоритмов, поинтересовалась моими «друзьями».

О Господи! Я сделала глубокий вдох.

— Хайди, насчет друзей... Я не упомянула, я с ними вообще-то не знакома. У меня есть их адрес, который мне дал человек, лично их знавший. Но ты не беспокойся, я уверена, они очень гостеприимные и такие же чудесные, какими я их представляю.

Хайди пришла в ужас оттого, что нас, как выяснилось, никто не ждет.

Погрузившись в свои фантазии (и не желая думать о фантазиях Хайди), я устроилась с другой стороны купе, изучая мишленовский путеводитель в поисках недорогой гостиницы. В Марсель мы прибыли глубокой ночью и на такси доехали до отеля «Мартини» — моего весьма скромного выбора.

«Мартини» оказался убогой облезлой ночлежкой в двух кварталах от железнодорожного вокзала. Решив, что одну ночь мы уж как-нибудь здесь переночуем, мы отправились на поиски места, где можно поесть.

Пейзаж вокруг отеля оказался таким же мерзким, как и сам отель. Местность была довольно пустынная, если не считать одного унылого невзрачного бара. Надежды на обед таяли с каждой минутой. Однако голод гнал нас вперед в поисках кафе. Через пару кварталов мы вдруг услышали злобные голоса и, завернув за угол, натолкнулись на потасовку уличных бродяг. Хайди вскрикнула от ужаса, драчуны, заметив посторонних, двинулись в нашем направлении. Испуганные до смерти, мы припустили так, что только пятки засверкали. Поворачивая к отелю, мы внезапно оказались в свете фар полицейского фургона. Из него выскочили трое полицейских.

— Руки вверх! — закричали они, наставив на нас оружие.

Я не могла поверить в происходящее. Мы в Марселе всего полчаса, а нас уже приняли за наркоманок, проституток и Бог знает кого еще. Да вдобавок мы оказались в полицейском фургоне! Не совсем то, что мне виделось в светлых грезах, зато какое приключение!

Хайди была в шоке. Да и я, наверное, тоже, потому что разразилась диким хохотом. Ситуация даже для моего воображения оказалась чересчур фантастической. Двое полицейских уселись вместе с нами в фургон, а третий залез в кабину, и мы поехали.

Хайди потребовала, чтобы я объяснила полицейским, кто мы такие и что мы потерялись, голодны, напуганы...

С моим французским все это было довольно затруднительно, но через пару минут я собралась с духом: «Nous sommes perdues!» (Мы заблудились.)

Полицейские потребовали паспорта. Мы протянули документы и затаили дыхание. После тщательного изучения бумаг полицейские улыбнулись, и один из них поинтересовался:

— Первый раз здесь, да?

— Oui, oui, — закивали мы, как китайские болванчики.

— Где вы остановились?

Когда я назвала отель, у них округлились глаза, а один изобразил рвотные порывы.

— Вот так штука, — сказала Хайди. — И что теперь.

Полицейские какое-то время шушукались между собой, а потом спросили, нужна ли нам приличная комната.

— О да, да! Пожалуйста!

Они сжалились над нами. Один из них сообщил нам: «Нет проблем. Я помогу: Комната моей бабушки, в Экс. Мы вас отвезем».

Буквально через полчаса нас со всеми пожитками доставили в прекрасный уютный домик недалеко от города Экс — нашей конечной цели! Бабушка того полицейского радушно встретила незваных гостей и накормила саями, свежим хлебом, сыром и фруктами. После чего проводила в очаровательную комнату, которая — как выяснилось утром — выходила окнами на склон, поросший лавандой, — точно, как я и представляла. «Вот видишь, Хайди, — пробормотала я, проваливаясь в глубокий сон, утомленная всеми этими приключениями. — Говорила я тебе, что у нас есть друзья на юге Франции».

Эта история раскрыла мне все волшебное могущество воображения. Когда вы ярко и живо представляете себе сокровенное желание, внутри вас закипает жизненная сила и обжигает душу. Эта энергия заполняет ваши чувства, мысли и ураганом врывается в вашу жизнь.

Воображение изобретает. Оно дает сокровенному желанию пропуск в реальность. Если ваше желание искренне и подкреплено подлинными убеждениями, воображение принимает его в свою богатую плодородную почву и дает ему жизнь.

Принадлежит ли вам ваше воображение?

Воображение творит вашу жизнь. Руководит вашим выбором — Диктует предпочтения и антипатии. Заполняет внимание. Раскрашивает мир, в котором вы живете, в яркие цвета. Это самое мощное оружие, и тем не менее многие позволяют своему воображению зачахнуть, подменяя его дешевыми суррогатами.

Заставьте себя остановиться, если ваше воображение засоряется второсортными драмами и тошнотворными передачами, постоянной жвачкой новостей и бессмысленной комедийной болтовней. Защитите себя от разлагающих душу сцен насилия, боли и страданий. Не позволяйте никому управлять вашим воображением. Большинство людей жертвуют своей творческой силой ради извращенных искусственных версий реальности, причем до такой степени, что сами начинают верить, будто это и есть настоящий мир.

Обратите внимание: теперь уже не телевидение имитирует людей, а люди имитируют телевидение. Многие давным-давно перестали мечтать, как мечтают дети. Вместо этого они проецируют на свой внутренний экран чужие образы, позволяя им воплотиться настолько, насколько это допускают окружающие люди, и ни на йоту больше. Подобный эффект домино часто превращает потенциально творческие умы в обычные копировальные аппараты.

То, что многие люди копируют и бездумно перенимают, представляет собой по большей части депрессивные и угнетающие образы поражения, боли и разочарования. Мы следуем за лидером, думаем так, как нам велят думать, и принимаем чужие мнения за свои собственные. И теряем при этом творческую силу и энергию.

Работая стюардессой, я сполна получила свою дозу депрессии и уныния, когда моя авиакомпания, наряду со многими другими, переживала тяжелый кризис. В 1985 году я наконец решила распрощаться с этой работой и полностью посвятить себя интуитивным предсказаниям и духовному обучению. Однако многие мои друзья (и два члена семьи) продолжали работать в этой области. Практически каждый день кто-то из них звонил и чуть ли не в слезах начинал жаловаться: «Ходят слухи, будто авиакомпания закрывается на следующей неделе. Как же я буду содержать семью, если это случится?» или «Все кончено. Со дня на день я потеряю работу!»

Беспокойство этих людей распространялось мощными волнами. Конец близок — вот что носилось в воздухе, именно эта фраза была готова сорваться с каждого уст. Помню даже, мне как-то довелось побеседовать с одним журналистом, написавшим статью о бесславном конце авиакомпании.

«Это неизбежно, осталось просто ждать», — заметил он.

Все это происходило одиннадцать лет назад. Сегодня, когда я пишу эти строки, самолеты продолжают летать, а некоторые люди по-прежнему боятся, хотя по прошествии одиннадцати лет ничего не изменилось и они работают все там же и все как же. Несколько авиакомпаний действительно закрылись, но вместо них появились новые, и стюарды и пилоты сумели найти себе работу. Иными словами, перемены не обязательно означают конец. Они означают, что пришло время для чего-то нового.

Я также замечаю у некоторых людей склонность раздувать пламя негативности, сплетничая, как квохчущие насекомые, о том, что они где-то слышали, пережевывая одну и ту же жвачку и получая огромное наслаждение от разгорающихся скандалов и неразберихи. К такому типу людей, как правило, относятся те, у кого нет особого смысла в жизни и любви, поэтому они способны на что угодно, лишь бы отнять этот смысл у других.

Будьте особо бдительны с такими людьми. Не позволяйте слухам и сплетням лечь в основу вашей реальности. Вступление вроде «Я слышал, что...» должно послужить вам сигналом тревоги. Тут же разворачивайтесь и уходите. Помните: что бы ни случилось, вы способны с этим справиться.

С сегодняшнего дня пусть *единственным* автором вашей жизни станет воображение. Оно вправе быть оригинальным и неповторимым. Оно улавливает вдохновение души и послания от Бога.

Настоящее воображение не признает границ, раздвигая рамки традиционного мышления. И те, кто воспользуется этой волшебной силой, никогда не пожалеют об этом!

Подумайте вот над чем. Кто-то не побоялся помечтать и имел мужество представить космические полеты. Теперь мы можем летать дальше Марса. Кто-то другой, не менее отважный, задумал разговаривать с людьми, находящимися на другом конце страны. И сейчас мы имеем возможность общаться лицом к лицу посредством изображений на экранах компьютеров. Кто-то придумал заменить плохо работающее сердце на искусственное. Вы только представьте себе! Теперь мы научились трансплантировать многие органы и создавать искусственные, продлевая людям жизнь. Спасибо тем, у кого хватило мужества мечтать и стремиться к своим мечтам в действительности.

Истинное воображение щедро одаривает весь мир. Задумайтесь на мгновение, какой пример вы подаете тем, с кем сталкиваетесь, воплощая свою мечту в реальность. Ваша победа становится всеобщей победой. Так что, по большому счету, ваша мечта — это подарок миру.

Позаботьтесь о том, чтобы сад вашего воображения регулярно получал удобрения, которые бы питали ваши мечты. Читайте то, что помогает биться вашей творческой жилке. Созерцайте лишь те образы, что отражают ваши желания. Молитесь и медитируйте, чтобы на вас снизошло вдохновение. Имейте мужество идти дальше тех, кто впереди вас. Решительно игнорируйте образы, которые мешают вашему продвижению. Наберитесь смелости и яркими красками нарисуйте в воображении сокровенное желание.

Как пропалывать сад воображения

Если ваше воображение представляется вам садом, то беспокойства и переживания — это сорняки, за которыми нужно следить в оба. Сорняки тревоги опутают вас своими стеблями и, если вы не будете бороться с ними, распространятся быстрее лесного пожара, и вам от них не спастись.

Наиболее часто встречается сорняк под названием «да, но». Это внутреннее состояние, при котором вы представляете все возможные несчастья, которые обрушатся на вас, если вы рискнете взрастить свою мечту. Сорняк разновидности «да, но» несет серьезную угрозу и мешает воображению рисовать заветные желания.

Например, вам пришла идея взрастить семена собственного бизнеса. Однако, еще не успев начать, вы наталкиваетесь на сорняки разновидности «да, но».

«Да, но конкуренция невероятно жесткая!»

«Да, но, согласно журналу „Таймс“, шансы преуспеть в течение первого года составляют меньше пяти процентов».

«Да, но что будет, если я потерплю неудачу?»

Эти злостные сорняки, такие коварные, неистребимые, будто из ниоткуда появляются в вашем сознании, но вы должны помнить, что это ни больше и ни меньше как ваши страхи.

Еще одна порода сорняков, уничтожающих творческий сад, — «логическая» их разновидность. Возможно, они не такие живучие, как предыдущий вид, но саду нанесут не меньший урон. Вот что они из себя представляют.

К примеру, вы хотели бы взрастить семена хорошего здоровья. Но как только вы начинаете возделывать землю для посадки, из нее появляются сорняки «логической» разновидности:

«Лекарство еще не найдено».

«Не стоит особо надеяться — большинству людей этого сделать не удалось».

«Логические» сорняки произрастают из мнений других людей, а не из фактов.

И наконец, третья разновидность сорняков — «реалистичные». Их распознать сложнее всего, поскольку внешне они очень напоминают цветы здравомыслия. Такие сорняки проецируют ваши волнения в непоколебимую реальность и берут воображение в заложники. Эти сорняки вылазят обычно вскоре после того, как вы аккуратно высадили семена и в нетерпении предвкушаете, когда они прорастут.

Каждый раз, когда вы думаете о своей мечте, эти сорняки путаются у вас под ногами.

«Может, ты и хочешь стать танцовщицей, но если трезво взглянуть на вещи — ты слишком стара».

«Может, ты и надеешься встретить близкого по духу человека, но если трезво взглянуть на вещи — ты никогда не познакомишься с новыми людьми».

«Может, ты и хочешь сменить работу, но если рассуждать здраво — кто станет нанимать такого неопытного работника?»

Если ваш сад зарос сорняками беспокойства и тревог, представьте, как вы вырываете их и выбрасываете в мусорное ведро. А чтобы они не пустили корни вновь, не забудьте о ежедневной визуализации.

Одна очень творческая клиентка поделилась с нами собственным любимым методом борьбы с сорняками. Она заполнила пульверизатор лавандовой водой и каждый раз, когда в ее воображении появлялись сорняки тревоги, разбрызгивала воду, приговаривая при этом: «Умрите, сорняки! Умрите!» Ей очень нравился процесс лобовой атаки на сорняки, а кроме того, запах лаванды стал у нее ассоциироваться с чувством ответственности за то, что растет в ее саду.

Наиболее эффективный способ сохранить сад в чистоте — внимательно следить, замечать первые ростки и мысленно выпалывать сорняки, прежде чем они превратятся в серьезную проблему.

Обнесите сад забором

Защитите свой воображаемый сад от «грызунов» и «вредителей» — отрицательных эмоций — и от людей, мешающих реализовывать мечты. Оберегайте его от тли цинизма и паразитов пессимизма. Не пускайте в него тех, кто неосторожными жесткими словами

повредит нежные, пробивающиеся наверх ростки. Не забывайте питать ваши насаждения любовью и заботой.

Не растрачивайте воображение, завидуя садам других. Мы выбираем те образы, что в конечном итоге формируют, лепят нашу жизнь. Если чужой сад вам кажется привлекательным, возьмите его за образец для подражания и будьте благодарны за вдохновение.

Можете ли вы мечтать?

Помните, что истинное воображение питается только тем, во что вы *искренне* и глубоко верите. Если вы не можете вообразить свое сокровенное желание, возможно, не настолько оно сокровенное.

Моя подруга Лидия как-то рассказала мне, что ее сокровенным желанием является продолжение обучения и получение степени, но когда она пробовала данное упражнение, ей никак не удавалось представить себя в университете.

— А что же ты видишь вместо этого? — спросила я.

— Я вижу, что мне не нужна никакая степень, чтобы преуспеть в жизни. Я вижу, как работаю в торговле и достигаю успеха, не возвращаясь в университет, — ответила Лидия.

— Ну что ж, значит, это и есть твое сокровенное желание. Ты не можешь представить университет, потому что он тебя не привлекает. Но зато тебя интересует работа. Кто-нибудь хоть раз спрашивал тебя про степень?

— Да нет... Не припомню. Просто я боюсь, что когда-нибудь меня спросят о ней, а мне будет так стыдно, ведь мне нечего сказать.

— Возможно, но согласись, нет лучшей степени, чем доказанный на деле успех. Почему бы тебе не реализовать сокровенное желание успеха, основанного на личном опыте, а не на университетском образовании?

Лидии пришлось согласиться, что обучение являлось скорее «вынужденной» целью, но не представляло для нее личного интереса. А добиться успеха — вот это *действительно* было здорово!

Она начала представлять, как получает диплом «университета практического опыта», и вскоре перестала беспокоиться о незаконченном образовании. Недавно я узнала, что она занимает пост вице-президента в своей компании и строит планы собственного бизнеса.

Мечтайте от первого лица

Многие люди не справляются с третьим принципом, потому что им не удастся представить, как в то, чего им по-настоящему хочется, вовлекаются их супруг или супруга, босс или другой важный для них человек. Вот история, рассказанная моей клиенткой Шелли на одном из семинаров.

— Что происходит, если ты не можешь представить, будет ли меняться близкий тебе человек и станет ли он делать то, чего ты хочешь? К примеру, я хочу выйти замуж за своего парня, а он закоренелый холостяк и клянется, что никогда не женится. Как же

мне вообразить наше совместное будущее, если я точно знаю, кто он есть и как ко всему этому относится?

Я объяснила Шелли, что никому не подвластно использовать собственное воображение для воздействия на свободную волю другого человека. Я предложила ей либо представить, как она наслаждается теми отношениями, что есть на сегодняшний момент, либо выйти замуж за того, кто разделяет аналогичные цели. Иными словами, использовать силу воображения, чтобы приблизиться к своей мечте, а не подчинять своей воле приятеля.

Я убедила Шелли, что даже если под ее давлением они поженятся, ее приятель не изменится после свадьбы, и вряд ли в их семье будут царить мир и гармония. Я уверена в этом на сто процентов.

Правильное использование силы воображения требует созидания без манипуляций. У меня такой подход срабатывает.

Мой будущий муж Патрик, когда мы только встречались, как-то заявил мне, что женитьба его вообще не интересует. Я очень расстроилась, поскольку любила его, но примирилась с его желанием, ведь иного выбора у меня не было. И все же я хотела выйти замуж, поэтому рассталась с Патриком. Спустя три недели он сделал мне невероятно романтическое предложение у подножия Большой пирамиды в Египте.

Мое решение порвать с Патриком было твердым и окончательным. Я знала, что обязана уважать его желания, но также хотела следовать сокровенной мечте жить в прочном, основанном на любви браке. Однако когда Патрик получил желаемое, он изменил свое мнение. (Разве время от времени с нами не случается подобное?) Осознав, что я твердо вознамерилась строить собственную жизнь, с ним или без него, он принял решение связать свою судьбу с моей. Спустя двенадцать лет, имея двоих детей, я заявляю, что Патрик самый преданный и любящий муж на свете.

Иными словами, если ваша мечта кажется недостижимой, представьте себе что-нибудь *лучшее*. Когда вы мысленно рисуете свою мечту, не настаивайте и не пытайтесь воздействовать силой. Если ваша мечта связана с кем-то, от кого вы ждете встречных шагов, положитесь на Бога.

Я обычно говорю:

Божественный дух, окажи моей мечте необходимую поддержку.

И пусть Вселенная работает на вас.

Именно воображение рождает гениев. Подкармливайте свое желание возбуждающими и мотивирующими образами.

Вы должны принимать активное участие в реализации своей мечты! Представляйте ее как художественный фильм, в котором вы снимаетесь в главной роли. Что вы чувствуете? Просто следуйте за этим чувством, и оно приведет вас к заветному желанию.

А теперь давайте перейдем к применению третьего принципа.

Применение третьего принципа

Представление мечты

Каждый вечер перед сном сосредоточьте все внимание на представлении своей мечты, как будто вы ее уже реализовали. Перед вашим внутренним взором не должно быть никаких посторонних образов. Думайте только о том, чего вы хотите.

Каким образом ваше желание повлияло бы на вас, если бы воплотилось в действительность? Где бы вы тогда были? Чем бы занимались? Каким образом оно бы вам помогло? Как воспринимали бы вас в таком случае окружающие? Чтобы изменилось? Мысленно представляйте себе ответы на заданные вопросы. Ощущайте осуществление своей мечты в образах, словах, эмоциях. Если ваша цель и есть истинное сокровенное желание, это упражнение дастся вам без особого труда.

Приступайте к упражнению сразу, как только проснетесь утром. Каждый день добавляйте новые детали — звуки, образы, запахи, ощущения, эмоции. Иными словами, рисуйте вашу мечту во всем ее объеме. Она не должна быть плоской, отдаленной, черно-белой. Насыщайте ее цветом, звуком, текстурой, движением и ритмом — то есть жизненной силой. Спросите себя: «Могу ли я вообразить сокровенное желание исполненным именно так, как я хочу?» А затем рисуйте его яркими живыми красками. Представьте, как изменится мир после воплощения в нем вашего сокровенного желания.

Не торопитесь, не прогоняйте мысленные картинки галопом. Наслаждайтесь.

Усилители воображения

- Напишите свое желание на цветных листах бумаги.
- Всегда носите эти записки с собой в бумажнике или сумочке.
- Каждое утро, принимая душ, размышляйте и анализируйте свои ощущения и эмоции по поводу сокровенного желания.
- Напевайте сокровенное желание по пути на работу, возвращаясь с нее, при уборке дома, приготовлении обеда — в любом месте и в любое время.
- Каждый день представляйте себе новые детали своей мечты, которая приносит вам удовольствие.
- Окружите мечту забором. Не сообщайте никому, что вы создаете. Берегите энергию для созидания!

Процедура ухода за садом

Ежедневно уделяйте пятнадцать минут мысленному уходу за садом. Самое подходящее время — перед сном. Поскольку подсознание весьма чутко реагирует на ритуал, выберите для посещений сада специальную одежду. (Отлично подойдет особая пижама.) Переодевание настраивает подсознание на восприятие. С древних времен все священнослужители носили особую одежду, отличавшую их от остальных, чтобы подчеркнуть свои важные духовные обязанности. (И зачастую эти одеяния сильно напоминали пижамы!) Облачаясь в специальный костюм, вы приводите в действие все созидательные внутренние силы, отпуская в небеса творческую энергию.

Со временем я постигла одну важную вещь: чтобы запустить воображение на полную катушку, нужны определенные физические действия. Я помогаю своему воображению, вовлекая в творческий ритуал все чувства и ощущения.

Сначала я надеваю священное кимоно (японское, из Чайнатауна) и сообщаю подсознанию, что отправляюсь в сад своего воображения. Обязательно беру с собой блокнот и ручку. Зажигаю фимиам и свечи. Больше всего я люблю копал — он отличается сильным богатым запахом и раньше использовался во время церковных служб. Свечи у меня обязательно восковые, но только потому, что мне такие очень нравятся!

Потом я включаю специальную музыку для медитации — у меня есть несколько компактв, на которых записаны голоса птиц, звуки журчащей воды, дуновения ветра, сопровождающиеся игрой на флейте. Музыка создает необходимую для мечтаний атмосферу.

Добившись нужного состояния, я закрываю глаза и принимаюсь медитировать, пытаюсь представить свое сокровенное желание как кинофильм со мной в главной роли. Несколько минут наслаждаюсь этим фильмом, потом открываю глаза. В конце записываю, что я хочу создать, и вслух зачитываю желание.

Весь ритуал занимает пятнадцать-двадцать минут и приносит мне столько удовольствия и радости, что я с нетерпением ожидаю его часа. Постарайтесь взрастить собственный сад воображения. Для этого не существует каких-то универсальных, правильных рецептов. Доверьтесь своим инстинктам и изобретайте собственные ритуалы с детской непосредственностью. Не критикуйте мечты и не пытайтесь облечь их в реалистичную форму. Именно воображение — источник всех изобретений, оно должно быть свободно и ничем не сковано. Благодаря этому рождается страсть, превращающая мечту в действительность.

Волшебное зеркало

Прикрепите листки с сокровенным желанием к большому зеркалу. В силу необходимости защитить мечту это зеркало не должно находиться у всех на виду. Разместите его изнутри на дверце платяного шкафа или около письменного стола. Воображение подскажет вам, где можно его спрятать.

Вместе с записками прикрепите к зеркалу и фотографии, вырезки из журналов, картинки и прочие визуальные вспомогательные средства. Разместите их по краям, оставляя в центре свободное место, где каждый раз вы будете видеть свое сияющее прекрасное лицо, окруженное вашими мечтами. Вверху и внизу зеркала прикрепите надпись: «Да будет так».

Смотритесь в это зеркало как минимум раз в день.

Музыкальное путешествие

Отберите любимые компактв или кассеты, которые вы будете слушать, мысленно рисуя свою мечту. Не важно, какого рода музыку вы предпочтете, — главное, чтобы она вызывала у вас соответствующие чувства. Избегайте блюзов — если только вы не мазохист и не стремитесь к боли, одиночеству и изоляции!

Описание желаний

Представляйте желания как можно эмоциональнее. Выберите три из них и описывайте их в блокноте, пытаюсь использовать все пять чувств: зрение, слух, обоняние, вкус и осязание.

Медитация

Перед тем как приступить к медитации, включите в качестве фона тихую, расслабляющую музыку. Подойдет все, что действует на вас успокаивающе: звуки природы или классика, нью-эйдж или специальные мелодии для медитации. В любом музыкальном магазине вы сможете выбрать все, что вашей душе угодно.

Найдите удобное тихое место, где можно лечь, вытянуться в полный рост и расслабиться. Сделайте несколько глубоких вдохов, после чего на выдохе медленно закройте глаза.

Представьте прекрасный солнечный день. Над вами голубое небо. Вы мирно отдыхаете и любуетесь пейзажем.

Теперь представьте, как к вам подходит почтальон с сообщением о том, что в почтовом ящике вас ожидает нечто весьма интересное. Когда вы направляетесь к ящику, вас переполняют восторг, возбуждение, удивление и радостное ожидание. В сердце зарождаются надежды. От кого эта посылка? С каждым шагом воображение работает все активнее.

Наконец вы подходите к блестящему красному ящику, на котором большими буквами написано ваше имя. Не сдерживайте бьющего через край нетерпения — скорее откройте ящик и загляните внутрь.

Просунув в ящик руку, вы достаете оттуда пакет с семенами.

На обертке вы видите изображение вашего сокровенного желания — секретной мечты, давно живущей в сердце.

Вы знаете, что эти семена содержат заветное желание, которое вы хранили в самых потайных уголках души. В своих мечтах. В своих тревогах. Иногда оно являлось даже в ваших ночных кошмарах. Из него сотканы ваши фантазии.

Это именно то, что вы хотите сделать со своей жизнью.

Прижмите на мгновение этот пакет к сердцу, затем подумайте об идеальном месте, где вы могли бы посадить полученные семена, — освященном саде для особой мечты. Отправляйтесь в этот сад.

Придя на место, оглянитесь вокруг в поисках орудия для возделывания почвы.

Медленно вспахивайте землю... Не торопясь, повыдергивайте все сорняки. Уберите мелкую гальку и крупные камни. Сад должен стать идеальным местом для сокровенной мечты.

Наклонитесь и захватите пригоршню земли из собственного сада. Вы должны интуитивно чувствовать, в чем она нуждается. Она слишком сухая? Чересчур влажная? Что вы можете ей дать? Больше любви? Внимания? Ухода? Преданности? Что вы можете дать этой земле, чтобы принятые ею семена выросли и созрели?

Разомните в руках землю, пока она не станет мягкой и рыхлой. Полной грудью вдохните ее богатый аромат — аромат земли, ожидающей урожая.

Теперь очень осторожно разверните пакет с семенами, бережно высыпьте их. Пусть и ваше подсознание, и сознание увидят в них воплощение сокровенного желания.

Осторожно и нежно опустите семена в подготовленную с любовью почву. Руками присыпьте их землей.

Пустой пакет прикрепите к палке и поставьте ее посередине сада, чтобы она сразу бросалась в глаза каждый раз, когда вы заходите сюда.

Теперь обнесите сад высоким забором. Отойдите назад и полюбуйтесь проделанной работой.

Представляйте, как вы ухаживаете за садом, — преданно и с любовью. Навешайте его ежедневно. Наберитесь терпения, пока семена не дадут всходы. Следите за воронами и кроликами, которые хотят попортить заветные ростки вашей мечты.

Представляйте себя мощной силой, дающей отпор всякому, кто пожелает украсть у вас сокровенное желание. Без сожаления выбрасывайте из сада все, что может помешать росту.

Помните: иногда ростки омоет дождь, иногда — ваш пот, а иногда — и слезы. Знайте: ничто не сможет остановить стремление семян вверх, к солнцу. Помните: вы взращиваете и лелеете свою мечту.

Возможно, вы увидите и узнаете, что посадили другие люди. Увидите, как в соседних садах пробиваются на свет их идеи и мечты. Пусть их усилия и старания служат вам примером и стимулом, но никогда не теряйте веры в то, что и ваши мечты дадут всходы.

Теперь сделайте вдох и сосредоточьтесь на энергии, что кипит и бурлит в вас. Пусть она заряжает и вас, и ваш сад. Смотрите, как пробуждаются к жизни ваши мечты.

Наблюдайте за тем, как пробиваются сквозь почву молодые ростки и одновременно претворяются в жизнь лелеемые вами планы. Смотрите — вот они тянутся все выше и выше... выше и выше... становятся сильнее и крепче.

Помните: не вы заставляете эти семена прорасти. Они всходят вне зависимости от ваших тревог и страхов, благодаря внутренней энергии и силе, которые дают им земля и солнце.

Сад растет, потому что ему нужно плодоносить — выполнять свое назначение.

Отступите назад и полюбуйтесь результатами своего труда. Наблюдайте за тем, как ваши мечты набирают силу, крепнут, как глубоки и мощны их корни, как высоки ветви. Смотрите, как распускаются цветы и наливаются плоды ваших мечтаний. Пришло время праздновать сбор урожая. Несколько минут дышите легко и медленно, наслаждайтесь рождением своей мечты.

Когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Повторение

Если вы в состоянии представить себе мечту, вооружившись всеми чувствами, можете смело переходить к четвертому принципу.

Если же нет, повторите первый, второй и третий принципы и проверьте, что вы пропустили.

Принцип четвертый

Устраните все препятствия

Первые три принципа можно сравнить с архитекторами, тщательно разрабатывающими проект сокровенного желания. Как только накоплено достаточное количество энергии для реализации мечты, вы готовы к ее воплощению. Четвертый принцип задействует Творческого подрядчика — аспект Божественного духа, *возводящего* вашу мечту в реальности.

Впервые о четвертом принципе я узнала в четырнадцать лет. В то время моим сокровенным желанием было развить интуитивные способности до максимальной степени. Я проглатывала тонны книг по метафизике, изучала карты таро и часами пробовала работать с обычными игральными картами. Я носила банданы, огромные серьги кольцами, браслеты до локтей на обеих руках, развевающиеся юбки и называла себя «Мадам Соня, медиум». Но по-настоящему я хотела учиться у истинного мастера.

Однажды моя мать сообщила мне, что на ужин приглашен необычный гость. Это был Чарли Гудман, известный духовный учитель, обладавший невероятным даром ясновидения, слышания на расстоянии и вхождения в транс. У него были последователи по всему миру, и нам выпала большая честь познакомиться с ним.

Мой восторг не знал границ. Я три раза меняла наряды, стараясь выглядеть на все сто. Когда Чарли представляли мне, мое сердце билось так оглушительно, что, казалось, прорвется сквозь грудную клетку. Чарли оказался семидесятилетним мужчиной, с седыми волосами и в очках с толстыми стеклами. Он беспрерывно курил «Мальборо» и заразительно смеялся. Его смех напоминал журчащий ручеек.

Во время обеда Чарли сидел во главе стола и по очереди называл всем членам семьи имена духовных советчиков и наставников.

Когда очередь дошла до меня, Чарли произнес: «Соня, твой духовный помощник — архангел Михаил. Ты обладаешь даром интуитивного знания и сможешь в будущем помогать людям обретать мир в сердцах и душах». Я чуть не упала в обморок. Он заметил мое дарование, мне было чрезвычайно лестно!

Чарли, однако, добавил: «...если ты сможешь развить свой талант».

Проклятие! А я-то думала, что уже обладаю им.

После обеда я набралась мужества и попросила Чарли научить меня разговаривать с духовными помощниками. Он согласился: «Я помогу тебе, Соня, если ты будешь достаточно дисциплинирована».

Мы договорились о первой встрече в субботу в полдень, ровно через неделю. В назначенный день в пятнадцать минут первого я позвонила в дверь Чарли. Ответа не последовало.

Я удивилась, потом начала беспокоиться, но осталась ждать. Чарли все не объявлялся, и я отправилась на поиски телефона. Набрав номер, я долго не клала трубку, но безрезультатно — Чарли определенно не было дома.

Разочарованная и немножко раздраженная, я вернулась домой. «Может, у него из-за возраста плохо с памятью», — думала я по дороге. В течение недели я предприняла еще пару попыток дозвониться до Чарли, но мне это так и не удалось.

В следующую субботу, прежде чем ехать, я попробовала еще раз позвонить. К моему величайшему удивлению, Чарли снял трубку.

— Алло, Чарли слушает!

— Чарли, это Соня. Что случилось в прошлый раз? Мы же договорились встретиться в двенадцать часов.

— Да, я помню, — ответил он. — Где ты была? Я ждал тебя до десяти минут первого, а потом уехал. Ты не пришла в двенадцать, как мы договаривались.

— Но, Чарли, не могу поверить, что ты меня не дождался! Я не успела на автобус, и мне нужно было закончить несколько дел, да и потом — я опоздала совсем *чуть-чуть!*

Ты опоздала достаточно, чтобы считаться несерьезной, Соня! — услышала я в ответ. — Ты не пришла вовремя.

Я попыталась было объяснить причину, но Чарли не дал мне закончить. Его не интересовали эти причины. Он сказал, что наши занятия — это общение с духом, которого нужно чтить в должное время.

— Духовных помощников не волнуют оправдания. Если они затрачивают такую огромную энергию, чтобы оказаться в мире нашего сознания, а ты их не ждешь, тебя нет, значит, для тебя все это не так важно. Если это действительно необходимо тебе, ты сможешь упорядочить свою жизнь и расставить приоритеты. А это означает никогда не опаздывать. Дух организован, и если ты желаешь общаться с ним, научись также быть собранной и пунктуальной. Не растрачивай попусту время на посторонние вещи, когда работаешь над главной целью. Время — вот что самое важное.

Наверное, он прав, подумала я. Видимо, я слишком легкомысленно отношусь к такому важному желанию. Для меня, в четырнадцать лет, это был совершенно новый взгляд на вещи, отличный от того безалаберного и халатного отношения, к которому я привыкла. Он казался намного честнее обычных оправданий.

Благодаря этому разговору с Чарли и многим другим беседам, которые мне посчастливилось с ним вести, я научилась уважать сокровенное желание, ставя его на первое место в своем списке приоритетов. Чарли открыл мне, что для воплощения сокровенного желания следует делать все, что в ваших силах, — не откладывая на потом. Я научилась не растрачивать время на вещи, не относящиеся к сокровенному желанию, и не придумывать оправданий для лени. Я стала честно и беспристрастно оценивать свое

поведение и осознала, что для защиты мечты мне нужно избавиться от всего, что отвлекает внимание, и полностью посвятить себя реализации своего желания.

Мы встречались с Чарли дважды в неделю, и, что бы продолжать занятия, мне пришлось устранить все, что стояло на пути.

— Чарли, неужели ты не можешь быть более гибким? — подкалывала я его временами.

— Я-то могу, — смеялся Чарли, — а вот законы Вселенной не могут. Если ты искренне хочешь чего-то, Соня, ты должна быть непреклонна в стремлении защитить свое желание и преданна мечте до конца. Ленишься и халтурить нельзя!

Благодаря занятиям с Чарли я приобрела навыки ясновидения (искусство предвидеть будущие события), слышания на расстоянии (искусство слышать духовных помощников), психометрии (искусство «читать» предметы) и вхождения в транс (посредничество в общении с духовным помощником). Но теперь, оглядываясь назад, могу с уверенностью сказать, что величайший полученный мною дар — это непреклонное решение посвятить всю энергию сокровенному желанию. Я научилась *организовывать свою жизнь вокруг заветной мечты, вместо того чтобы пытаться силой втиснуть ее осуществление в беспорядочную и хаотичную повседневную суету.*

Время вышло!

Четвертый принцип неразрывно связан со временем. Не важно, о чем вы мечтаете — о духовном росте или о подтяжке лица, — воплощение вашего желания займет некоторое время. Главное — помните о том, что ваша мечта важна для вас, что она бесценна.

В нашем обществе это не так-то просто. После семинаров ко мне не раз подходили слушатели и признавались, что им кажется слишком эгоистичным уделять себе так много времени. Единственный способ избежать всепоглощающего чувства вины — сначала позаботиться обо всех и обо всем, а уж потом заниматься личными вопросами. Но все дело в том, что после того как все силы и энергия растрочены на чужие проблемы, уже не остается ни времени, ни возможностей создавать собственные мечты.

Раньше мне казалось, что эта проблема свойственна только женщинам, но после десяти лет своей практики я поняла, что мужчины не меньше мучаются от этой дилеммы. Я называю это синдромом «сначала закончи домашнюю работу, а потом пойдешь играть на улицу». Это глубоко спрятанный родительский голос, знакомый нам с детства.

Но вот ведь незадача — всю работу никогда не переделать, поэтому время для «игр», возможность заняться тем, что нам дорого и интересно, так никогда и не наступит. А если даже и наступит — нам не избавиться от давящего чувства вины, которое лишает нас истинного удовольствия и наслаждения от любимого дела. Подобное отношение неизбежно заставляет нас верить, что гораздо правильнее страдать, ставить мечты других людей выше собственных, работать до седьмого пота и отказывать себе в удовольствиях.

Сильно подозреваю, что такая позиция является результатом ошибочного толкования учения одного из величайших духовных наставников — Иисуса Христа. Иисус говорил: «Возлюби ближнего, как самого себя», но нам с раннего детства внушают — *«вместо самого себя».*

Следуя неверной интерпретации, мы превратились в общество измученных трудоголиков, обреченно ожидающих своей очереди в следующей жизни, так и не дождавшись благодарности за все принесенные жертвы в этой. А наши сокровенные желания продолжают томиться в потайных уголках души.

Первый шаг в применении четвертого принципа — исправление этого неверного представления. Прежде всего, вы должны поверить, что ваше Божественное право — любить себя, а Божественная мудрость заключается в удовлетворении потребностей души. А это означает *высоко ценить* свои желания и посвящать время их осуществлению.

Еще одно препятствие, стоящее на пути к реализации сокровенной мечты, — привычка искать одобрения окружающих и определять свою значимость оценкой тех, кто на нас смотрит. Мы становимся рабами понятий, приемлемых или неприемлемых для других.

Не допускать саботажа

Первое, что вам следует сделать, — защитить свою мечту сильными границами. Сейчас слабые ростки мечты едва-едва пробиваются во Вселенную, а потому нуждаются в охране и внимании. Вы можете обеспечить защиту; освободившись от отрицательных влияний — критики, ревности, цинизма, неприятных ассоциаций и негативно настроенных друзей с каменными сердцами.

Если, к примеру, вы мечтаете об отличном здоровье, избавьте себя от воздействия токсичных веществ, обстоятельств и людей, нарушающих гармонию и равновесие души и тела. Если вы стремитесь к достатку, держитесь подальше от людей с мышлением бедняков и избегайте обстоятельств, которые заставляли бы вас думать как такие люди.

Кстати, обратите внимание, я говорю: избавьте себя, не позволяйте себе — но не передельвайте всех вокруг. Я видела, как сотни желаний разбивались о нить пессимиста или ревность, цинизм или неприятие. Сотни клиентов жаловались мне: «Моя жена думает, что я сошел с ума», «Мой муж насмехается надо мной», «Мои дети считают, что я не осознаю реальности» или «Моя семья не желает даже слышать об этом».

Люди ошибочно полагают, будто их мечты и желания, прежде чем воплотиться, должны получить одобрение тех, кого они любят. Но это не так. Вы можете не найти желаемой поддержки и веры в тех, от кого вам бы хотелось их получить, но, по большому счету, вам вообще не нужно ничье одобрение и согласие. Вам нужно лишь защитить себя от деморализующих, разрушительных и вредоносных воздействий.

Не тратьте зря время на попытки изменить окружающих людей или убедить их в ценности ваших намерений. Вы только лишитесь энергии, необходимой для сосредоточения на сокровенной мечте. Относитесь к ней как к бесценному сокровищу и скрывайте от посторонних глаз. Как-то один мой друг сказал: «Если кто-то работает против тебя — отвернись от него».

Уйдите.

Отступите.

Не афишируйте свою мечту.

Будьте умнее.

Окружите себя высоким и крепким забором, чтобы сокровенные мечты могли пустить прочные корни в вашей жизни.

Желание равняется дисциплине

Сокровенным желанием Пола было стать партнером в своей фирме, которая занималась недвижимостью, и добиться финансового успеха и уважения. Он был так озабочен стремлением достойно выглядеть в глазах руководителей фирмы, что одевался только в самых дорогих магазинах, ездил на сногшибательном новом «лексусе», стал завсегдатаем изысканных ресторанов и постоянно старался убедить окружающих в своем процветании и преуспевании. Но горькая правда заключалась в том, что ему не доставало дисциплины, чтобы добиться истинного успеха. Пол считал, что выглядеть успешным (даже ценой солидных долгов) — значит *быть* успешным. Он верил: получив одобрение окружающих, ты получишь и желаемое. Он безрассудно тратил время и деньги на презентабельную внешность, вместо того чтобы сосредоточиться на усердной работе.

Последствия недисциплинированности Пола вскоре стали очевидны для всех его сослуживцев. Он тратил больше денег, чем зарабатывал, и влез в колоссальные долги. Кредиторы не давали ему покоя и на работе, что немало смущало Пола. Он постоянно отвлекался от дел и вскоре был уволен из-за низких показателей производительности. Неумение сначала зарабатывать, а уж потом тратить все дальше и дальше уводило Пола от желаемой карьеры.

Он так и не понял то, что большинство людей познают посредством сурового опыта, — бесплатного сыра не бывает.

Четвертый принцип требует, чтобы вы избавились от всего, что отвлекает вас от сокровенного желания. *От всего!* Обращайте внимание на любые пустые траты и усилия, избегайте суеты и неорганизованности, которые мешают вам сосредоточить энергию и волю на мечте. А это значит: найдите время и силы, чтобы установить тот порядок, который требуется для реализации ваших желаний.

Начинайте с очевидного — с окружающей обстановки. Хаос, небрежность, незавершенные дела и суетливость поглощают вашу энергию и крадут время! Каждая секунда, которая расходуется на извинения, оправдания или попытки спрятаться от незаконченных дел, потеряна для вас навсегда.

Наведен ли порядок в вашем ломе? Не завален ли он бесполезным хламом? Может быть, вы никак не можете выбросить какую-то вещь просто потому, что она «так хорошо лежит»?

Расчистите завалы на столе. Раздайте ненужное. Пустите в ход то, что можно использовать. Освободите пространство для новой энергии и жизненной силы.

Джоан и Марк, друзья нашей семьи, могли послужить классическим примером «собирателей хлама». Кроме того, ни у кого дела не шли так плохо, как у них; никто не испытывал таких финансовых трудностей, как они. В их доме яблоку негде было упасть из-за ненужных вещей, но они оправдывали свою привязанность к этим артефактам прошлого тем, что когда-нибудь какой-нибудь предмет может им понадобиться, а купить его им будет не по карману. Самым большим горем для них стала невозможность иметь ребенка, хотя они и боялись, что не смогут его вырастить. Вопрос о расходах на лечение от бесплодия даже не стоял.

Посетив мой семинар, посвященный сокровенному желанию, они осознали, что гнули спину на работе, которая не приносила им радости, и что проблемой бесплодия поставили свой брак под угрозу. Воспользовавшись первым, вторым и третьим принципами, Джоан и Марк пришли к выводу, что нужно начать все сначала в другом городе. Следуя четвертому принципу, супруги продали дом и раздали или распродали все имущество. Обретя свободу, они решили неспешно и налегке проехаться по стране в поисках нового места для жительства — роскошь, которую они могли позволить себе впервые. Наконец они добрались до Колорадо, где остановились на отдых в горах и смогли зачать долгожданного ребенка. Исполненные радости, Джоан и Марк осознали: избавившись от старых отягощающих привязанностей, они открыли свои сердца и души полноценной семейной жизни и свободе.

Чем старше я становилась, тем больше ценила четвертый принцип. Четвертый принцип — это закон преданности и веры, поборник порядка и дисциплины. Его солдаты — организованность и отказ от всего лишнего. Четвертый принцип стеной встает на защиту вашей мечты, которая на этом этапе наиболее ранима и уязвима.

Четвертый принцип, заставляя вас тщательно изучить свои привязанности, открывает путь совершенствованию и росту. Стоит ли держаться за то, что мешает вам идти к поставленной цели?

Быть верным мечте

В колледже у меня был замечательный друг, грезивший о карьере рок-музыканта. Он отличался изумительным голосом, играл на гитаре, но на пути к его заветной мечте стояло одно препятствие. Жизнь начинающего рок-музыканта проходила, как правило, в ночных клубах и пабах, а Энди вырос в суровой консервативной семье, где религиозные нормы всегда стояли на первом месте. Рок-музыка и атмосфера ночных заведений считались греховными и противными христианской морали.

Энди был по натуре бунтарем, но чувство вины и отрицательное отношение семьи оказались для него непосильной ношей. Он ушел из группы и решил стать примерным сыном, устроившись на более приемлемую и благонадежную (с точки зрения родителей) работу в больнице.

Хотя Энди и старался изо всех сил вести себя подобающим образом, любовь всей его жизни, которой он малодушно изменил, тяжелым грузом висела на сердце. Постепенно им овладевала депрессия. Чтобы хоть как-то приглушить изматывающую тоску, Энди стал частенько после работы наведываться в бары и ночные клубы и злоупотреблять спиртным. Депрессия вылилась в бессонницу, и благодаря связям в больнице ему удавалось доставать транквилизаторы. В мгновение ока он пристрастился не только к алкоголю, но и к лекарствам.

В течение многих лет мы часто разговаривали, и каждый раз Энди признавал необходимость покончить с наркотиками, алкоголем, избавиться от своей зависимости от одобрения семьи и от скучной, депрессивной работы. Но более всего ему нужно было прекратить игнорировать страдания, чтобы иметь возможность заняться музыкой — своей истинной страстью.

Но Энди так и не сумел покончить со своими проблемами, они покончили с ним быстрее. В тридцать семь лет он умер от передозировки валиума и алкоголя.

История Энди — трагический пример, но, к сожалению, не единственный. Стишком часто мы пассивно ждем, пока некая внешняя сила не позволит нам быть тем, кем мы хотим быть, и бороться за дело своей жизни. Мой наставник Чарли учил меня, что единственное возможное разрешение должно исходить только изнутри, из глубины души. Однажды — к тому времени я занималась с Чарли уже год — он попросил меня провести интуитивный анализ. Чувствуя, что моих знаний и сил еще недостаточно, я заколебалась. «Я не могу, Чарли», — отнекивалась я. «Почему же, чего ты ждешь?» После некоторых раздумий я ответила: «Разрешения». Чарли долго и оглушительно хохотал: «От кого, хотелось бы знать?» Я задумалась и полувопросительно промолвила: «От тебя?..» И снова в ответ раздался гомерический хохот: «Соня, выкинь из головы мысль, что тебе нужно чье-то разрешение быть тем, кто ты есть! Я не могу тебе ничего разрешать. Никто не может. Только ты сама позволяешь или не позволяешь себе делать то или иное».

С помощью Чарли я сумела наконец-то избавиться от стремления быть такой, какой меня хотят видеть остальные. Тогда я сделала свое первое интуитивное предсказание — и вот уже тридцать лет занимаюсь этим.

Крайне важно усвоить то, что показал мне Чарли: вы не можете стать всем, кем захотите стать. Но вы можете быть тем, кто вы есть, и только вы вправе разрешить себе доказать это на деле. Четвертый принцип — это эквивалент метафизического мусороуборочного комбайна, сметающего все, что камнем преткновения лежит на вашем пути к сокровенному желанию. И именно на данном этапе вы должны трезво посмотреть на стоящие перед вами преграды и устранить их со своей дороги.

Будь то физический мусор и беспорядок, эмоциональные шлаки страданий и треволнений, загрязнение ума чужими представлениями о том, кто вы есть или кем должны быть, психический хлам вредной зависимости или загрязнения духа страхом и апатией — сейчас необходимо вступить с этим в борьбу и одолеть. Пришло время заняться переоценкой *времени*.

Одна из самых распространенных ошибок — неумение распределять собственное время и планировать осуществление мечты. Мне не раз доводилось видеть, как люди тратили чересчур много времени на вещи, о которых можно было спокойно забыть или поручить кому-нибудь другому. Они занимались своей мечтой мимоходом, урывая минутку то здесь, то там, делая малюсенькие шажки, в то время как их энергия высасывалась телевидением, пустыми разговорами по телефону, нытьем подруги или приятеля.

Не подумайте, будто я не люблю смотреть телевизор или болтать по телефону или отказываю друзьям в сочувствии и понимании. Просто каждому делу свое время. Четвертый принцип приучает вас владеть и распоряжаться собственным временем и использовать его на благо заветной мечты.

Как можно чаще задавайте себе вопрос: «Рационально ли я использую время? Или это дело может подождать?» Не забывайте спрашивать себя и о самом важном: «Когда я смогу сегодня уделить немного времени сокровенному желанию?»

Четвертый принцип может показаться довольно суровым, но я не хочу вводить вас в заблуждение: от вас не требуется исключать важные, насущные дела. Вы должны избавиться лишь от того, что душит вашу мечту и отдаляет ее от вас. На первый взгляд правило может показаться слишком строгим и ограничивающим, но на самом деле оно освобождает вас и наделяет невиданной силой. А также доказывает, насколько серьезны ваши намерения.

Если вы настроены решительно, этот принцип послужит вам трамплином для резкого рывка вперед. В противном случае, он раскроет вашу неискренность и поможет остановиться — большое облегчение, если вы оказались на ложном пути. Так или иначе, четвертый принцип, несомненно, принесет вам пользу. Вы избавитесь от всех отвлекающих вас факторов и даже сможете отказаться от поставленной цели, если она вам не подходит.

Несколько лет назад ко мне на семинар пришла женщина по имени Дженни. Ей было мучительно рассказывать свою историю.

Дженни была парикмахером, устроилась на работу сразу после окончания средней школы. Она принадлежала к тем «славным» людям, которые никому не в состоянии сказать «нет». Она работала по десять часов в день, сверхурочно и по выходным, никому не могла отказать, если ее просили об услуге, и все это за весьма скромную зарплату. Несмотря на славный характер, у нее было мало друзей и очень низкая самооценка.

Я спросила Дженни о ее сокровенном желании.

Она ответила, что есть три вещи, о которых она мечтает более всего на свете. Во-первых, новая мебель. Она покинула родительский дом десять лет назад, забрав старую мебель, и теперь та превратилась в обыкновенную рухлядь. Во-вторых, она мечтала сменить жилье. С тех пор как Дженни переехала от родителей, она жила в старом, довольно ветхом доме и с содроганием возвращалась туда каждый вечер. В-третьих, молодая женщина мечтала о новых друзьях и развлечениях. Ей надоело посвящать себя другим и взамен не получать ни единого приглашения сходить вечером повеселиться.

К концу рассказа Дженни плакала навзрыд: «Я боюсь переезжать, и у меня нет денег, чтобы заплатить грузчикам, не говоря уже о новой мебели. И нет никого, кто бы помог мне...»

— Дженни, — заметила я, — очевидно, что твое стремление к переменам и поддержке искренне и откровенно, это и привело тебя к четвертому принципу творчества. Ты должна лишь попросить Творческого солдата прийти к тебе на выручку и помочь избавиться от всех преград, стоящих на пути. От тебя требуется готовность преодолеть барьеры, мешающие тебе идти вперед. Ты готова?

— Ну, я действительно трачу много времени, жалея себя. Наверное, нужно это прекратить.

— Звучит обнадеживающе, Дженни. Попробуй — посмотрим, что получится.

— Жалость к самой себе мне уже до смерти надоела, — призналась женщина. — Так что даже если ничего не произойдет, по крайней мере, я буду чувствовать себя намного лучше, правда?

После семинара Дженни ушла, полная решимости. И хотя она совершенно не представляла, как осуществить свои мечты, она была готова к любым переменам.

Восемь месяцев я ничего о ней не слышала, а потом получила письмо.

«Вы ни за что не поверите, что со мной приключилось, — писала Дженни. — После того как я ушла с семинара, я продолжала мысленно рисовать свою мечту. Я старалась

отказаться от всех отрицательных эмоций и приняла твердое решение встретить перемены лицом к лицу. Я чувствовала, что готова к этому.

В один прекрасный день я вернулась с работы и увидела, как вокруг дома суетятся пожарные. Дом сгорел дотла! Все мои вещи превратились в пепел. И вот тут-то и произошло чудо. Когда мои клиенты узнали о случившемся, они стали приходить толпами. Люди, которых, как мне казалось, заботили только прически, проявили к моей судьбе такое участие, окружили меня заботой и сочувствием! Мне подарили столько мебели, я просто не могла в это поверить. Один мужчина даже предложил мне место, где я могла бы жить, и признался, что я давно ему нравлюсь, только он не решайся сказать о своих чувствах!

К счастью, моя старая мебель тоже сгорела дотла. Но самое потрясающее вот что: моя мать работает страховым агентом и много лет назад застраховала эту мебель. Страховка действительно до сих пор. Я только что получила чек. И отправляюсь по магазинам искать новую мебель. Это самое потрясающее что со мной случилось за всю жизнь».

Мечты Дженни сбылись.

Четвертый принцип яркой кометой озарил ее жизнь, широко открыв дверь мечтам. Чудо Дженни произошло внезапно и неожиданно, и случилось потому, что она была искренне готова к переменам. Собственный опыт открыл Дженни важную истину — вы должны отпустить то, за что долго держались, чтобы получить нечто большее.

Не все, лелеющие заветную мечту, так же честно готовы расстаться с помехами, как Дженни. Позвольте мне поведать историю о женщине, которая не желала расчистить себе путь к сокровенной мечте.

Лаура пришла ко мне на консультацию, после того как посетила мой семинар. Она была крайне взволнована и больше говорила, чем слушала.

— Так сложно с этими принципами. Звучат они здорово, но выполнить их намного труднее, чем вы говорите, — заявила она с порога.

— Лаура, я никогда не говорила, что отпустить преграды просто. Я только сказала, что это *необходимо*, если вы хотите воплотить свою мечту. С чем же вам так трудно расстаться?

— Четыре года назад я развелась с мужем и почти сразу же встретила мужчину своей мечты. Его зовут Джон. Мы не расставались ни днем ни ночью, и так продолжалось два года. И вдруг без всякой причины, без предупреждения Джон разорвал наши отношения, стоило мне только заикнуться о браке. Я ужасно хочу выйти за него замуж, а вы говорите — отпустить! Я не могу этого сделать, ведь я хочу прямо противоположного. Я мечтаю вернуть его! — Лаура расплакалась.

Налицо серьезная проблема. Женщина стремилась выйти замуж за человека, который совершенно очевидно не хотел связывать себя никакими узами. Мой анализ показал, что эта женщина принадлежит к числу прилипчивых и пытающихся все контролировать людей. Встречаясь с Джоном, Лаура перенесла свою зависимость из распавшегося брака в новые отношения. Она не жила собственной жизнью, а хотела, чтобы Джон подталкивал ее вперед. Но любые отношения строятся на сбалансированной энергии обоих партнеров. Только тогда они будут прочными. Лаура настолько навязчиво пыталась жить жизнью Джона, что стала для него обузой, и он ее бросил.

— Знаете, Лаура, — предложила я. — Возможно, вам нужно избавиться от необходимости все время быть при ком-то. Думаю, для начала вам следует обрести себя и пожить для себя! Иными словами, сделайте свою жизнь полноценной и значимой, а там будет видно.

Лауру мои слова явно разочаровали. Ведь ее представление о счастье заключалось в контроле над Джоном. Расстаться с необходимостью держать все нити в своих руках стало бы для нее тяжелым ударом.

— Если вы стремитесь к замужеству, — сосредоточьтесь на браке. Но на браке, в основе которого лежит любовь и взаимопонимание, а не страх и зависимость. Вы уже пережили один брак, основанный на зависимости, и не были в нем счастливы, не правда ли?

Лаура принялась со мной спорить:

— Да, вы правы. Я боюсь остаться одна и не могу отпустить Джона. И не буду этого делать. Я знаю, что мы созданы друг для друга, я уверена в этом, и он со временем это тоже поймет.

Лаура ушла, рассерженная и недовольная. Она так ничего и не поняла. Четвертый принцип требует от нас расставания без сожаления с тем, что преграждает дорогу к мечте. Лауре нужно было избавиться от привычки манипулировать, от боязни независимости и стремления все контролировать. Я никогда не заставляла ее отпустить Джона.

Лаура отказалась посмотреть правде в глаза: она была слишком зависима от своего поведения и привычек, не дающих расцвести искренней, честной любви. Она упорно преследовала своего возлюбленного, чем окончательно все и погубила. Через год Джон внезапно женился на женщине-адвокате.

Лаура находилась на грани отчаяния, но, наконец, осознала главное. Она прошла курс терапии и записалась в медицинскую школу, которую блестяще окончила через три года. Теперь она была независима и могла гордиться собой. Занявшись частной практикой, моя бывшая клиентка вскоре познакомилась с другим врачом, так же как и она полностью изменившим свою жизнь. Очень скоро они поженились и в настоящее время счастливо проживают в Канзас-сити.

Я получила от нее маленькое письмо.

«В тот день, когда мы беседовали с вами, я понимала, что вы говорите правду, но отказывалась ее слышать. Пройдя через столько душевных мук, я наконец сумела расстаться со всем, что терзало меня и что я пыталась контролировать. К своему удивлению, я повстречала Лео. Он идеальный партнер — и в работе, и в любви. Отпустив ненужное, я получила все, о чем мечтала, и даже больше. Теперь я понимаю, что означает четвертый принцип».

Теперь я вижу отчетливо

Иногда четвертый принцип проявляется в вашей жизни в ответ на сокровенные желания, сокрытые глубоко в душе, даже если сознание пытается ставить всяческие препоны. Когда же он проявится, смотрите в оба! Как яркая вспышка молнии, озаряет он все вокруг и освещает ваш путь.

Алисию можно было назвать настоящим трудоголиком. На работе, в одном из крупнейших международных банков, она проводила по двенадцать-четырнадцать часов, занимая должность инвестиционного банкира. Ею руководило почти маниакальное стремление преуспеть, но в личной жизни не доставало равновесия и гармонии. Женщина страстно хотела иметь ребенка, но у нее никак не получалось. Это и послужило причиной ее визита ко мне. Ей исполнился сорок один год, и после трех выкидышей она была на грани отчаяния.

Одетая в безупречный деловой костюм, с сотовым телефоном и бипером, Алисия появилась в моем кабинете, категорично заявив с порога: «У меня три коротких вопроса. Сработает ли метод зачатия в пробирке? Сколько нужно посещений? И сколько это будет стоить?»

Алисия настолько увязла в своих банковских делах и заботах, что совершенно перестала ощущать себя женщиной. Для нее зачатие ребенка являлось не более чем деловой процедурой, и она стремилась снизить возможный риск. В действительности, Алисия могла повторять попытки зачатия в пробирке до бесконечности, но в ее жизни не находилось места ребенку. Ее график был распisan по минутам, ее голова забита делами и цифрами, ей было некогда ответить на телефонный звонок, не говоря уж о том, чтобы посвятить себя новорожденному.

Первое, что я предложила, — отключить телефон и бипер и заглянуть внутрь себя. «Видите, какая там теснота, где же найдется место для ребенка? Вы переполнены физически и эмоционально»;

Алисию не интересовал самоанализ. Для нее все сводилось к врачам, времени и деньгам, а поэтому она давно утратила представление о духовной стороне периода беременности. Беременность есть не более чем технический процесс — вот каково было ее убеждение. Нет необходимости говорить, что в зачатии в пробирке я не видела ни малейшего смысла.

Однажды, когда Алисия торопилась домой, в ее машину врезалось такси, проскочившее знак «стоп». У Алисии были сломаны запястья и несколько ребер, в связи с чем ей пришлось взять десятидневный отпуск и спокойно поправляться вдалеке от суматошной работы. Как бываете любым наркоманом, первые дни оказались самыми сложными, но через пару недель ей удалось расслабиться и вернуться к окружающей действительности. Она начала медитировать и занялась изучением йоги, получив так давно откладываемую возможность отдохнуть от нервной и всепоглощающей работы.

Перед выходом на службу Алисия прошла последний медицинский осмотр. В общем и целом, она поправилась и чувствовала себя неплохо, только ощущение усталости никак не проходило. Доктор направил ее сдать анализ крови, чтобы выяснить, не является ли причиной вирус или инфекция.

Когда они снова встретились, доктор радостно заявил: «Поздравляю, Алисия, тесты прекрасные.

Вы не поверите, анализ показал, что вы беременны! Вот откуда ваша усталость».

Алисия была поражена. После четырех лет бесплодных попыток она смогла без труда зачать ребенка, поправляясь после несчастного случая. Она уволилась из банка, начала работать на дому и теперь она — мама очаровательного мальчика.

«Это такси врезалось в мою жизнь в ответ на мои молитвы. До этого я жила как будто на автопилоте и не могла остановиться. Вы знаете, как эти таксисты вечно спешат. Вот это мне и аукнулось — моя вечная спешка и суета».

Четвертый принцип помог удалить с пути Алисии к ее мечте самое серьезное препятствие — ее самое.

Попросите Творческого солдата навести порядок

Творческий солдат может появиться в вашей жизни неожиданно-негаданно. Как правило, его приход сначала воспринимается как потеря, но по зрелом размышлении оказывается освобождением. Обстоятельства его появления могут вас расстраивать, шокировать, даже приводить в уныние. Именно он иногда стоит за увольнением с работы, за разорванными отношениями, за болезнью. Он может даже оказаться, как в случае с Алисией, сбивающей вас машиной.

Если ваше сокровенное желание истинно, если вы верите в свою мечту, если воображение работает с верными картинками, перед вашими глазами появится любящий, но строгий образ Творческого солдата. И когда это случится, пригласите его в свою жизнь!

Когда вы будете готовы принять мечту, попросите Творческого солдата взяться за дело. Присмотритесь к своей жизни и спросите, как вы можете помочь ему расчистить путь.

Оцените, как вы расходуете время. Уделяете ли вы мечтам и желаниям первостепенное внимание? Достаточно ли им места в вашей жизни? Даже если они требуют пяти минут визуализации ежедневно, занимаетесь ли вы ими в первую очередь или после всего остального?

Оцените окружающую обстановку. Может, ваш дом забит хламом, который вам никогда больше не понадобится? Вы так привязаны к старым вещам, потому что боитесь или не хотите расставаться с прошлым? Может быть, вы отвлекаетесь от важной работы, переключая внимание на мелкие, незначительные вещи? Может, вы ведете такую суматошную жизнь, что вам даже вздохнуть некогда? Вы недисциплинированы и ленивы?

Присмотритесь критически к этим монстрам, сосущим из вас энергию и жизненные силы, — может быть, они загоняют вас в угол?

- Телефонные звонки нытиков, на которых вы тратите драгоценные минуты.
- Телевизор, убивающий время.
- Суматоха, превращающаяся в полосу препятствий.
- Памятные вещицы, становящиеся эмоциональным цементом.
- Ежедневные порции сомнений (разговоры о том, как бесполезна, никчемна, ничтожна ваша жизнь и как малы шансы на счастье и удачу).
- Постоянные жалобы, превращающиеся в привычку.
- Неумение сказать «нет», неверие в собственные силы.
- Излишнее внимание к проблемам других.
- Недостаточное внимание к самому себе.
- Привычка таскать на себе обузу в виде мнений окружающих о том, кто вы есть и чего можете добиться.
- Жалость к самому себе.
- Лень и разгильдяйство.
- Отказ бороться с тем, что отравляет вашу жизнь.

Суть вы поняли. Привлеките Творческого солдата для борьбы с этими проблемами!

Четвертый принцип означает, что вы решительно настроены реализовать свою мечту, что вы практично и честно подходите к своим обязанностям, чтобы освободить ей место в своей жизни. Мыслительный процесс — тоже действие, а когда дело доходит до сотворения чудес, это вообще самая могущественная сила. Четвертый принцип — это твердое решение. С его помощью вы позволяете самому себе познать чудо воплощения заветной мечты.

Прекратите критиковать себя! Перестаньте искать оправдания! Хватит суетиться и драматизировать. Прекратите цепляться за ложные понятия и идеи и направьте высвобожденную энергию на расчистку места для воплощенного сокровенного желания. Пусть вашим защитником станет дисциплина. Не растрачивайте свой потенциал на других. Возведите вокруг себя и своего заветного желания золотое защитное кольцо и не позволяйте ничему проникнуть за эту ограду и разрушить вашу мечту!

Преданность — вот имя четвертого принципа. Она окружает мечту любовью и заботой.

Преданность — это Творческий строитель, разравнивающий землю для возведения мечты, так что готовьтесь... Когда будете готовы, начнут происходить чудеса!

А теперь вернемся к вам.

Применение четвертого принципа

Как вы расходуете время?

Три дня подряд записывайте, на что вы тратите время. Расставлены ли ваши приоритеты? Сколько времени вы уделяете сокровенному желанию? Когда? Можно ли выбрать более подходящее время? *Достаточно* ли времени вы уделяете сокровенному желанию? Результаты запишите в блокнот.

Расчищаем дорогу

Проанализируйте свою жизнь. Нет ли в ней чего-нибудь, мешающего продвижению вперед или тянущего вас назад? Если да, что это? Можете ли вы отказаться от этого? Что не дает вам воплотить мечту?

Физические препятствия? (Под этим подразумевается окружающая обстановка. Может, вам стоит отказаться от работы, дома, ненужной машины, отживших свое вещей... или людей, не поддерживающих вас?)

Эмоциональные барьеры? (Сюда относятся оправдания, суетливость, неискренность, манипулирование, жалость к самому себе, пагубные пристрастия, цинизм, сплетни, ложь, зависть, зависимость, безответственность, лень.)

Умственные? (Это самонадеянность, жажда одобрения, надменность, эгоизм, запугивание, «позиция страуса».)

Духовные? (То есть чувство вины, застенчивость, низкая самооценка, мученичество, материализм и недостаток душевности.)

Пакт о верности

Теперь запишите в блокнот, когда и как вы собираетесь избавиться от преград и каковы они. Обязательно проработайте все четыре упомянутых аспекта.

Медитация

Закройте глаза и настройте свой разум и душу при помощи нескольких глубоких вдохов.

Теперь сосредоточьте все внимание на сокровенном желании. Спросите себя, не мешает ли вам что-нибудь достигнуть поставленной цели. Располагаете ли вы достаточным количеством времени, чтобы заботиться о мечте? Если нет, подумайте, что отнимает у вас время? Можете ли вы от этого избавиться?

Есть ли у вас достаточно места, чтобы заботиться о мечте? Если нет, подумайте, что занимает лишнее место в вашем доме? Можете ли вы с этим расстаться?

Достаточно ли в вас энергии, чтобы заботиться о своей мечте? Если нет, задумайтесь, что отнимает ее. Можете ли вы от этого отказаться?

Присутствует ли в настоящем, в прошлом или в вашем отношении к жизни что-то, что мешает вам реализовать свою мечту сегодня? Если это так, представьте, как напротив вашего дома останавливается большой самосвал. Он приехал, чтобы забрать у вас все, что до сих пор мешало вам и от чего вы хотите избавиться. Представьте, как вы сбрасываете в кузов все камни преткновения, после чего самосвал уезжает.

Вы чувствуете, насколько свободнее вам дышится теперь, когда вы готовы к воплощению своей заветной мечты. Несколько минут спокойно наслаждайтесь новым ощущением.

Когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Повторение

Итак, с ярким факелом преданности и верности своей мечте переходите к пятому принципу.

Если что-то не выходит, пройдите еще раз принципы с первого по четвертый и проверьте, где вы сбились с пути.

Принцип пятый

Будьте открыты внутренним наставлениям

Дойдя до пятого принципа, вы добрались до середины пути. Именно на данном этапе ваши сознательные действия объединяются с усилиями Вселенной. Теперь вы можете воспользоваться руководством своей интуиции.

Под интуицией подразумевается «внутренний наставник», и пятый принцип помогает установить с ним связь. Интуиция не есть нечто случайное, внезапное. Это логический этап в творческом процессе воплощения желаний, естественный результат сотрудничества сознания, подсознания, воображения и вашей преданности. Это предсказуемое последствие синтеза сознательной энергии и намерения.

На данном этапе духовное руководство начинает играть ведущую роль, направляя вас к успешному финалу. Как учил меня мой наставник доктор Талли: «Если вы выполните свою часть работы, Вселенная встретит вас на половине пути».

Как только мы начинаем контролировать собственный разум и верить в свои силы, мы заново открываем для себя, что мы духовные создания и поэтому Божественное сознание постоянно ищет пути своего выражения через нас. Целенаправленно подготавливая себя к внутреннему пробуждению, мы открываемся духовному руководству — шестому чувству, соединяясь со своей высшей формой. Подобное пробуждение влечет за собой вдохновенные решения и удивительные озарения, когда мы внезапно восклицаем: «Эврика!» Мне нравится думать об этом как о моменте, когда к нам на выручку прибывает мощная кавалерия в сверкающих доспехах!

Ваши помощники

Для многих людей является откровением тот факт, что духовную помощь и совет можно получить в любое время. Лично я, ученица Чарли Гудмана, была поистине потрясена, когда узнала, *сколько на самом деле* помощи и поддержки нам доступно. Чарли рассказал мне, что у каждого из нас есть несколько помощников — духовных защитников, готовых в любое время прийти к нам на выручку. Только представьте себе! В вашем распоряжении есть целый духовный штат, надо только быть открытым для этой помощи.

Вселенная в своей безграничной щедрости позаботилась обо всем! И у каждого помощника свои функции. Вот они:

Посыльные	помогают вам отыскивать потерянные вещи.
Вдохновители	вдохновляют и подсказывают решения, когда вы работаете над конкретными задачами.
Целители	направляют вас в ваших попытках достичь гармонии

	и благополучия.
Учителя	открывают вам дорогу к познанию.
Приносящие радость	веселят вас и приносят душевное облегчение.
Ангелы	создают свет, оберегают вас и хранят ваш покой.
Высшие наставники	направляют ваше сердце; это Иисус, Моисей, Будда, Мухаммед, Дева Мария, Йогананда, Саи Баба... Список можно продолжать и дальше.

Подготовка к выбору направления при помощи медитации

Самый важный и эффективный способ подготовки — медитация. Она помогает вам открыться Божественному духу. Даже если вы сможете медитировать всего пять минут в день, ваши усилия воздадутся сторицею.

Нам всем не помешает работать над развитием внутреннего слуха, чтобы научиться определять направление духовного движения. Медитация — как тихая гавань после бушующих штормов наших собственных мыслей. Она успокаивает моря терзаний и рассеивает туманы тревог. И она вовсе не должна быть сложной. Медленно вдохните, скажите: «Я», выдохните, скажите: «...спокоен», повторите десять раз. Для начала этого достаточно.

Все великие наставники, от учителей Индии, Китая и Японии до святых, священников и мистиков западных культур, подчеркивали важность и значимость медитации. Сейчас даже западные врачи, целители и бизнес-лидеры соглашаются с тем, что медитация — ключ к оттачиванию сознания и совершенствованию творческого мышления. Иисус выразил это намного лучше: «Просите, и дано будет вам; стучите, и откроют вам».

Итак, первый шаг к принятию руководства — ежедневная медитация. Успокоение разума и проникновение в свое сердце, вместилище души, есть начало совершенно нового образа жизни.

Решение медитировать отражает направление работы принципов. Подобно тому как вы не можете разговаривать по телефону, если с вами пытается общаться еще кто-то, точно так же вы не сможете услышать внутреннее наставление, если ваш разум загружен посторонними мыслями.

Благодаря регулярной медитации беспорядочные ненужные мысли улечиваются и вы достигаете более высокого, спокойного и гармоничного уровня восприятия. Он позволяет вам услышать тихий мягкий голос вашего Высшего «я».

Просите, и дано будет вам

Как только вы научитесь успокаивать разум с помощью медитации, вы можете использовать ее, чтобы непосредственно просить о наставлении. Для многих людей это является настоящим откровением — они с трудом верят, что все так просто. Но это действительно так. Если вы просите, вам не будет отказа. Это вселенский закон.

В детстве я не раз видела, как моя мама, медитируя, просила о наставлении. Один случай мне особенно запомнился. Ответ мама получила весьма необычным способом, а потому была чрезвычайно взволнована и долго не могла успокоиться.

Много лет назад у мамы появилось хобби — расписывать масляными красками черно-белые фотографии. Это особенная техника, довольно популярная в то время. Процесс был творческий, именно это и привлекало маму, а еще ей нравилось погружаться в раздумья в ходе работы. Вскоре она достигла таких высот, что стала принимать участие в национальных конкурсах по росписи масляными красками.

Один из таких конкурсов спонсировался Национальной ассоциацией профессиональных фотографов. Всем участникам разослали черно-белую фотографию красивой молодой женщины в широкополой летней шляпе. Мама тут же принялась за работу и с головой погрузилась в роспись. Она работала не покладая рук в течение трех месяцев, доведя фотографию до совершенства. Но тут возникла серьезная проблема — краска никак не хотела высыхать, поэтому отправить фотографию на оценку спонсорам было невозможно.

Прошло много дней, но краска не высыхала, а срок сдачи работ неумолимо приближался. Мама продолжала верить, что решение все-таки найдется, хотя была уже близка к панике.

Однажды, доведенная до отчаяния, она воздела руки к небу и заявила: «Все! Я буду сидеть в этом кресле до тех пор, пока не получу ответ». И уселась в кресло.

Мы, дети, ни за какие коврижки не рискнули бы ее потревожить. Она пребывала в том «не-смейте-даже-пикнуть» расположении духа, когда мы старались быть тише воды, ниже травы.

Она продолжала сидеть. Глаза закрыты. Потом они открывались, мама смотрела перед собой. И сидела. Глаза закрыты... открыты... взгляд перед собой... закрыты. Часами. Отец разогнал нас по комнатам спать. Даже он не осмеливался вмешаться. Мама находилась в ожидании наставления. В конце концов, полагаю, она уснула.

Ночью я проснулась, разбуженная взволнованным голосом, доносившимся из родительской спальни.

— Пол! Просыпайся! Пол, ну, давай же!

— Что такое? — спросонья заворчал отец, с трудом выбираясь из кровати.

— Я заснула в кресле, и мне приснилось, будто я разговариваю с Рафаэлем. Он стоял рядом со мной и изучал мою фотографию. Он мне сказал, что кобальтовый сиккатив как раз то, что нужно! Вставай, надо где-нибудь его раздобыть. Я уверена, все получится! — взахлеб рассказывала мама.

— Сейчас? — жалобно переспросил отец. — В четыре часа утра? Иди спать. Завтра я тебе добуду все, что нужно.

И это было первое, что он сделал утром.

Мама нанесла кобальтовый сиккатив, практически незаметное вещество, закрепляющее краску, точно так, как советовал Рафаэль. Через два дня фотография отправилась на суд экспертов. Мамина работа заняла первое место.

Ответ пришел, когда она прекратила говорить, думать, паниковать. Он пришел, когда она уладила разум и попросила наставления у одного из помощников, заполнив сознание тишиной и прислушиваясь.

Будьте гибкими

Очень часто в наше распоряжение предоставляется любая помощь, а мы изо всех сил пытаемся отмахнуться от нее, а то и вовсе игнорируем. Наставления стимулируют нас действовать спонтанно, пробовать новое, импровизировать, сворачивать с проторенных троп и менять устаревшие привычки. Прислушиваясь к духовному наставлению, вы зачастую открываете совершенно иной образ жизни, потрясенные удивительной мудростью и творческой силой Божественного закона.

Познакомьтесь с историей двух людей, признавших духовное наставление и спонтанно отреагировавших на него, что привело их к высшему самосознанию.

Моя подруга в середине 50-х вышла замуж за актера. Не так давно он умер, и я, находясь проездом в Нью-Йорке, спросила у подруги, как воспринял смерть отца ее тридцатилетний сын Мэтт. «Ему тяжело но знаешь, он рассказал мне удивительную историю об ангеле, которого он встретил по пути домой».

Рут рассказала, что Мэтт был очень уставшим после бессонных ночей, проведенных у постели отца, и выполнения тысячи обязанностей, возложенных на него, когда тот умер. Перелет дался тяжело, в самолете не было свободных мест.

Когда Мэтт вошел в самолет, внутренний голос заставил его спросить у стюарда, не может ли он посидеть в относительной тишине первого класса. Это было совершенно не в духе Мэтта, но он послушался своей интуиции.

— У меня только что умер отец, и мне очень плохо, — объяснил он стюарду. — Могу я занять место здесь?

Взглянув на Мэтта, стюард понял, что тот нуждается в помощи, помолчал минуту, а потом пообещал все уладить. Никаких проблем не возникло, и Мэтта поместили в первом классе.

Самолет взлетел, и стюард стал разносить напитки. Когда он подошел к Мэтту, тот сказал: «Возможно, вы знаете моего отца. Он был актером». И вытащил фотографию отца из бумажника.

Взглянув на фотографию, стюард изменился в лице и произнес: «Позвольте мне закончить с напитками, а потом я расскажу вам кое-что интересное о вашем отце».

Вскоре стюард вернулся к Мэтту. «Вам может это показаться странным, но я точно знал, что увижу вас. Все утро мне вспоминался ваш отец, я все время мысленно видел его лицо. Я даже рассказал об этом своему напарнику, таким ярким и реальным было видение. А теперь, встретив вас, я уверен, что дух вашего отца просил меня позаботиться о вас».

Мэтт, потрясенный, смотрел на стюарда.

— Да, — наконец промолвил он, — это было бы так на него похоже — настаивать, чтобы я летел первым классом. Спасибо, что рассказали мне.

Рут замолчала. Я была очень тронута этой историей. «Вот видишь, — заметила я. — Разве это не доказательство тому, сколько любви и поддержки мы можем получить, стоит только прислушаться к внутреннему голосу, к интуиции? Какая замечательная история».

Но, как выяснилось, это была лишь первая половина истории. Теперь позвольте мне поведать вам вторую половину.

Через неделю мы с Патриком и девочками решили навестить моего брата, живущего в Пенсильвании, и отпраздновать вместе с ним, его женой и тремя детьми День благодарения. Брат и его жена, оба работающие стюардами, сумели выкроить пару свободных дней и были рады видеть нас в гостях.

Наступил День благодарения. После роскошного обеда подали десерт, и тут мой брат сказал: «Я вам сейчас расскажу удивительную историю, которая приключилась со мной пару недель назад.

Мы летели из Филадельфии в Нью-Йорк, как вдруг ни с того ни с сего я вспомнил одного актера, которого часто видел в старых фильмах много лет назад. И никак он не выходил у меня из головы. Я все время спрашивал себя: „Почему я о нем думаю?“ Из Нью-Йорка мы летели в Лос-Анджелес. В Нью-Йорке в самолет сел молодой человек, грустный и очень утомленный. Он рассказал мне, что возвращается с похорон отца, очень устал, и попросил посадить его в первом классе. При других обстоятельствах я бы не согласился, но молодой человек едва держался на ногах и выглядел таким разбитым, что я не смог ему отказать».

К этому моменту я вся превратилась в слух. Может ли такое быть?

Брат продолжал: «После того как мы поднялись в воздух, молодой человек показал мне фотографию своего отца, и я понял, что это тот человек, чье лицо я видел мысленно. Как будто отец явился мне, чтобы попросить меня позаботиться о сыне.

Разве это не странно?» — закончил брат со смущенной улыбкой.

Качая головой, я ответила: «Я недавно слышала эту же историю — мне ее рассказала мать того молодого человека. Она моя подруга».

Никто из нас не мог в это поверить, но... тем не менее!

Эта история наглядно демонстрирует, что законы творчества работают по принципу домино. Мэтт нуждался в эмоциональной передышке (первый принцип), поверил, что это возможно, когда увидел пустые сиденья первого класса (второй принцип),

представил себя в одном из кресел (третий принцип) и преодолев природную скромность (четвертый принцип), послушался интуиции и попросил пересадить его туда (пятый принцип). К делу подключилась Вселенная, заранее настроив моего брата на помощь незнакомому человеку.

Мне много раз рассказывали о подобных совпадениях. Как правило, такое случается с людьми, оказавшимися в тяжелых кризисных ситуациях. Полки книжных магазинов

буквально завалены книгами об ангелах и Божественном вмешательстве — иными словами, о пятом принципе в действии.

Подобные совпадения свидетельствуют о мудрости Божественного провидения, проникающего в наше сознание. Они утверждают нашу связь с любящей, щедрой Вселенной и друг с другом, убеждая нас в том, что мы никогда не будем одиноки.

Просите, но не требуйте

Просить наставления нужно с открытым, искренним сердцем. Если некоторые люди совершают ошибку, не решаясь на такую просьбу, то другие самонадеянно требуют слишком многого.

Я сталкивалась с подобным не один раз, читая лекции в разных городах страны. Два раза ко мне подходили люди и говорили: «Я хочу таких учителей, какие были у вас. Как мне с ними связаться?» Когда я объяснила, что оба моих наставника уже умерли несколько лет назад, а других я лично не знаю, они пришли в негодование.

«Почему же нет? Разве это не ваша *работа*?!» — возмущенно заявил один молодой человек. А женщина очень расстроилась и обвинила меня в том, что я не хочу порекомендовать ей кого-нибудь, потому что я эгоистка.

Когда же я спросила этих людей, какие шаги они предприняли для подготовки к встрече с учителем, те удивленно посмотрели на меня и недоуменно пожали плечами: «Что вы имеете в виду?»

Один молодой человек прознал, что высоко на горе в Гималаях живет великий мудрец и наставник, который может просветить его. Горя желанием обучиться, молодой человек купил билет на самолет и через некоторое время добрался до хижины отшельника-мудреца. Постучав в дверь, он возвестил, что хочет получить наставление.

Мудрец открыл дверь и, быстро осмотрев гостя, захлопнул ее прямо у него перед носом, не промолвив ни слова.

Удивленный и негодующий, молодой человек ушел, но через два дня вернулся. Колотя в дверь, он кричал — «Я потратил много денег, чтобы добраться сюда! Я готов к просвещению!» Дверь оставалась закрытой.

Через три дня молодой человек снова стучал в дверь, возмущенно крича: «Что ты за учитель? Ты не хочешь открыть мне и поговорить со мной, потому что ты обыкновенный жулик!»

И снова ответом ему были закрытая дверь и тишина.

Проходили недели; день за днем молодой человек приходил к хижине и упрашивал мудреца принять его. Наконец, он стал умолять его. Но дверь так и не открылась.

Недели превращались в месяцы, а молодой человек так и не получил ответа. В один прекрасный день, когда он уже собирался уходить, дверь распахнулась, и на пороге появился учитель. Он направился вниз по тропинке. Молодой человек припустил вслед за ним, не переставая тараторить: «Пожалуйста, научите меня. Я прошу прощения за свою

грубость. Я искренен в своем желании. Просто скажите мне, что делать». Но на протяжении всего пути мудрец хранил молчание.

Наконец они приблизились к мостику над бодро журчащим ручейком. Молодой человек все лопотал без умолку, но вдруг мудрец схватил его за ворот и подтащив к берегу, окунул под воду.

Молодой человек отчаянно боролся, но мудрец оказался сильнее и держал его голову под водой. Парень собрал все свои силы и сумел все-таки вынырнуть из воды. «Что вы делаете? Вы что, с ума сошли?!» — набросился он на учителя. Мудрец отпустил парня и издал легкий смешок: «Если бы ты желал наставления так же сильно, как ты хотел вдохнуть поток воздуха, *тогда*, вероятно, ты был бы готов получить его».

Духовное наставление похоже на красивую симфонию, звучащую по радио. Ее транслируют для всех, но, чтобы услышать ее, вам нужен приемник. Медитация, четкий фокус и открытое сердце — это духовный внутренний приемник. Ожидание наставления — как прилаживание антенны к приемнику для улучшения качества звука. Доверясь вещанию, вы услышите музыку. А действовать по наставлению — то же самое, что танцевать под эту музыку, позволяя ей управлять собой.

Истинные решения, а не поверхностные

Истинное духовное наставление мягко и ненавязчиво ведет ваше сознание к решениям. Но, чтобы получить это наставление, вы должны обращаться к настоящим проблемам, а не к мелким поверхностным неурядицам.

Зачастую нам этого не хочется. Намного приятнее и соблазнительнее стремиться к сиюминутным удовольствиям и наслаждениям. К сожалению, такой подход ведет в тупик. Это я познала на собственном горьком опыте.

Когда мне было немного за двадцать, я ощущала себя очень неуверенно и была недовольна собой. Какое-то время у меня не было парня, и я казалась самой себе гадким утенком. Я понимала, что у меня определенные сложности с самооценкой, но не желала углубляться в проблемы. Вместо этого я угодила в ловушку поверхностных решений. Я скупала одежду и обувь, надеясь, что мне полегчает, но этого не происходило.

Однажды, когда я чувствовала себя особенно одинокой, я познакомилась с парикмахером, работавшим в салоне на Оук-стрит — невероятно роскошном торговом центре в Чикаго. Я была потрясена до глубины души. Я подумала, что уж он-то точно разбирается в классных вещах. Через мгновение я уже жаловалась ему на отсутствие парня и спрашивала, что можно по этому поводу предпринять.

Оглядев меня пристальным взглядом, он сказал, что хотел бы мне помочь. Он убедил меня в том, что мой принц не появится, пока я не сделаю что-нибудь со своими «паклями» мышиного цвета и невыразительными бровями. Все это никуда не годится! К счастью, он готов был мне помочь.

Желая верить в то, что это единственное препятствие на пути к любви, я, не медля ни секунды, помчалась в его салон, полная самых радужных надежд. Как все легко! Приду в девять, выйду в два, к полуночи встречу свою любовь!

Мне остригли волосы, перекрасили в рыжий цвет и завили. Брови выщипали тоненькой линией. Помимо всего прочего, мне не позволяли смотреть в зеркало до тех пор, пока не закончили работать над моим образом «секс-бомбы».

Дотерпев до конца пытки, я взглянула в зеркало и принялась судорожно хватать ртом воздух. Я выглядела как девчонка из сиротского дома! И за это безобразие я заплатила триста долларов! Всю обратную дорогу домой я проплакала.

Когда меня увидели соседки по комнате, они с трудом смогли сдержаться, чтобы не расхохотаться над моей «шикарной внешностью». Мне хотелось забиться в темный угол и накрыться подушкой.

Прошло почти шесть месяцев, прежде чем я вновь обрела прежний вид и оправилась после душевной травмы. И все мои мучения не принесли ни одного свидания. Если бы я была парнем, то тоже ни за что не стала знакомиться с такой, как я!

Так я положила конец попыткам отмахнуться от проблем и решать их поверхностно, не задумываясь глубоко об их сути. Гораздо больше пользы мне бы принесла терапия или творческие курсы. Не то чтобы салоны красоты — это плохо. Просто они призваны решать проблемы с волосами, а *не* сердечные проблемы!

Наша культура проповедует поверхностное отношение и пропагандирует сиюминутные наслаждения. Если вы с этим не согласны, полюбопытствуйте, что творится на «горячих линиях» психологической помощи. Туда невозможно прорваться, потому что постоянно занято. Но на самом деле единственная «горячая линия», с которой вам нужно наладить связь, — линия, соединяющая разум и сердце, где вы найдете духовное наставление.

Будьте готовы удивляться

На своих курсах и консультациях мне не раз доводилось наблюдать суровую борьбу между интеллектом и интуицией. Если люди не в состоянии умом воспринять ответ, они автоматически исключают саму вероятность его получения. Однако задумайтесь на мгновение над успехами и удачами в своей жизни: действительно ли вы *знали* заранее, что судьба одарит вас так щедро?

Позвольте мне поведать вам одну историю о моем клиенте, которого звали Лестер.

Лестер пришел на мой самый первый семинар «Сокровенное желание» двенадцать лет назад. Я очень нервничала перед началом занятий, потому что это был мой первый опыт в таком деле, но искренне хотела поделиться своими знаниями о принципах творчества. Когда вошел Лестер, я с ужасом поняла, что меня ждут серьезные неприятности. Толстые стекла очков, блокнот, калькулятор и магнитофон — Лестер на сто процентов походил на инженера-химика, коим в сущности и являлся. Он был замкнут, вдумчив, и его невозможно было сбить с толку — он собирался выдвигать контраргументы на каждое мое утверждение. Я физически ощущала его настроение.

Лестер следовал всем моим советам и рекомендациям, шаг за шагом прорабатывая принципы с первого по четвертый, но мне казалось, что он глубоко уверен в том, что попросту теряет время. Он не проронил ни слова, но язык его тела явственно говорил, что он не особенно задумывается о моих словах.

Когда мы дошли до пятого принципа, Лестер вдруг очнулся. В своей сдержанной азиатской манере он прервал меня: «Простите! Простите, пожалуйста... но я должен вас остановить. Замечательно! Замечательно! Фокус, воображение! Но теперь вы говорите, что если я буду спокоен и умиротворен, то меня приведут к мечте. Я так не думаю. Объясните, каким образом!»

Он закончил и выжидательно уставился на меня. Лестер решил, что если он заранее не узнает, как реализуется его сокровенное желание, оно не сможет свершиться. И точка.

— Лестер, — начала я, — я считаю, что, если вы выполнили всю подготовительную работу и по-настоящему серьезно настроены воплотить сокровенную мечту, ваша душа сама укажет вам верный путь. И скорее всего, самым удивительным образом. Вот в чем суть данного принципа. Будьте открыты и готовы удивляться.

— Нет! Не могу в это поверить! Невозможно!

— Лестер, — прервала я его, — каково ваше сокровенное желание?

— Ну, прежде всего, я хочу жениться. Это невероятное желание, потому что я очень скучный строгий человек и ни разу не ходил на свидания. И я не хочу знакомиться по объявлениям в газетах, хотя многие друзья мне советовали такой вариант. Я романтик. Я хочу влюбиться.

Во-вторых, я работаю инженером-химиком в крупной лаборатории. Мне не нравится моя работа, но оплачивается она более чем прилично. Я хотел бы открыть свой бизнес, но у инженера-химика возможности для предпринимательской деятельности весьма и весьма ограничены.

В-третьих, здешний климат меня просто убивает. Я годами пытался устроиться на работу в теплых областях, но все получаемые предложения означали переход на менее оплачиваемые должности. Ваша теория забавна, но если рассуждать логически, я застрял в своей жизни и не вижу возможности ее изменить!

Под фасадом холодной логики явственно читались отчаяние и тоска.

— Лестер, вы ведь ученый, значит, должны экспериментировать, правильно?

— Да, а что?

— Я всего лишь прошу вас применить к изложенным принципам те же правила экспериментирования, которыми вы пользуетесь для химических опытов. Уверена, настоящий ученый никогда не будет делать скоропалительных выводов. Попробуйте воспользоваться этими принципами. Только честно. Сначала проведите эксперимент, а уж потом делайте соответствующие выводы. Идет?

— Ладно. Согласен. Но...

— Никаких *но*! Откройте разум. Моя теория гласит: если вы воплотите принципы от первого до четвертого — сосредоточьтесь, поверите, вообразите и подготовитесь, — то пятый принцип приведет вас к вашей мечте. Но только если вы будете открыты этому. Будете?

Лестер принял вызов, согласившись бросить все силы на первые четыре принципа.

Через несколько месяцев Лестер получил приглашение на празднование двадцатилетия окончания школы. Трехдневный юбилей должен был отмечаться во время круиза на Багамских островах. Прочитав письмо, Лестер собрался тут же его выбросить, но по какой-то причине почувствовал себя неудобно. Внутренний голос посоветовал ему как следует поразмыслить над приглашением.

Лестер не стал выбрасывать письмо, но отложил его на две недели, пытаясь забыть о нем. «Мне даже не нравилось в средней школе», — старался он убедить себя. И тем не менее его интуиция, его душа твердили: «Поезжай!» В конечном итоге, поддавшись уговорам внутреннего голоса, — что совершенно не вязалось с логичной консервативной натурой Лестера, — он написал о своей согласии.

Во время круиза он встретил свою школьную подругу, учившуюся вместе с ним в химическом классе. Ее звали Бонни, она жила во Флориде, где владела небольшой аптекой. Одно вело к другому, и Лестер и Бонни влюбились друг в друга. Лестер сразу же уволился, переехал во Флориду и стал помогать Бонни управлять аптекой.

Одним словом, к давней заветной мечте его привел пятый принцип.

Наставление не приходит в форме тщательно выверенной дорожной карты. Совсем наоборот. Оно заключается в одном слове — «Действуй!»

Лестер прислал нам приглашение на свадьбу, на лицевой стороне которого было написано: «Чудо свершилось!» А внутри — лишь два предложения: «Пятый принцип. Искренне ваш, Лестер».

Просьба о помощи посредством молитвы

Молитва — еще один способ, наряду с медитацией, посредством которого вы можете установить связь с Высшим Я. Моя мама любила повторять: «Молитва — просьба о помощи. Медитация — попытка услышать ответ».

Если во время молитвы вы чувствуете себя не в своей тарелке, значит, либо вы не умеете молиться, либо привыкли к самоуничижению: «Я такой плохой, мне так стыдно, я не имею права на существование». Просить о помощи в такой форме, конечно, не самый лучший выход. Тот способ молитвы, которому учили меня, очень прост и, возможно, окажется полезным для вас. Я произношу ее, еще не открыв глаза, даже не успев пошевелиться. Вот как звучит моя утренняя молитва:

«Божественный отец, Святая мать, помогите мне действовать. Помогите мне сегодня полностью выразить себя. Помогите мне осознать все, что направит меня к сокровенному желанию. Аминь».

Эта молитва короткая и очень славная — и эффективная. Она приводит меня в такое расположение духа, когда я открыта помощи.

А вот еще одна очень эффективная молитва:

«ПОМОГИТЕ!»

Затем закройте глаза и откройте сердце.

Мой муж Патрик проделал это совсем недавно, и вот что из этого вышло.

Мы купили старый дом в викторианском стиле, построенный девяносто лет назад (это отдельная история, я расскажу ее немного позже), и с головой погрузились в реставрацию. Работы было ужасно много, мы хотели восстановить исконную красоту дома. Хотя мы наняли подрядчика, Патрик, желая контролировать расходы, взвалил на свои плечи огромную часть работы. Как выяснилось, от нас требовалось намного больше и сил, и времени, чем мы рассчитывали. Как будто мы вытянули из старого свитера нитку и никак не могли распустить его до конца.

Патрик проводил в доме все больше времени, целыми днями работал не покладая рук, возвращаясь далеко за полночь и уходя уже на рассвете. Расходы, медленное продвижение вперед и масса затраченного времени приводили его в уныние, и постепенно он стал ощущать себя загнанным в ловушку нескончаемой работы.

Однажды поздно вечером, когда Патрик клал плитку в одной из ванных комнат, он не выдержал и закричал в отчаянии: «Помоги мне. Господи! Я не могу больше. Мне нужна передышка, приключение!»

На следующее утро он рассказал мне о своем внезапном порыве. «Посмотри на мои руки», — произнес Патрик. Действительно, его руки загрубели и все были в мозолях от постоянной работы. «Хотел бы я сейчас оказаться на другом конце света!» — воскликнул он.

Я сама была измотанной и уставшей, поэтому посочувствовала мужу, но, поскачку из-за бешеных

расходов на ремонт у нас почти не осталось денег, вероятность приключений и поездок казалась даже не призрачной, а абсолютно нулевой. «Потерпи еще чуть-чуть. Патрик. — попросила я, правда, несмело и без энтузиазма. — Когда-нибудь все это закончится». Сама я с трудом верила в собственные слова.

Примерно месяц спустя мы пригласили на обед нашего приятеля и поделились с ним подробностями своего печального опыта. Сопереживая свалившимся на нас проблемам, приятель постарался нас подбодрить и посоветовал расслабиться. Патрик ответил: «Расслабиться я могу, только уехав куда-нибудь подальше отсюда. Хорошее приключение поможет мне забыть об этих проблемах».

Наш приятель — сам заядлый путешественник — задумался на секунду, а затем предложил: «Я вообще-то и сам подумывал о путешествии — может. Аргентина или Чили? Что скажете на это?»

В глазах Патрика мелькнул огонек, но быстро погас. «Звучит, конечно, заманчиво, но мы не можем себе этого позволить. Мы вложили в дом все, что у нас было».

Наш гость еще немного помолчал, после чего продолжил: «У меня накопилось достаточно миль благодаря частым перелетам¹. Уверен, на две поездки в оба конца хватит. Почему бы вам не стать мои ми гостями?»

(1. Мили частых полетов — льготные расстояния, накапливаемые в ходе регулярных путешествий. С помощью этой программы авиакомпания вознаграждает путешественников за «верность бренду».)

Предложение было таким щедрым, Патрик не мог заставить себя согласиться. «Да нет, спасибо», — начал он. Но тут пришло мое время вмешаться: «Ты с ума сошел! Ничего нельзя откладывать. Почему бы тебе в самом деле не поехать?»

Чтобы убедить Патрика, потребовалось некоторое время, ведь все случилось так неожиданно, но в конечном итоге муж с благодарностью принял подарок — и от друга, и от Вселенной.

Поддержка и наставление всегда ждут тех, у кого есть глаза, чтобы видеть, уши, чтобы слышать, и сердце, чтобы принимать дары Вселенной.

Нуждаетесь ли вы в наставлении?

Зачастую самыми серьезными препятствиями на пути к пятому принципу являются наше упорное цепляние за ложные идеи, стереотипные ожидания и любовь к привычным удобным страданиям. По меньшей мере раз в месяц мне приходится сталкиваться с клиентом, который просит наставления, но на самом деле его не интересуют никакие решения.

Недавно я познакомилась с женщиной по имени Морин, жившей в неудачном браке, который приносил ей одни страдания. Она призналась, что ее муж трудолюбивый человек, неплохо зарабатывает, предан ей и очень любит детей. Проблема заключалась в том, что он считал необходимым контролировать каждый ее шаг, и они ссорились по любому поводу. Когда она говорила «стоять», он говорил «идти». Если она говорила «да», он говорил «нет». Они представляли собой современную версию Бикерсонов, вымышленной супружеской пары из радиопередачи тридцатых годов, которые ни минуты не могли провести без ссор и скандалов.

По натуре Морин была очень жизнерадостным человеком, свое чувство неудовлетворенности и разочарования она связывала с мужем. Она пашет как вол, а ее упрекают в лени. Она создала такой очаровательный уютный дом, а ее критикуют за расточительность. Она так заботится о детях и уделяет им столько внимания, а ее обвиняют в том, что она их испортила. Цель ее брака свелась к попыткам завоевать одобрение и признание человека, не желавшего дарить ей ни то, ни другое. Действительно, грустно и печально.

Хуже того, ее усилия были больше направлены на то, чего ожидал от нее муж, чем на то, чего желала она сама. Это порождало в ней горечь и злость. Она пришла ко мне узнать, возможны ли какие-то перемены в ее несчастной жизни.

— Морин, перемены начинаются с вас. Вам нужно посоветоваться с психиатром, чтобы разобраться в вашем стремлении угодить такому требовательному человеку, как ваш муж.

— Ох, я уже думала об этом, но Джона удар хватит, если я потрачу деньги на психиатра.

— Ну что ж, тогда вы можете посещать курсы по освобождению от зависимости, они бесплатны.

— Такое тоже приходило мне в голову, но это невозможно. Джон будет в ярости, если вечером меня не будет с детьми.

Я помолчала немного и заметила:

— Морин, вы ведь взрослая женщина, а говорите так, будто Джон ваш отец. Вы не рассматривали возможность семейного консультирования?

— Господи, конечно, нет, — на лице Морин отразился ужас. — Он никогда на это не согласится.

В изнеможении я сделала последнее предложение:

— Почему бы вам не прочитать книгу Харвилла Хендрикса «Как получить любовь, которую вы хотите»? В ней приводятся практические советы, как улучшить проблемный брак, и я уверена, вы найдете для себя что-нибудь полезное.

— Ну... — Морин колебалась. — Запишите, пожалуйста, название книги, но не знаю, смогу ли я выкроить время. Больше ничего предложить не можете?

— Нет, — улыбнулась я. — Только то, что уже упомянула.

Я записала название книги и протянула посетительнице. Она поведала мне еще пару душераздирающих историй про Джона и закончила с глубоким вздохом: «Я и вправду ожидала, что вы посоветуете мне что-нибудь более обнадеживающее. Ну что ж. Может быть, в следующем году».

После того как она удалилась, я заметила, что листок бумаги с названием книги остался лежать на столе. Определенно, ей было нужно не наставление, а спасение. А этого я ей предложить не могла.

Духовное наставление нужно услышать

Дух ненавязчив и незаметен, он открывается лишь тем, кто обращает на него внимание. Если ваш разум переполнен злостью, страхами, опрометчивыми суждениями, поверхностными мнениями, у вас есть все шансы пропустить ключ к счастью. Истинное наставление будет мирно покоиться в вашем сознании, легкое, как перышко, — оно требует спокойного восприимчивого разума.

Ваша задача на данной стадии воплощения сокровенного желания — привыкнуть к уравновешенному восприимчивому состоянию или, по крайней мере, стремиться к этому. Итак, успокойтесь, сделайте глубокий вдох, расслабьтесь и поверьте, что наставление уже ждет вас. Да и для вашего здоровья, кстати, это тоже полезно.

Пятый принцип ведет вас по пути к вашей мечте. Вам нужно всего лишь быть открытым для подсказок и советов, верить в их существование и действовать, доверяя своей интуиции.

Когда вы подойдете к пятому принципу, вы окажетесь в стране чудес. Вы думаете: «Интересно, каким образом Вселенная откроется мне?» Верьте, так и будет, и подготовьтесь удивляться тому, как это случится. Вы будете потрясены. Вы будете

ошарашены. И можете быть уверены, что путь, которым ваша душа приведет вас к мечте, окажется невероятно простым — вы и предположить не могли такое!

Когда вы вооружены пятым принципом, вам уже не нужно постоянно бороться. Каждый день будет наполнен удивительным потенциалом, который не перестанет вас поражать. Именно тогда вы начнете ощущать поддержку Божественного духа. Вы должны осознать — вы не можете *творить* чудеса, но если вы поверите в них, они окружают вас.

Пятый принцип исцеляет сердце, избавляет от страха и фокусирует внимание на душе. Он освобождает от волнений, тревоги и заикленности. Он поможет вам достичь потрясающего состояния внутреннего покоя.

Применяя пятый принцип, смотрите в оба и внимательно слушайте, но не окружающих, а свою интуицию. Пусть ваш разум остается чистым и спокойным. Медитируйте каждое утро. Молитесь каждый вечер. Свободно и искренне просите о том, что вам нужно. Помните, что на этом отрезке пути вас ведет пятый принцип Вселенной.

Вы этого заслужили!

Применение пятого принципа

Как слушать наставление

- Начинайте каждый день, еще не открыв глаз, с молитвы, прося Божественный дух о наставлении.
- Вместо перерыва на кофе посвятите десять минут медитации.
- Напишите письмо Высшему «я» и попросите душу о помощи в поисках верного пути к мечте. А затем напишите ответное послание души к вам, в котором сообщается, что вам нужно делать. (Попробуйте — сработает!)
- Учитесь удивляться.
- Учитесь быть гибким и спонтанным.
- Поддавайтесь внезапным порывам, не отмахивайтесь от них, как от мух. При любой возможности просите вслух о помощи — в автомобиле, в ванной, когда вы одни. (Лучше сказать, каждый раз, когда вы нуждаетесь в поддержке, — даже если вы не одни!)
- Если вы ощущаете внутреннюю потребность попросить о помощи, не стоит колебаться. Возможно, вам удастся поговорить с ангелом.

Полюбите тишину

Не пытайтесь рационально спланировать будущее. (Для ваших страхов это все равно что жевательная резинка.) Помните: вы Духовный творец, и ваша душа знает, куда вас вести, и делает это прямо сейчас.

Успокойтесь. Как можно чаще погружайтесь в тишину. Уберите любой фоновый шум. Выключите радио и телевизор. Не забивайте себе голову бесполезными мнениями, выдаваемыми за факты. Пусть созерцательность и открытость станут вашей привычкой. Медитируйте и расслабляйтесь.

Медитация

Выберите тихое удобное место, медленно закройте глаза. Обратите внимание, насколько все меняется, стоит вам просто закрыть глаза.

Теперь сделайте три глубоких медленных вдоха, успокойтесь и постарайтесь наладить связь с тем, что вас поддерживает. С каждым вдохом ощущайте связь с землей. Сосредоточивайтесь на своем дыхании до тех пор, пока не достигнете уравновешенного гармоничного состояния.

Теперь представьте, что вы смотрите в кристально-голубое небо, Глядя на плывущие над вами облака, почувствуйте, как вы расслаблены и умиротворены.

Пусть ваш разум будет так же свободен, как эти облака; представьте, как вас озаряет ослепительная вспышка, согревая ваши тело и душу теплым любящим светом. С каждым дыханием ощущайте, как вас охватывает расслабляющая теплота, как этот любящий ласковый свет заполняет все ваше существо.

Пусть он поселится в вашем сердце. Заглушите голос разума и направьте ваше внимание в сердце. Там вы услышите другой любящий голос, звучащий глубоко внутри вас. Расслабьтесь. Дышите. Слушайте.

Это голос вашего Высшего «я», мягко и ненавязчиво ведущий вас к сокровенному желанию. Помните: внутренний голос всегда, в любое время поможет вам.

Это всеведущий, любящий и могущественный голос, мудрый и заботливый. Направьте ваше внимание на внутреннее наставление и позвольте своему сознанию следовать этому руководству.

Несколько минут спокойно слушайте.

Когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Повторение

Если вы сумели дойти до пятого принципа — поздравляю!

Тогда переходите к шестому.

Если возникли какие-либо трудности, вернитесь к началу и повторите принципы с первого по четвертый.

Принцип шестой

Поддерживайте свою мечту любовью

Перейдя к шестому принципу, вы закончили второй этап творческого воплощения. Отныне вы начинаете контролировать способ осуществления сокровенного желания. На данном этапе вы выбираете, *как* вы хотите воплотить свою мечту.

Шестой принцип связан с выбором и действием. Используя принципы, вы постепенно осознаете: неважно, что вы пытаетесь создать — новые отношения или новую работу, — от вас требуется выбор и действие. Пока вы живете на этой земле, если вы хотите что-то сотворить, вам нужно что-нибудь для этого *предпринять*. Даже если вы стремитесь просто сидеть в пещере и медитировать, вам придется сначала добраться до пещеры, а уж потом заняться медитацией.

Шестой принцип гласит: «Поддерживайте свою мечту любовью». Данный принцип фокусирует ваше внимание на двух отдельных моментах. Первый — *выбор* способа поддержки мечты. Второй — поддержка *с любовью*.

Все это кажется очевидным, но многие люди почему-то не делают выбора, который поддерживал бы их мечту, не говоря уж о поддержке с любовью. Мы так часто твердим, что хотели бы достичь чего-то, однако выбираем поведение, мысли и действия, подрывающие наш успех и работающие против нас. Я верю, что шестой принцип — это сущность, самое сердце вашего сокровенного желания. Когда вы выбираете решения, согласующиеся с вашей заветной мечтой, вы тем самым привлекаете ее к себе.

У меня был клиент по имени Роберт, жизнерадостный, приятный человек. Единственной его проблемой являлась чрезмерная полнота, он страстно желал сбросить тридцать четыре килограмма. Он представлял себя стройным и собирал коллажи из фотографий, на которых он был запечатлен до того, как поправился. Однако когда дело доходило до выбора, несмотря на горячее желание и мечты, Роберт предпочитал самую калорийную пищу, вроде творожных пудингов, чипсов и пончиков, а сверху укладывался огромный кусок стейка. Он просто играл с собой, убеждая: «Я всю неделю хорошо себя вел, поэтому сейчас могу себе позволить скромное вознаграждение». И с удовольствием восполнял калории и фунты, которые сумел потерять.

Неудачи так сильно огорчали его, что он ел все больше и больше. Когда он пришел на семинар «Сокровенное желание», ему необходим был именно шестой принцип.

Роберт заявил: «Моя цель — сбросить тридцать четыре килограмма. Я должен прекратить есть все подряд и заставить себя сесть на диету». Я видела, что эти заявления не выражали особой любви Роберта к себе.

— Прежде всего, Роберт, — начала я, — вы должны понять, как используете силу выбора.

— Что вы имеете в виду? — удивился тот.

— Каждый раз, когда выделаете выбор, вашей мотивацией служит либо любовь, либо страх. Если вы руководствуетесь любовью, вам все дается легко, и награждение не заставит себя долго ждать. Если же вами движет страх, ваши усилия будут напрасны и утомительны. Слова «мне приходится», «я вынужден» означают, что вами руководит страх.

— Так вот почему мне так тяжело все это дастся, — вздохнул Роберт.

— Когда вы выбираете что-то, руководствуясь страхом, какая-то часть вас восстает. В действительности до тех пор, пока ваш выбор, сделанный с любовью, не будет поддерживать сокровенное желание, вам не видать успеха. В вашем случае вы должны выбрать любовь к себе и своему телу, чтобы заботиться о своем здоровье. Ваш выбор должен сначала сосредоточиться именно на любви к себе, а не на страхе поправиться.

— Другими словами, — подвел итог Роберт, — я должен выбрать клубнику вместо пончиков.

— Точно. Подобный выбор невозможен без дисциплины, но не путайте дисциплину с наказанием. Быть дисциплинированным означает учиться, совершенствоваться, не вредить себе. Если вы используете дисциплину, чтобы полюбить себя и заботиться о своем здоровье, тогда, вероятнее всего, вас ожидает успех.

Ключевое слово здесь — воодушевление. Когда вы выбираете любовь к себе с *воодушевлением*, вы открываете дверь для Божественной поддержки. Знаете, что означает это слово — воодушевление? Божественность. Когда вы проявляете воодушевление, вы получаете поддержку свыше. Неважно, чем мы занимаемся, — отношение к делу с воодушевлением и энтузиазмом обеспечивает блестящие результаты.

Роберт слушал затаив дыхание.

— Вы правы, — наконец промолвил он. — В моих попытках реализовать мечту особенного энтузиазма не наблюдалось. Скажу даже больше, я открыто проявлял недовольство.

Роберт принял решение прекратить сопротивляться поддержке, которую он мог получить от самого себя, и идти к воплощению заветной мечты с искренним, неподдельным энтузиазмом. Он стал выбирать только то, что поддерживало его мечту, перейдя с жирной пищи на свежие полезные продукты и питаясь дома, а не в ресторанах. Постепенно Роберт осознал, что попытки поставить знак равенства между высококалорийной пищей и любовью к себе были не более чем стремлением обмануть самого себя. Вместо того чтобы злиться и ненавидеть свое тело, он стал смотреть на него с любовью и заботой.

Поначалу все это давалось ему нелегко, но постепенно новые привычки стали занимать в его жизни прочное место. Как он сам признавался в присущей ему шуточной манере: «Я решил для разнообразия питаться *едой*. Совершенно новые ощущения!»

Открыв большое разнообразие способов поддержать мечту, Роберт не только изменил привычки питания, но и занялся лыжным спортом. По его словам, он «укатался до стройности».

Со временем он признал, что за его перееданием стояло желание поддержки и заботы. Он записался в группу освобождения от пристрастий, где смог обрести любовь и помощь людей, понимающих и сочувствующих его проблеме.

Когда я видела Роберта последний раз, он похудел на двадцать три килограмма и собирался вместе с новыми друзьями пройти страну на лыжах. Он выглядел как человек, который твердо решил поддержать сокровенное желание и которому это *нравилось!*

Сила выбора — как катализатор, ускоряющий воплощение мечты. Ваш выбор заставляет вращаться колеса процесса реализации.

Если вы не привыкли любить себя, вам придется чуть-чуть попрактиковаться.

Ко мне на консультацию пришла клиентка — Кейт. Она стремилась к нежным любящим отношениям и, тем не менее, выбрала связь с человеком грубым, критичным, ненадежным и эгоистичным. Она хотела знать, мог ли этот мужчина быть ее сокровенным желанием.

— Кейт — начала я, — вы стремитесь к любви, но выбираете унижительные для себя отношения. Этот человек действует на вас отравляюще, как мышьяк. Я вижу, что общение с ним приносит вам физические страдания. Как *вы* ощущаете *себя*, находясь рядом с ним?

— Я никогда раньше не задумывалась об этом, но теперь, когда вы сказали, я понимаю, что после общения с ним у меня постоянно возникают головные боли.

— Вы понимаете, что сокровенное желание не может быть связано с таким человеком? Оно вообще не будет возможно до тех пор, пока вы не сделаете любящего выбора, чтобы поддержать его.

— Как? — спросила Кейт. — Не уверена, что поняла вашу мысль.

— Ну, для начала вам стоит отказаться от общения с людьми, с которыми вы чувствуете себя плохо. Вы выбрали не того партнера, хуже того, он занимает в вашей жизни место, предназначенное для настоящей любви.

— Но я так одинока... — начала Кейт.

— И вы боитесь, что больше у вас никого не будет, — закончила я за нее.

Она кивнула головой:

— Да, вы правы.

— Кейт, вы должны признать, что выбор, порожденный страхом, вызывает только новый страх. Попробуйте сделать такой выбор, который отражает вашу любовь к самой себе и согласовывается с вашим желанием. Если вы жаждете любви, выберите любовь к себе.

Кейт ушла, обдумывая свои возможности.

Постепенно она осознала, что ее выбор неудачен. Ей все сложнее и сложнее давались свидания со своим парнем. Она стала уклоняться от встреч с ним и чувствовала себя уверенно, давая ему твердый отказ. Наконец ее стали приглашать на свидания другие мужчины, и она выбирала только те предложения, которые были ей по душе.

Кейт еще не нашла те отношения, о которых мечтала, но она учится любить себя — это чувство удовлетворяет ее намного больше, чем все, испытанное ею ранее.

Конфликт между выбором и желанием — явление довольно частое. Он возникает в тех случаях, когда при выборе вами движет страх, а не любовь, ведь тогда вы не верите,

что можете иметь желаемое. Зато уверены, что можете иметь лишь то, что получаете (то есть страх). Это порочный круг.

Так происходит, когда вы хотите найти лучшую работу, но остаетесь на старой, боясь, что не найдете ничего лучше.

Так происходит, когда вы жаждете приключений, но продолжаете вести скучную однообразную жизнь, опасаясь, что, отказавшись от нее, будете чувствовать себя неуютно.

Выбор созидателен, делается ли он из страха или из любви. В вашей власти выбрать либо одно, либо другое. Вот что случилось с одним человеком, сделавшим выбор в пользу любви.

Рауль позвонил мне несколько лет назад, чтобы записаться на консультацию. Он был гомосексуалистом, родом из Южной Америки. Будучи художником, Рауль вынужден был работать официантом в ресторане, чтобы иметь хоть какие-то средства к существованию. Придя ко мне в офис, Рауль принес письмо и бросил его на стол.

— Используйте свою интуицию и скажите мне, достигнет ли это письмо той цели, которой я хочу, — попросил мой клиент.

Я взяла письмо и ощутила ту страсть, с которой оно было написано. Письмо было пронизано гневом, презрением и страхом. Я знала, что Рауль хотел послать это письмо, но адресовано оно было явно не тому человеку.

— Рауль, — сказала я, — это очень злое письмо, и, думаю, в такой форме, в которой оно написано, оно не затронет сердце получателя.

Рауль выглядел разочарованным и расстроенным.

— Это письмо адресовано президенту, — пояснил он. — В нем я прошу выделить больше средств на изучение СПИДа. Я и несколько моих близких друзей сдали анализ на наличие ВИЧ-инфекции, и все результаты оказались положительны. И ни у кого из нас нет достаточно денег на необходимую медицинскую помощь. Это очень серьезная проблема — не только для меня, но для всех ВИЧ-инфицированных людей. Я чувствую, что должен что-то предпринять.

Он был полностью поглощен желанием поспособствовать спонсированию исследований, но в основе его стремления лежала враждебность, которая завела бы его в тупик. Я посоветовала Раулю выбрать иное направление.

— Рауль, вы талантливый художник, ваша сила именно в этом. Я вижу вас открывшим художественную галерею, которая может также содействовать решению проблемы СПИДа и расширению знаний об этом заболевании. Так общественность вас услышит и поддержит.

В его глазах промелькнуло недоверие.

— Это моя самая большая мечта, но дело в том, что я политический беженец и очень беден. В своей стране я работал куратором в музее, но здесь вынужден подавать чай и кофе. Я едва свожу концы с концами, не говоря уже о проблемах со здоровьем. Конечно, я мечтаю о такой возможности, но разве это реально?

— Даже если сейчас вы работаете в ресторане, вы остаетесь тем, кто вы есть — художником. Не теряйте этого, не забывайте об этом. Не думайте о том, как стать собой. Просто позвольте людям знать, кто вы есть, а Вселенной — позаботиться обо всем остальном.

Рауль ушел, вдохновленный, но полный скепсиса. Он выбрал шестой принцип и мало-помалу стал говорить о своих мечтах более открыто. Через четыре месяца один из завсегдатаев ресторана, где работал Рауль, внезапно предложил поддержать его мечту.

Вместе они открыли художественную галерею — идеальное место для воплощения самых страстных желаний Рауля.

Это было семь лет назад. Теперь Рауль обрел широкую известность благодаря своей галерее и кампании в помощь больным СПИДом. Он прошел путь от политического беженца до официального представителя округа, завоевав поддержку и уважение влиятельных политиков города.

Все это случилось, когда Рауль сделал свой выбор: помнить о том, кто он есть, любить себя и делиться с остальными своей целью. Именно благодаря этому сейчас он может полностью выразить себя через свое сокровенное желание.

Это идеальный пример могущества шестого принципа. Все семеро друзей Рауля уже умерли, но сам он, хоть и не может похвастаться крепким здоровьем, хорошо себя чувствует и в состоянии заниматься любимым делом. Он признался, что после того как узнал результаты анализа, принял решение жить в мире и согласии. И уверен, что подобный выбор позволил замедлить ход болезни.

Когда вы поддерживаете свою мечту любовью и воодушевлением, процесс ее реализации становится волшебством. Вы больше не бьетесь головой о каменную стену. Вы уже не будете идти против ветра, тащить себя по жизни, словно мертвый груз. Поддержав мечту любовью и энтузиазмом, вы преображаетесь, как будто ступаете на волшебный ковер и летите к своей цели, не без усилий, но изящно и грациозно. Шестой принцип устраняет возникающие препятствия и помогает вам обрести равновесие. Прошлым летом мне это продемонстрировали мои дочери.

Мы только-только переехали на новое место, где могли позволить им больше свободы, чем в прежнем, более опасном чикагском районе. Первое, на чем они хотели опробовать заново обретенную свободу, — научиться кататься на велосипедах без опорных колес. Раньше из-за отсутствия возможности для тренировки подобное счастье было им недоступно. Итак, в один прекрасный день мы убрали обе пары опорных колес и вышли на улицу.

Соня, семилетняя дочь, была полна решимости. Я физически ощущала, как она каждой клеточкой тела жаждет научиться кататься, как все остальные дети в районе. И конечно, через пятнадцать минут она с победным криком промчалась вниз по улице. Мы громко подбадривали ее, пока я не обернулась и не увидела, что ее шестилетняя сестра Сабрина сидит на обочине и всхлипывает.

— Сабрина, в чем дело? — спросила я.

— Я ненавижу Соню! Она может ездить без опорных колес, а я нет.

По ее щекам катились слезы.

— Теперь все будут смеяться надо мной и дразнить маленькой.

— Сабрина, перестань, Соня на год старше, тебе просто нужно чуть больше потренироваться.

— Другие дети уже в пять лет катаются без опорных колес. Ненавижу их! Особенно Соню!

Сабрина была неутешна. Она чувствовала себя одинокой и брошенной и завидовала старшей сестре, в третий раз проезжающей по улице.

Тут в разговор вмешался Патрик:

— Солнышко, не плачь. Успокойся. Я научу тебя кататься. Пошли.

Малышка вытерла слезы и взяла отца за руку, все еще жалея себя и злясь на других детей. Патрик посадил ее на велосипед, чуть-чуть подтолкнул и... *бум!* Она шлепнулась с велосипеда, едва он ее отпустил. Сабрина поднялась вся в слезах, расстроенная и несчастная.

Патрик снова посадил ее на велосипед и снова подтолкнул. И снова она шлепнулась, не проехав и полуметра.

К этому времени Соня носилась как угорелая, крича: «Сабрина, посмотри на меня!»

Сабрина не могла отвести от нее глаз. Чувствуя, что шансы на собственный успех фактически равны нулю, она вновь предалась отчаянию, размазывая кулачками слезы по щекам.

— Солнышко, — сказал Патрик, — перестань злиться на других, лучше подумай о том, как сильно ты бы хотела научиться кататься. Это и есть секрет успеха.

Сабрина шмыгала носом, но внимательно слушала.

— Давай-ка попробуем, — предложил мой муж. — Представь, что в каждой твоей ножке много-много любви, и толкай эту любовь в педали так сильно, как только можешь. Думай только о том, куда ты хочешь попасть, и громко повторяй: «Я люблю ездить на велосипеде! Я люблю ездить на велосипеде!» Больше не думай ни о чем, ладно? Ну что, ты готова?

Сабрину весьма заинтриговало предложение. Все еще полная недоверия, она сказала: «Ладно, я попробую».

Она взобралась на велосипед, робко продолжая повторять: «Я люблю...» Опля! И шлепнулась вместе с велосипедом.

— Представь, что ты едешь легко и свободно. Тебе нравится ездить на велосипеде, помни об этом! Смотри прямо вперед и повторяй это! — подбадривал ее Патрик громкими криками.

Сабрина вновь уселась на велосипед.

— Я люблю ездить на велосипеде, я люблю ездить на велосипеде, — повторяла она уже более решительно, на сей раз проехав почти четыре с половиной метра.

Вдохновленные, мы вопили и подбадривали ее, прыгая и размахивая руками. Рядом даже собрались другие дети, чтобы посмотреть, как она поедет.

— Давай еще разок, солнышко. Ты должна по-настоящему полюбить свой велосипед. Я знаю, у тебя все получится. Просто сосредоточься на том, куда ты хочешь попасть, и приложи все свои силы! — настаивал Патрик.

Удивленная своим успехом. Сабрина запрыгнула на велосипед, смеясь и визжа от радости: «Я люблю свой велосипед! Я люблю ездить на велосипеде!» Она со всей силы давила на педали, думая, куда хочет добраться, — и *она!* Она поехала!

Дети ревели от восторга. Каждый поворот колес был чудом. Надавливая на педали сильнее и сильнее, Сабрина, словно ветер, летела по улице на крыльях любви.

Поддержка мечты любовью с вашей стороны обеспечивает и помощь Вселенной. Если вы что-то делаете сопротивляясь, попробуйте, хоть это и сложно, привнести немного любви и воодушевления и увидите, что нет ничего трудного. Потому что к вам, любящему и активному, присоединился Божественный дух. Как гласит поговорка, весь мир любит того, кто любит.

Шестой принцип — это принцип власти. Не той власти, что порождается собственным эго, но той, что мягко окутывает вас, когда вы обращаетесь за помощью к щедрой и любящей Вселенной.

Создавайте свою, а не чужую мечту

Люди, которые делают выбор, противоречащий собственным целям, чаще всего приводят такой аргумент: «Я не могу выбрать то, что хочу, потому что не в состоянии себе этого позволить». Большинству из нас отлично удастся рисовать нежелательные пугающие ситуации, а потом самим же становиться заложниками этих неприятных образов.

Марвин страстно мечтал стать писателем, но выбрал совместную с зятем работу в сфере страхования. Думаю, нет нужды говорить, что он был недоволен своим выбором, несмотря на то, что бизнес приносил весьма приличную прибыль. Так продолжалось десять лет, и все эти годы Марвин пытался закрывать глаза на неприятную правду.

В конечном итоге его неудовлетворенность достигла того критического предела, когда он просто возненавидел свою работу. Именно после этого он и обратился ко мне за консультацией.

В ходе нашей беседы Марвин признался, что чувствует вину из-за желания оставить доходный бизнес. Зять сильно зависит от него, и уход Марвина может плачевно обернуться для его сестры. Если он уйдет, то их ждет серьезный финансовый кризис, а Марвин никогда бы себе такого не простил.

Чтобы хоть как-то облегчить мучающее чувство вины, он трудился все больше, еще глубже погружаясь в трясины ненавистной работы. К тому времени, когда мы познакомились, он фактически увяз в болоте обязательств. Хотя в этом нет ничего удивительного. Его разум и сердце находились в состоянии холодной войны, а совершаемый выбор абсолютно не соответствовал желаниям.

— Марвин. — начала я, — сделанный выбор никоим образом не поддерживает вашу мечту. Он отвечает желаниям вашего зятя, питаясь страхами. Чтобы воплотить сокровенную мечту, вы должны следовать на зов собственного сердца, а не его.

Марвин не мог принять этого.

— Если я буду заниматься тем, чем хочу, я разорю свою сестру, мой зять вылетит из бизнеса и обанкротится.

Я была уверена, что все обстоит не совсем так и что его семья не настолько зависит от него, как ему казалось. Я попыталась доказать ему, что он преувеличивает свою важность и недооценивает как гибкость семьи, так и свою способность зарабатывать на жизнь творчеством. Но Марвин прервал меня на полуслове:

— Вы не понимаете, о чем говорите. Вы не знаете моей сестры. Да они не выживут без меня, разве я могу хоть одну минуту писать спокойно, зная об этом?

Очевидно, Марвин не видел для себя иной возможности, кроме как упорно цепляться за собственные страхи. Он ушел таким же несчастным, каким и пришел, несмотря на все мои усилия убедить его в существовании вариантов, удовлетворяющих все заинтересованные стороны.

Через полтора года Марвин вновь посетил меня, мечта грома и молнии. Оказалось, что его сестра и зять внезапно объявили о своем решении перебраться в Монтану в конце лета, не поставив его предварительно в известность и не обсудив с ним свои планы.

Марвин начал мне жаловаться:

— Им казалось, будто я с головой погружен в бизнес, поэтому они подумали, что я не буду возражать.

Я хотела улыбнуться, но сдержалась.

— Не стоит так волноваться. Теперь вы можете заняться своей мечтой.

Но Марвин не волновался. Он был ужасно расстроен потерей стольких лет. Как оказалось, счастье его семьи не так уж сильно зависело от него, и он, несмотря на свою уверенность, не нес за сестру и зятя никакой ответственности. Но настоящей причиной его злости была безответственность по отношению к самому себе.

Марвин и его зять решили продать бизнес и поделить выручку пополам. Тем временем Марвин нашел работу в одной газете и параллельно начал писать свой первый роман. Занимаясь бизнесом, он скопил солидную сумму, которая позволяла ему жить и работать, потеряв существенный источник дохода. Он неохотно признал, что стал намного счастливее, избавившись от надоевшей работы, хотя и продолжал сердиться на равнодушие зятя к принесенным им, Марвином, жертвам. Я предложила ему проконсультироваться у психоаналитика и он согласился.

Год спустя я снова встретила Марвина. Он посещал курсы для сценаристов, время от времени работая на радио. Когда я поинтересовалась его отношением к зятю, он ответил: «Это давно ушло в прошлое. Я так счастлив, что решил забыть об этом и никогда не вспоминать».

Лучше поздно, чем никогда.

Вам никогда не случалось попадать в такую ловушку? Не приходилось нести ответственность за чужие мечты, игнорируя свои собственные? Решения, подобные этому, как правило, возвращаются бумерангом, и если вы выбираете быть святым или мучеником, поверьте мне, неблагодарное это занятие. Люди не ценят ваших жертв, если они больше того, чем вы в состоянии с ними поделиться.

Лучше быть честным и верить, что другие в состоянии сами справиться со своими проблемами, когда вы позволяете себе следовать зову своего сердца. Возможно, они будут жаловаться и причитать, но они могут уладить свои дела, и в конечном итоге так и случится. Вы намного больше поможете людям, если будете верны себе и своему сокровенному желанию, вместо того чтобы злиться, страдать и разочаровываться в жизни.

Шестой принцип — это принцип любви, но не сентиментальности, мученичества, святости или жертвоприношения, которые многие из нас ошибочно принимают за любовь. Нас с самого детства учат, что ставить потребности окружающих выше собственных есть проявление любви. Но обычно это не так. Это проявление страха.

Вот какие возражения против шестого принципа мне встречались:

«Это нарушит устоявшееся положение вещей».

«Мои дети во мне нуждаются».

«Моему партнеру это придется не по душе».

«Сначала работа».

«А кто, кроме меня, об этом позаботится?»

«Тогда моя привычная жизнь изменится».

И так далее, и так до бесконечности. Когда вы предпочитаете отодвигать сокровенное желание на задний план, ваш выбор продиктован страхом (даже если за этим страхом стоят благие намерения). Вы выбираете тесные, но знакомые рамки страданий и печали. Шестой принцип разбивает эти привычки и помогает вам обрести равновесие и гармонию.

Я прекрасно отдаю себе отчет в том, что мы живем не изолированно, а в обществе других людей, и частью нашей жизни является ответственность перед детьми, семьей и друзьями, особенно если они молоды или больны. Я не призываю к погружению в самого себя и к попыткам избежать серьезных обязанностей.

Я говорю о том, что мы должны идти по ровной дороге, в гармонии и с собой, и с окружающим миром. Научитесь внедрять мечту в жизнь, а не жертвовать ею ради других. Если вы слишком часто произносите «мне приходится» и «я вынужден», взгляните на выбор, который вы делаете. Поддерживаете ли вы самого себя с любовью? Если нет, попробуйте сменить перспективу. В конце концов, Иисус Христос заповедовал: «Возлюби ближнего, как самого себя». А про помощь другим он говорил: «Поднимайся и иди», а не «Я понесу тебя».

Шестой принцип требует полной ответственности за собственные мечты и их воплощение, но не обещает спасения.

Правильный выбор притягивает богатство

Очень часто люди отказываются от желаемого из страха, что им не хватит денег или поддержки. Принципы созидания учат нас: любое начинание поддерживается безграничными ресурсами Вселенной. Помните, все порождается одним источником — Вселенной, — и вы также можете им воспользоваться, применив к воплощению своей мечты шестой принцип.

Если вам сложно найти поддержку Вселенной посредством выбора, тогда попытайтесь отыскать помощь с другой стороны. К счастью, возможностей для этого предостаточно — творческие кружки, занятия по избавлению от зависимости, волонтерские организации, духовные сообщества, групповая терапия, спортивные секции и так далее. В основе шестого принципа лежит поддержка, это его суть. А единственный способ обрести безмерную поддержку Вселенной — выбрать эту поддержку и поверить в нее.

Вот так шестой принцип поможет подобную дилемму.

В течение последних десяти лет, когда мы с Патриком выбирались в город поужинать, мы часто заходили в один и тот же ресторан и обязательно просили посадить нас за столик, который обслуживал Джейкоб. Дело в том, что Джейкоб выполнял свою работу с невероятным энтузиазмом и любовью, общаться с ним было исключительно приятно. Поэтому мы никогда не скупались на чаевые. Джейкоб был таким милым и обаятельным.

Мы познакомились ближе, и как-то раз он признался, что хочет перебраться в Италию и открыть киоск с хот-догами в чикагском стиле. «У меня нет ни денег, ни опыта в подобного рода делах, но мне бы так хотелось попробовать. Это моя давнишняя мечта!» — делился Джейкоб.

Каждый раз, когда мы его видели, он либо только что вернулся из Италии, либо в ближайшее время собирался туда ехать. Он также сообщил нам, что берет уроки итальянского и с каждым разом прогресс становится все очевиднее. Вне всяких сомнений, Италия была его страстью.

В последнее наше посещение ресторана мы узнали, что Джейкоб там больше не работает. Он уволился и уехал в Италию реализовать свою сокровенную мечту. Другой официант сообщил нам, что Джейкоб скопил больше ста тысяч долларов на одних чаевых, поскольку имел невероятную популярность. «Счастливчик, повезло ему», — заметил официант.

Я знала, что дело здесь не в везении и не в удаче. Воодушевление и заботливое, внимательное отношение к клиентам привели Джейкоба в Рим — город богов.

Уверена, там он будет счастлив. Позвольте рассказать вам еще одну историю о человеке, поверившем в шестой принцип.

Грейс — исключительно творческая и духовная женщина — побывала во многих интересных местах и перепробовала массу увлекательных занятий. Она была художницей, писательницей, музыкантом, дизайнером и шеф-поваром. Однако, когда я познакомилась с ней, несмотря на многочисленные таланты, Грейс работала в цветочном магазине, едва сводя концы с концами. На ней висел огромный долг, и цель жизни была потеряна. На семинаре Грейс призналась, что последнее время она мечтает стать духовным целителем рэйки¹ и шаманизма, но боится остаться без средств к существованию.

(1. «Универсальная жизненная сила», или «Духовная энергия» — древнейшая традиция духовных практик и целительства.)

Я предложила ей применить к сокровенному желанию шестой принцип, который является также законом притяжения.

— Когда вы работаете с любовью, — объясняла я Грейс, — вы притягиваете к себе других людей. Поверьте этой истине. Ведь любовь — сильнейший резонатор на земле. Люди чувствуют вашу любовь, она помогает им, и они возвращаются к ней. Те, кто увлечен своим делом, выражают любовь в работе и притягивают других людей своей энергией. Поскольку любовь обладает огромной притягательной силой, она привлекает к вам все, в чем вы нуждаетесь.

Грейс приняла твердое решение следовать зову сердца, сказав мне: «Это звучит так убедительно, что я не могу противиться. Я действительно хочу этим заниматься».

Сначала Грейс принимала лишь пару клиентов в месяц, параллельно работая в цветочном магазине. Но буквально через несколько месяцев в округе разнесся слух, что она серьезно помогает, и люди стали звонить один за другим, прося о встрече.

Всего через восемь месяцев ей пришлось уйти со старой работы, поскольку времени на нее уже не оставалось! К концу первого года ее практика значительно расширилась, консультации были расписаны на месяц вперед. В течение второго года Грейс расплатилась со всеми долгами, переехала в чудесную квартиру и приняла приглашение одного центра здоровья работать внештатным интуитивным диагностом. К концу второго года ей с трудом удавалось выкроить время для отдыха — столько клиентов жаждали попасть к ней на прием.

Шестой принцип привлек в жизнь Грейс работы и богатства больше, чем она могла себе даже вообразить. А кроме того, ей удалось реализовать сокровенное желание. Исцеление людей — вот к чему она стремилась, и ей нравилась такая жизнь! Выбрав шестой принцип, наполняя свою работу любовью и энтузиазмом, Грейс получила все, чего хотела, и даже больше.

Благодаря воплощению мечты материальные потребности Грейс значительно уменьшились. Она была полна вселенской любовью, и это заменяло ей многое. Работая с шестым принципом, она получала поддержку намного более серьезную и существенную, чем материальная.

Дженни была незамужней стюардессой в возрасте за сорок. Она отчаянно стремилась выйти замуж за обеспеченного человека, однако в каждом ее слове сквозило неприкрытое презрение к мужчинам. Подобное негативное отношение во многом было обусловлено прошлым неприятным опытом многолетнего общения с женатыми мужчинами, в чьей жизни она была лишь «второй женщиной». Ей казалось, что ее используют и обворовывают.

— Все мужчины эгоисты и лжецы. Я их ненавижу! — кричала она.

И тем не менее Дженни хотела замуж. Хммм, думала я.

— Дженни, складывается такое впечатление, что вас глубоко ранили неудачные отношения. Так что же вас привлекает в мужчинах?

— Честно говоря, я не люблю мужчин, — призналась женщина в порыве откровения. — Меня привлекает надежность, которую обеспечивают их деньги. Мои доходы довольно скромны, а гарантии занятости у стюардесс, как правило, никакой. Я ужасно боюсь старости, одиночества и бедности.

— Тогда почему бы вам не изменить свою цель? Вместо того чтобы надеяться на замужество с богатым человеком как на средство обеспечить безбедное существование, попробуйте заработать деньги самостоятельно, чтобы чувствовать себя уверенно. Ведь это и есть ваше сокровенное желание, не так ли?

— Это было бы здорово, — задумалась моя клиентка. — Я бы с удовольствием зарабатывала самостоятельно. Мне так надоело зависеть от мужчин. Но мне, к сожалению, такое счастье не светит. Как можно заработать деньги в моем возрасте? Ведь я ничего не умею. Чудесная идея, но невыполнимая. Нет, замужество — единственная возможность.

— Дженни, ваша проблема в том, что вы не хотите нести финансовой ответственности за свою мечту и получать необходимые навыки и умения. Почему бы вам не записаться на курсы по капиталовложениям? — предложила я ей вариант. — Больше чем уверена, вам это понравится. Просто попробуйте, а уж потом будете судить, выполнимо это или нет. Заранее никогда не предугадаешь.

Дженни ушла — я так и не смогла убедить ее. Она выбрала краткосрочный роман с человеком моложе себя. Все закончилось очередным унижительным разрывом, оказавшимся каплей, переполнившей чашу терпения. Дженни все-таки решила выбрать иной путь достижения финансовой самостоятельности, путь, который она могла бы пройти с энтузиазмом.

Она записалась на курсы для начинающих инвесторов в рамках местной образовательной программы для взрослых. Она с большим удовольствием изучала ценные бумаги, облигации, взаимные фонды и инвестиционные стратегии, с удивлением обнаруживая у себя определенные способности в этой сфере деятельности (во многом благодаря, вероятно, хорошей школе, которую она прошла у любовников). Через шесть месяцев ей удалось сформировать скромный инвестиционный портфель и найти место в одной инвестиционной компании, где она стала работать между полетами.

Дженни так увлеклась зарабатыванием денег, что напрочь забыла о поисках мужчин. Она стала более разборчивой, принимая приглашения на свидания. Дженни больше не «вкладывала» в мужчин, с гораздо большим удовольствием она вкладывала в себя. Стабильность и финансовая независимость, о которых она так давно мечтала, превратилась в реальность. Ей нравилось упрочивать свое материальное положение, быть компетентным профессионалом и разбираться в деньгах.

Прежний выбор Дженни был ложно направленным. Для достижения стабильности она искала мужчин. Когда же ее выбор переместился на приобретение знаний о деньгах, она поняла, что ее сокровенное желание — надежность, обеспеченная уверенностью в себе, и радость от получения прибыли!

Дженни собственными усилиями реализовала сокровенное желание. Работа с любовью, для себя и своей цели может обернуться удивительными чудесами. То, что ранее вам казалось невозможным, теперь кажется вполне посильным и реальным. Двери, что прежде были для вас закрыты, теперь распахиваются настежь. Принцип любви — это принцип настоящего волшебства.

Чудо любви притягивает поддержку и помощь. Если вы работаете с любовью, вы излучаете энтузиазм. Окружающие заражаются этим энтузиазмом и вашим делом и хотят помочь вам. Там, где есть настоящая любовь, неподдельное вдохновение, всегда присутствует Божественная милость. Люди не могут сопротивляться энергии любви, потому что это именно то, чего мы все жаждем в глубине души. И когда мы с этим сталкиваемся нам не хочется терять это чувство, мы хотим испытывать его снова и снова. Это и есть секрет харизмы — любить свое дело настолько сильно, чтобы в вашем энергетическом поле не оставалось места для скуки, отрицательных эмоций и разочарований. Вы похожи на чистый яркий луч света. Те, до кого вы дотрагиваетесь, ощущают брызжущую из вас энергию и будут готовы поддерживать вас и расчищать вам дорогу.

Что, если вы натолкнетесь на стену?

У меня не раз были клиенты, которые четко представляли, чего они хотят, и всячески старались поддержать свою мечту, но которым никак не удавалось найти необходимые любовь и энтузиазм, чтобы зарядить свой выбор энергией.

С Шэрон я познакомилась в Харрисбурге, Пенсильвания, где я читала лекции. Она была талантливым, можно сказать, выдающимся медиумом, о ней даже писали в книгах. Но хотя это занятие Шэрон очень любила, она стеснялась брать деньги в силу невысокой самооценки. Поэтому ей приходилось работать в телефонной компании, которую она ненавидела всей душой. И хотя по выходным и вечерам у нее отбою не было от клиентов, она продолжала убеждать себя остаться в компании, а психологическую помощь оказывать бесплатно.

Подобный подход иссушал ее изо дня в день. В конечном итоге ей пришлось работать фактически без перерыва. (Я называю такой режим «хронический выдох» — давать, давать, давать и ничего не получать взамен.) Корнями такое мышление уходит в детство Шэрон: она была старшей дочерью в пуританской семье, в которой высоко почитались самоотверженность и страдание.

Так продолжалось годами. Шэрон страдала от синдрома хронической усталости и жестокой депрессии. «Но я должна...» все еще было ее жизненной установкой, несмотря на очевидные признаки душевного увядания. За два месяца до получения пенсии, после двадцати пяти лет вынужденной службы, Шэрон уволили. Еще через месяц бесплатной психологической практики Шэрон попала в серьезную автомобильную катастрофу.

Очевидно, Вселенная пыталась всеми способами сказать ей то, чего Шэрон слышать не хотела. Она оказалась в коме на больничной койке и очень живо помнит, как ее посетили три ангела и сказали ей, что она должна заниматься только своей практикой, а во всем остальном положиться на вселенную. Шэрон вышла из комы и медленно поправляется после аварии, но продолжает страдать от укоренившихся предрассудков.

— Я знаю, что моя цель — заниматься психологическими консультациями, но нечто внутри меня не чувствует себя достойным получать поддержку, я просто хочу зарабатывать этим на жизнь.

Я объяснила женщине, что ей попросту нужно открыть свое сердце и позволить отдаваемой ею любви вернуться к ней, пройдя полный круг. И привела свою любимую китайскую поговорку: «Когда вы будете готовы получить то, что готовы отдать, и отдать то, что готовы получить, вы познаете любовь».

При этих словах глаза Шэрон засверкали. Идея принимать вознаграждение как проявление любви была для нее новой. В ее голове стали зарождаться планы.

Если вы натолкнулись на глухую стену, возможно, вы просто боитесь принимать. Откройте свое сердце — не исключено, что поначалу вы почувствуете себя уязвимым и незащищенным, если никогда не делали этого раньше. Чаще всего так бываете людьми, которые выросли в жестких условиях или пережили тяжелые отношения. Убедить себя в том, что Вселенная верит в вас и любит вас таким, какой вы есть, довольно сложно и страшно, особенно если вы испытывали прямо противоположное со стороны близких людей.

Если в попытках выбрать любовь и поддержку мечты вы наталкиваетесь на стену, не стоит беспорядочно метаться вперед-назад. Внимательно проанализируйте, в чем заключается затруднительное положение, и ищите поддержки у тех, кто сумел справиться с аналогичной проблемой. Присоединитесь к группе самопомощи или обратитесь к психотерапевту, духовному консультанту и надежным, верным друзьям. Величайшим препятствием на пути к сокровенному желанию может стать одиночество; все, что вам нужно, — любовь и участие людей, желающих вашего успеха. Это зарядит вас энергией и поможет перебраться через стену. Иисус однажды сказал: «Ибо, где двое или трое соберутся во имя Мое, там Я посреди них». Это означает признание возможностей других помочь вам.

Воплощение сокровенного желания требует от вас определенного выбора, но если он идет от сердца и за ним стоит любовь и воодушевление, то превратится в удовольствие. И обязательно привлечет поддержку.

Измените свое отношение с «мне приходится» на «мне нравится». Попробуйте в течение одного дня на все адресуемые вам просьбы отвечать: «С удовольствием». Заметили, как сразу все изменилось?

Когда я была маленькой, все домашние рутинные дела мы выполняли под собственное пение. Сперва шла воодушевляющая «Свисти, пока работаешь», а потом подряд все бродвейские мюзиклы, песни «Битлз» и Тома Джонса. Мы много смеялись, дурачились и вообще прекрасно проводили время за работой.

В день стирки мы скатывали носки всех семерых детей в носочные мячики. Каждый из нас по очереди должен был петь любую песню. Если кто-то забывал слова или фальшивил, его забрасывали носочными мячиками. Тому же, у кого набиралось больше всех мячиков, приходилось стирать все оставшееся белье. То, что могло бы быть скучнейшей и зануднейшей обязанностью, превратилось в увлекательное и любимое мероприятие.

Энтузиазм заразителен. В мгновение ока дети со всего квартала собирались у нашего дома в день стирки. Полдня немзыкальные соседские ребята разбирались с нашим бельем, но никто не возражал — ради такого веселья стоило поработать.

Жизнь моментально преображается, стоит вам только перестать говорить «мне приходится». Иногда кажется, что альтернативы нет, но на самом деле всегда существует масса возможностей изменить не устраивающую вас ситуацию в лучшую сторону. Многие из нас никак не могут выбраться из привычной рутины страданий и настолько привыкают к унижениям или неудовлетворенности, что такое состояние становится вполне обычным.

Правда заключается в том, что страдание — это не только ваш выбор. Всегда можно найти способ поддержать свою мечту, если вы готовы рискнуть и вырваться из привычного круга. Вам придется искать творческие решения, и если для вас это ново, спросите себя: «Что бы я сделал, если бы завтра мешающие мне отношения или обстоятельства исчезли?»

Ответом, конечно, послужит то, что вам придется адаптироваться к новым условиям, делая новый выбор. После того как вы сознательно выберете содействие своему прогрессу, вся Вселенная встанет на вашу защиту.

Мы приходим на землю для созидания. Это наша цель. Когда вы горите желанием созидать с истинной любовью и воодушевлением, усилия становятся удовольствием. Люди, работающие с любовью, притягивают ее в свою жизнь. Люди, работающие с воодушевлением, заражают им остальных. Волшебное мышление не означает манипулятивное мышление. Вы не должны бросать начатое дело, избегая необходимых действий, ведущих к исполнению сокровенного желания. Волшебное мышление — это искренняя заинтересованность в работе, вкладывание в нее души и сердца и верность тому, что вы должны сделать для реализации мечты.

Помните, шестой принцип — это суть, сердце вашего сокровенного желания. К чему бы вы ни стремились, выбирайте по крайней мере один шаг в день к вашей заветной мечте. Если вы последуете данному совету, вы получите поддержку и любовь всей Вселенной.

Применение шестого принципа

Выбор за вами

Теперь пришло время выбирать, что вы будете с энтузиазмом делать для поддержки сокровенного желания. Например:

- Если вы хотите совершенствовать свои способности в искусстве, выберите посещение художественной студии.
- Если вы хотите сбросить вес, выберите здоровое питание и физическую активность.
- Если вы хотите создать новые отношения, выберите улыбки и удовольствие от общения с людьми.
- Если вы хотите совершенствоваться духовно, выберите медитацию, молитвы и чтение вдохновляющей литературы.
- Если вы хотите найти новую работу, выберите составление резюме, поиск новых возможностей, просмотр объявлений в газете *с воодушевлением*.

Всегда можно найти способ поддержать заветное желание, если оно идет от души, а ваша цель истинна.

Учитесь выбирать с любовью

Купите карманный ежедневник. Каждый день отмечайте в нем, какой выбор вы сделали сегодня, чтобы поддержать сокровенное желание. Постарайтесь вести записи ежедневно. Если ваше желание искренно, вы не будете воспринимать это занятие как обузу.

В календаре большими буквами отметьте день рождения вашей мечты; если вы так сделаете, этот день обязательно настанет.

(Если вам не под силу все вышеописанное или вы пропускаете много дней подряд, скорее всего, ваша мечта идет не от сердца. Вернитесь в начало и повторите первый принцип.)

Достижение результатов

После того как вы сделали выбор, запишите в свой блокнот: каково было ваше желание, как вы решили поддерживать его, каков оказался результат.

Медитация

Медитация для данного принципа — это, помимо всего прочего, еще и своего рода торжественное заявление. Повторяйте ее по несколько раз в день.

Выберите удобное место, где вы можете спокойно посидеть по меньшей мере минут пять. Закройте глаза и сосредоточьтесь на дыхании. Постарайтесь почувствовать движение воздуха.

Как только вы успокоились и расслабились, мысленно повторите следующее утверждение:

Я выбираю только действия,

Которые поддерживают мое сокровенное желание

Интеллектуально, эмоционально и физически.

Произнося эти строки, сосредоточьтесь на сокровенном желании. Повторяйте их пять минут, затем, когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Примечание: ежедневно может сознательно использоваться следующая техника. Всякий раз, когда у вас появляется соблазн сделать выбор, противный вашей мечте, глубоко вдохните и громко произнесите:

Я предпочитаю поддерживать свою мечту.

И отдайте предпочтение действию, которое продвинет вас на шаг вперед.

Это утверждение повторяйте по несколько раз в день.

Повторение

Если вы благополучно справились с шестью принципами, смело двигайтесь к седьмому.

Если нет, вернитесь к началу и повторите принципы с первого по пятый.

Принцип седьмой

Откажитесь от контроля

Секрет воплощения сокровенного желания — направить всю свою энергию на создание того, к чему вы стремитесь. Как вы уже знаете, в этом состоит суть описанных шести принципов. Верно следуя каждому из них, вы научились направлять свою энергию точно на заветную мечту. Совершая шаг за шагом, как будто вы ищете сокровища, вы придете прямо к своей цели.

Работая с этими принципами и дальше, вы создаете идеальные условия для вмешательства Божественного духа. Седьмой принцип именно об этом — позволить Божественному духу войти в вас, чтобы он помог справиться с работой, а не полагаться на собственные силы.

Как только вы создадите все необходимые условия для чуда и волшебства, в дело вступает седьмой принцип. В общем и целом, данный принцип советует вам отступить и позволить Вселенной взяться за дело, немножко поработать на вас. Иными словами, доверьте процесс Господу. Это и есть свидетельство веры.

Некоторые люди при этих словах морщатся и недоверчиво пожимают плечами, ведь для многих вера значит не больше чем скрещивание пальцев на удачу. Но как они далеки от истины. Заметьте, что до сих пор я ни разу не упоминала слово «вера». Причина тому состоит вот в чем: пока вы не создадите идеальных условий для чуда, чуду не бывать.

Тот фермер, который не посадил семян, не соберет урожай. Не видать ему плодов, если он не будет заботиться о всходах, поливать их, пропалывать, защищать от насекомых и грызунов и удобрять. И все же, несмотря на колоссальную работу, сделанную фермером, всходить и расти семена заставляют не его усилия, а таинственная алхимия Вселенной, дух Божественной любви, передающийся через фермера. Семя не взойдет без фермерского труда, но когда человек использует свою энергию, чтобы расчистить путь Божественному духу, его ждет богатый и щедрый урожай.

Седьмой принцип — это принцип ожидания. Вы позволяете Вселенной творить ваше чудо, будучи абсолютно уверенными в том, что вы позаботились о создании для него необходимых условий.

Вот *это* и означает верить!

Одно из моих любимых определений веры звучит так: уверенность в будущем, основанная на том, что сделано в прошлом. Если вы добросовестно выполнили первые шесть принципов, вам легко будет поверить. Если же вы поленились или попытались улизнуть от ответственности, вера сама по себе не появится.

Время — это главное

Энергия движется циклично, и даже мечтам нужно время. Мудрость седьмого принципа заключается в знании того, что время также является частью творческого процесса. В действительности, когда дело доходит до чуда, время служит решающим фактором, и все, что вам нужно на данный момент, — довериться Господу.

К примеру, мы с Патриком имели одно общее сокровенное желание — перебраться в более просторный дом. Мы (в особенности я) больше двух лет упорно шли к осуществлению этой мечты. Для создания идеальных условий я читала объявления о продаже недвижимости, объезжала интересующие нас районы и разговаривала со всеми, кто мог бы оказаться полезным. Я привела в порядок старый дом, подготовив его к продаже, и мысленно уже выехала оттуда.

После шестимесячных поисков я нашла почти идеальный дом, и хотя это было не совсем то, на что мы рассчитывали, я решила остановиться на нем. Я хотела, чтобы мое сокровенное желание осуществилось прямо *сейчас*, потому что ужасно устала ждать, когда же появится именно то, что надо. Я боялась, что того, о чем я мечтаю, вообще не существует, или мы не сможем себе этого позволить, а поэтому была готова примириться с меньшим.

Патрик со мной не соглашался, но я уперлась изо всех сил (недостаток, который я и поныне пытаюсь искоренить) и заставила мужа подать заявку на покупку дома. Я знала, что наплевательски отношусь к седьмому принципу, нетерпеливо подавляя Божественную волю своей собственной, но старалась не думать об этом. Патрик перестал противиться, но только ради моего спокойствия; его сердце не лежало к этому дому.

После длительных споров, горячих дискуссии, ссор и других неприятных моментов мы были вынуждены отменить сделку. Дом действительно нам не подходил — он был в отвратительном состоянии, темный и спланирован исключительно неудобно. В принципе, единственным его достоинством оказалось расположение в хорошем районе.

Я чувствовала, что силой своей воли заставляла сделку свершиться, пытаюсь обойти Божественную волю. В конечном итоге хлопоты оказались напрасными, я была вымотана и разочарована, а результата так и не добились. Мы остались без нового дома, все злились, и мне казалось, что так далеко от своей мечты я не была никогда.

И все же у меня как будто гора упала с плеч. Я знала, что старалась заставить всех принять выбранный мною дом, вместо того чтобы терпеливо ждать идеального варианта. Мои идеи были ошибочны, потому что слишком поспешны. Как будто я была сводной сестрой Золушки, пытающейся натянуть не подходящую по размеру туфельку. Я оставила попытки и решила на некоторое время отложить мечту подальше на полку. Я сделала все, что могла, и дальнейшие усилия были бы похожи на стремление проломить каменную стену.

Наступило лето. Однажды вечером, собравшись на барбекю у друзей, мы завели разговор о домах. Мой друг предложил нам поискать в их районе — вариант, который раньше нами никогда не рассматривался. Мы с Патриком несколько раз проехали по району и оба прямо-таки влюбились в один и тот же дом. Мы подали заявку на покупку, и она была принята. Мы уже с волнением предвкушали переезд, но в последний момент владелец решил не продавать дом, а сдавать его в аренду своим друзьям. Сделка снова сорвалась.

А между тем, уверенные в скором переезде, мы уже продали собственный дом и фактически жили на чемоданах. Нам нужно было освободить помещение в течение нескольких недель, а ехать было некуда. Мы проконсультировались у агента по недвижимости, и тот посоветовал «посмотреть в лицо действительности» и перебраться в квартиру. У него как раз есть одна на примете. А мы хотим просто невозможного. Такие вещи быстро не делаются, надо подождать какое-то время.

Удрученная разговором с агентом и отсутствием перспективы найти подходящий дом, я попросила Божественную волю взять дело в свои руки, раз под моим руководством все зашло в тупик. Секунду спустя я уже сидела с газетой в руках и искала раздел о недвижимости. К моему большому потрясению, на одной из страниц газеты красовался дом моей мечты именно такой, какой мы так долго искали — в викторианском стиле, нуждающийся в ремонте. Самым замечательным было то, что этот дом стоил намного

дешевле и находился всего в квартале от второго выбранного нами дома, к тому же на лучшей улице. Наш агент не мог поверить своим глазам.

Сделку покупки мы заключили буквально за пару часов. Мы въехали в новое жилище, отремонтировали его в рекордные сроки и теперь счастливо живем дружной семьей.

История с нашим домом еще раз подтвердила мудрость седьмого принципа. Когда я игнорировала его и пыталась силой воплотить мечту в реальность, это привело лишь к стрессу и напряженности. Я напрасно растратила энергию и ничего не достигла. Обратившись за помощью к седьмому принципу и скрытым силам Вселенной, я потратила еще шесть месяцев, но результат оказался просто блестящим. «Туфелька», так сказать, пришлась точно впору, и покупка прошла без сучка и задоринки.

Слава Богу, что мне не удалось получить то, что я с таким нетерпением навязывала самой себе! Вместо этого Вселенная преподнесла нам гораздо лучший нарядно упакованный подарок.

Плывите по течению

Седьмой принцип дается людям довольно нелегко. Он заставляет нас идти против собственных страхов, бороться со стремлением подчинить все своему контролю и побуждает нас передать самые сокровенные желания и мечты в руки Господа. Он призывает нас верить в то, что, несмотря на суровые препятствия, все закончится благополучно. При работе с седьмым принципом ваша вера проверяется на прочность, так же как и терпение!

Моя клиентка Салли рассказала мне о своем опыте применения седьмого принципа, когда она собиралась прийти ко мне на консультацию.

— Знаете, Соня, я проснулась сегодня утром с ощущением, что мое сокровенное желание только и ждет подходящего момента, чтобы войти в мою жизнь. Но все равно я знала, что нуждаюсь в колоссальной вере, чтобы не сбиться с пути. Вот с такими мыслями я села в машину и отправилась на встречу с вами. Когда я остановилась на красный свет, передо мной стоял автомобиль с номерным знаком «LP O'FTH»¹!

(1. Faith — (англ.) вера.)

Улыбаясь про себя подобному совпадению, я двинулась дальше, но через пару минут передо мной вырулило такси. Наверное, это было самое медленное такси в Чикаго! Я думала, что, пока буду плестись за ним в хвосте, тронусь умом. Пару раз я пыталась его обогнать, но все никак не выходило. Наконец на светофоре я смогла все-таки объехать его и на боковом стекле увидела такую надпись:

Вера разрушает самые мощные стены.

Вера помогает нам выигрывать сражения.

Второе послание окончательно меня убедило: Господь действительно советует мне расслабиться и поверить. Забавно, но благодаря этим двум знакам я твердо решила набраться терпения и веры, — смеясь, закончила Салли.

Салли сейчас стоит на пороге своей мечты, а ее вера доведет дело до конца.

Умение прощать освещает путь

Самый *верный* способ обрести необходимую веру — простить всех (в том числе и себя), кто когда-нибудь причинил вам боль или обидел. Иногда наше нежелание прощать кажется нам средством защиты от дальнейших обид, но в действительности оно еще крепче привязывает нас к боли. И до тех пор, пока мы будем направлять гнев на тех, кто причинил нам эту боль или ранил, наша непримиримость будет сковывать нас и высасывать по капле нашу энергию. Но даже самые жестокие угнетатели не смогут нас одолеть, если мы владеем силой прощения.

В прошлом году, спустя пятьдесят лет после освобождения моей матери из концентрационного лагеря, мы с моей старшей сестрой отвезли родителей в Германию снова посетить места преступлений.

Не будучи уверенной в том, что мама справится с давними болезненными воспоминаниями, я восставала против этой идеи и пыталась всех отговорить, боясь, как бы поездка не раскрыла ящик Пандоры. Хотя надо признать, причин так волноваться у меня не было. Моя мать очень духовный человек, обладающий невероятной мудростью, так что поездка не могла причинить ей вреда.

Пока мы в аэропорту в Германии грузили вещи во взятый напрокат автомобиль, мама заметила вооруженного солдата, стоящего на выходе. Глядя на него, она сказала нам: «Так странно — стоять здесь и не бояться». Солдат, заметивший, как она смотрит на него, улыбнулся. Мама улыбнулась ему в ответ.

Пока мы ехали по дороге, я видела, как на ее лице отражаются противоречивые чувства. Иногда она показывала знакомое место, но ни разу не стала вдаваться в подробности. Пару раз она вспомнила ужасные сцены, которые ей пришлось пережить, но не стала слишком долго предаваться этим мучительным, болезненным воспоминаниям.

Она рассказала, как фашисты заставили их четырнадцать дней идти пешком, без еды и воды, голодных и оборванных. Как обрили пленным головы и бросили людей в бараки, грязные и холодные. Она воскрешала в памяти эти события, рассуждая вслух.

Потом она рассказала, как солдаты выстроили пленных в одну шеренгу и расстреляли всех прямо у нее на глазах. Ей тогда было двенадцать лет. Тела убитых забросали известью. Часто мама умолкала, погружаясь в воспоминания о давних событиях. Я с трудом могла поверить, что моя мать, такая любящая и оптимистичная, прошла через ужасные боль и страдания.

К моему еще большему удивлению, мама вдруг произнесла: «Смотрите, как здесь красиво. Даже самое темное невежество не может уничтожить Божественную красоту».

Позднее, когда мы подходили к церкви, где венчались наши родители, отец вспомнил, что мама была в подвенечном платье, сшитом из парашюта. Несмотря на то, что отец принадлежал к оккупационным войскам, а мама незадолго до этого была узницей, отпраздновать их свадьбу сошелся весь город, на день забыв о вражде и ненависти. Каким-то образом горожанам удалось раздобыть лошадь и тележку, а один добрый человек даже принес с собой седло, украшенное серебром и отполированное до блеска, чтобы мои родители могли с шиком доехать до места венчания.

Как и пятьдесят лет назад, мои родители стояли на ступеньках церкви рука об руку. Вспоминая прошедшие полвека, мама сказала: «Как удивительно стоять здесь снова — свободной, вместе с семьей — и чувствовать себя такой счастливой». Печально покачав головой, она добавила: «Я прощаю их всех. Они не ведали, что творили».

Выберите отношения к старым обидам как к необходимым шагам, ведущим к заветной мечте. Успех есть не что иное, как естественный итог неудач, каждая из которых приближает вас к желанной цели.

Прислушайтесь к себе — возможно, вы устали. Вы прошли такой длинный путь, а значит, заслужили полноценный отдых. Поверьте в то, что Вселенная продолжит творить чудеса от вашего имени, а вы пока можете сделать передышку. Многие люди боятся, что если они на данном этапе остановятся и расслабятся, все их усилия окажутся напрасными. И все же, скорее всего именно это нужно вам для воплощения мечты. Мой наставник доктор Талли как-то сказал мне: «Иногда, Соня, самое эффективное, что ты можешь сделать, — не делать ничего!»

Поспешность — это голос страха. Так же как и насилие, интриги и манипулирование. Страх — это голос ложного «я», менее значительного эго, старающегося не дать вам вспомнить, что вы духовное созидательное существо. Ведь как только вам это удастся, ложное «я» лишается своей силы и власти и вынуждено уступить место Божественному духу. Страх душит любой полет творческой фантазии.

Если на данном этапе вы испытываете страх, вложите все силы в молитву. Нет необходимости упрашивать, торговаться, льстить или умолять. Пожалуйста, не делайте этого, потому что стоит вам только поддаться страху собственной непригодности и никчемности, как вы тут же будете отброшены назад. Самая эффективная на данном этапе молитва звучит так:

Божественный дух, освободи меня от страхов

И помоги мне вспомнить, кто я есть.

Если вы потеряли веру — выйдите из дому! Насладитесь природой. Постарайтесь увидеть щедрость Божественного духа в окружающем вас мире. Погуляйте среди деревьев. Вдохните влажный запах океана, озер или ручьев. Дайте глазам отдохнуть среди красоты цветов. Прислушайтесь к пению птиц. Посмотрите, сколько чудес вокруг вас.

Если вы успешно прошли все принципы с первого по шестой, молитвы превратят ваши страхи в спокойное ожидание чуда. Помните: любящая Вселенная с радостью подарит вам волшебство. Помните, что вы так же достойны чуда, как и любой другой, но Вселенная лучше вас знает, как его преподнести. Поверьте, что Господь в своей бесконечной мудрости лучше вас сумеет воплотить ваше сокровенное желание.

Один мой клиент по имени Дэниэл безуспешно боролся с седьмым принципом. Он был актером и считал, что Вселенная слишком долго заставляет его ждать воплощения сокровенной мечты — стабильной карьеры. Он очень злился по этому поводу. Дэниэл следовал всем правилам, вложил все силы и энергию в принципы созидания, делал все, как следует, а его карьера по-прежнему оставалась весьма шаткой, и ему приходилось работать официантом, чтобы хоть как-то оплачивать счета.

— Когда же придет моя очередь? — спрашивал он меня пятый год подряд на очередной консультации. — У меня такое ощущение, что это еще один повтор прошлогоднего фильма.

— Еще не пришло время, Дэниэл, — отвечала я. — Подожди несколько лет.

— К тому времени я уже буду стариком, — отшучивался Дэниэл. — И буду участвовать в воскресных спектаклях в доме престарелых.

Разочарованный, но старающийся бодриться. Дэниэл возвращался в ресторан и продолжал ждать.

Однажды он позвонил мне и срывающимся от волнения голосом закричал: «Соня, ты не представляешь, какое удивительное предложение мне сделали! Недавно я был в Лондоне и принял участие в отборе, который мне рекомендовал мой агент. До сих пор не могу поверить, но меня взяли на главную роль — стареющего официанта!» Дэниэл готовился через пару недель переезжать в Лондон и начинать репетировать спектакль.

Это был его первый серьезный прорыв после нескольких лет бесплодных попыток. Вселенная постоянно трудилась, и в итоге все важные элементы соединились в идеальном варианте. С тех пор прошло три года, и Дэниэл постоянно занят в спектаклях. В его случае и возраст, и работа официантом стали необходимыми шагами к достижению мечты!

Вселенная готова тогда, когда готовы вы

Джино, мой любимый клиент, работал полицейским. Он был чрезвычайно увлечен духовным развитием — тоннами глотал книги по метафизике, посещал все семинары по самосовершенствованию, какие только мог найти, медитировал и даже ходил по огню. Джино был прекрасно знаком с принципами созидания.

Его сокровенным желанием было изменить мир, а в частности — полицейское управление. Проработав в полиции двадцать лет, он был не понаслышке знаком с проблемой грубого поведения многих своих коллег. Он чувствовал, что большинство полицейских, вовлеченных в разные неприятные истории, не осознавали своей истинной духовной сущности и работали из страха и невероятно раздутого самолюбия.

Джино мечтал разработать план по обучению офицеров борьбе со страхами при помощи медитации, тестов на физическую выносливость и духовного развития. Он долго и упорно трудился над планами, пока полностью не усовершенствовал обучающую программу, созданную специально для офицеров полиции, чтобы помочь им побороть собственные страхи и работать от чистого сердца и из истинной любви. Джино был на двести процентов уверен, что эта программа и есть его сокровенное желание.

К большому сожалению, кроме него, в это никто не верил. Джино пытался заинтересовать программой свое руководство, но безрезультатно. Он пробовал обратиться к мэру, но его даже не стали слушать. Он снова и снова совершенствовал программу, пытаясь максимально снизить ее стоимость. И снова неудача.

Он молился. Медитировал. Воображал. Готовился. Любил. Но никому не было до этого дела. Неудача следовала за неудачей.

Два года Джино боролся за свою мечту. В конечном счете, не выдержав, он все бросил. «Да пропади оно пропадом! — в сердцах воскликнул Джино. — Я предлагаю свои услуги, а они никому не нужны».

Эмоционально опустошенный, Джино признал себя побежденным и решил заняться чем-нибудь другим, найти новые интересы. Он купил мотоцикл, новый дом и стал жить для себя. Постепенно разочарование и боль утихли; Джино с удовольствием обустроивал жилище, а поездки на мотоцикле дарили ему ощущение свободы и безграничных возможностей. Он завел новых друзей, которых ему не было нужды спасать.

Благодаря произошедшим переменам Джино обрел внутреннее спокойствие и умиротворение. Он заявлял: «Я больше не завишу от других».

Представьте удивление Джино, когда по прошествии более двух лет с того дня, как он впервые предложил свою программу, ему позвонили из офиса мэра и попросили о встрече для обсуждения его проекта. В настоящий момент они были крайне заинтересованы в разработанном курсе!

Джино был на седьмом небе от счастья.

Оглядываясь назад, он понимал, что, стремясь избавить своих коллег-офицеров от эгоизма и самовлюбленности, он был ничем не лучше их. В самом деле, он хотел в одиночку «спасти полицию» и был убежден, что справится. Двухлетний период ожидания научил его усмирять свое эго и любить себя и собственную жизнь. Теперь в основе его взглядов лежали истинная любовь и честность, а не потребность спасти окружающих.

Джино добросовестно проработал седьмой принцип. Это принцип верности и преданности результатам. Он означает, что вы должны отойти в сторонку, позволить Вселенной на собственный лад творить чудеса и помнить, что ее чудо всегда лучше вашего. Седьмой принцип учит нас тому, что Вселенная лучше нас знает, когда то или иное чудо должно войти в нашу жизнь. Так же как любому цветку требуется определенное время на созревание и цветение в ту или иную пору года, так и наши мечты должны созреть и распуститься «в пору». Осознайте, что ваши возможности ограничены, пусть процессом займется высшая сила.

Седьмой принцип проповедует терпение, а это крайне сложная задача в мире, где царствует сиюминутное наслаждение. Этот принцип — учитель времени. Он призывает вас перенести сознание из головы, где вы настаиваете на немедленном свершении своей мечты, в сердце. Тогда вы сможете плыть вместе с Божественным потоком. Сердце — это вместилище вашей души, оно — а не разум — способно терпеливо ждать Провидения.

Если вам не хватает терпения и веры, попробуйте произносить эту молитву, которой меня научила моя мать:

Божественный дух, возьми меня с собой к моей цели.

После этого расслабьтесь и передохните. Помните, что за кулисами над вашей мечтой работают, даже если вы не в состоянии контролировать этого. Именно теперь вы и переходите от знания к мудрости.

Терпение и вера — два серьезных испытания для человеческой души. Намного проще руководствоваться тем, что сообщают нам пять органов чувств, ведь гораздо легче

поверить в то, что мы видим, слышим, осязаем, обоняем или если пробуем реальность наших желаний на вкус.

Но разве тем, что сообщают нам органы чувств, и ограничивается все сущее? Маловероятно, особенно учитывая тот факт, что информация от органов чувств, как правило, неточна и недостоверна. Лучше видеть внутренним зрением, чем глазами. Лучше слышать свою интуицию, чем мнения окружающих. Лучше черпать силы из глубоких богатых запасов энергии, чем руководствоваться поверхностным пониманием вещей.

Седьмой принцип призывает вас к вере, но к вере не слепой и не наивной. Настройте свое сознание на Божественный поток творческого воображения и почувствуйте, как Господь пропускает через вас свою незримую, но мощную силу. Успокойте разум медитацией и молитвой. Переместите сознание в сердце. Позвольте себе роскошь веры в то, что Божественный дух любит вас и трудится от вашего имени. Даже если вы отдыхаете, мотор созидательного движения прилежно работает за кулисами.

Если вам приходится пройти испытание на терпение, примите его с благодарностью. Это знак того, что вы очень близки к сокровенной мечте. Могу вам гарантировать: ожидание стоит того. В нужный момент фишки домино лягут на свои места как по волшебству — вселенскому волшебству.

В седьмом принципе заключено истинное могущество. Обладая верой и терпением, вы вызываете к жизни творческие силы, и ваша мечта рождается легко и свободно. Это называется творческим отказом — полным творческим отказом.

То, от чего вы отказываетесь, есть иллюзия, мешающая осуществлению вашей мечты, заблуждение, что вы не можете иметь всего, чего захотите. Вы отказываетесь от предрассудков, что мечты даются потом и кровью, что это сражение должно быть болезненным и драматичным, что существуют силы, стоящие на пути к вашей цели, или что вас постигнет неудача. Вы отказываетесь от позиции «я против всего света»; это взгляд сквозь призму вашего эго, ложного «я», — взгляд, который держит вас в страхе и сомнениях.

Когда вы отказываетесь от всего этого, помня о своей Божественной душе, своей неразрывной связи с Господом, вы ощущаете, как перед вами раскрывается вся его милость и щедрость; вы неотделимы от него, как лучи неотделимы от солнца.

Вы канал, а не источник

На семинарах, посвященных сокровенному желанию, я иллюстрирую идею веры, ставя посередине комнаты обычную лампу. Пытаться руководствоваться исключительно собственной волей — все равно что зажечь лампу, не включив ее в розетку. Во-первых, вам это не удастся. Во-вторых, вы только устанете от бесполезных попыток. И в-третьих, глупо не знать, что, только вставив вилку в розетку, вы сможете зажечь лампу!

И мы ничем не отличаемся от лампы. Нас поддерживает и питает Высший Источник. Мы дышим и живем благодаря энергии Вселенной. Она позволяет нам творить. Этот вселенский источник жизненной силы и есть Божественный дух.

Если мы помним, что являемся частью воплощенного Божественного духа и что в нашем распоряжении находится энергия Вселенной — надо просто «подключиться» к вере.

Тогда мы понимаем, что нам уже доступна вся сила Вселенной. Нам не нужно управлять этой силой — просто впустите ее в себя.

Люди борются с верой потому, что забывают о своей Божественной сущности. Когда мы перестаем помнить о духовной природе и подчиняемся собственному эго, то отдаем себя на растерзание страхам, волнениям и неуверенности, ведь эго — не наше истинное «я», и оно не может контролировать наши действия.

Суть седьмого принципа — осознание того, кто мы есть в действительности. Как только вы достигнете этого уровня, страх больше не будет управлять вами, а в душе воцарится доверие. Если искать веру глазами души, она придет так же легко, как дыхание.

Терпение — как парадная дверь к вере. Если вы подошли к этой двери, помните, что вы идете навстречу вашей мечте и Вселенной, но пока еще не встретились с ними. Радуйтесь, что вы дошли до этой точки! Это означает, что свою работу вы сделали как надо, а ваша мечта вот-вот появится на свет.

Седьмой принцип говорит, что впереди вас еще ждет работа, но ее следует выполнять, веря в то, что ваша мечта скоро найдет вас. Он напоминает вам, что сила, намного более могущественная, чем ваша, — скрытая сила Вселенной — от вашего имени наводит идеальный порядок.

А сейчас настало время перейти к применению седьмого принципа.

Применение седьмого принципа

Создание волшебной коробки

Ваши желания и мечты священны, поскольку они зарождаются в глубине вашего сокровенного «я», вашей души. Я предлагаю вам ритуал, который проиллюстрирует преданность вашей души мечте и который с начала времен практикуется всеми религиями по всему миру.

Этому ритуалу меня обучила моя подруга — наставница и шаман Лу Энн Глацмайер. Он включает в себя все, чем вы уже овладели, и вашу готовность вложить собственную волю в руки Господа. Лу Энн показала мне, как создавать алхимическую коробку. Алхимия означает превращение, преобразование, и эта коробочка преобразует вашу энергию в реальность.

Создание алхимической коробки — довольно увлекательное занятие, стимулирующее творческую энергию. Оно требует некоторого времени и определенной подготовки, при этом каждое действие выражает ваше решение поддержать сокровенное желание с помощью магии. Не беспокойтесь о нехватке времени. Каждый шаг вполне осуществим. Вы достигнете результата, в течение недели посвящая этой деятельности десять-пятнадцать минут в день.

Позвольте мне показать как.

Этап первый

Вам понадобится коробка с крышкой. Для нашей цели отлично подойдут коробка из-под обуви, печенье или шляпная картонка. Подходящие ящики можно найти на почте

и в центре доставки. А вот плоские коробки для рубашек или другие упаковки совершенно не годятся. Поищите в гардеробе или кухонных шкафах — возможно, там вас ждет идеальная коробка.

Теперь вам понадобятся ножницы, клей, обрезки красивой ткани или бумага для оригами, чтобы украшать коробку, а также предметы, которые вы будете складывать в нее для создания магической энергии. Внимательно ищите предметы, воплощающие вашу мечту. Скорее всего, они будут попадаться на каждом шагу. Например, вы получите открытку или увидите фотографию на обложке журнала, идеально воплощающие сокровенное желание.

Как только вы начнете создавать алхимическую коробку, Вселенная с воодушевлением станет подбрасывать вам материалы и идеи. Эта стадия весьма напоминает охоту за сокровищами, а сердце и духовные наставники помогут вам отыскать множество изумительных вещей. Потратьте на собирание как минимум неделю.

Храните все найденные сокровища в особом укромном месте.

Вот что может вам пригодиться:

- священные изображения (ангелы, святые, Будда, меноры, звезды Давида...);
- изображения животных (львы, лошади, собаки, олени...) и птиц;
- фотографии мест, которые вы бы хотели посетить;
- фотографии людей, которые выглядят так же, как те, с кем вы бы хотели встретиться;
- изображения инструментов для творчества, которыми вы бы хотели пользоваться (кисти для рисования, кинокамера, пишущая машинка, садовничьи или музыкальные инструменты...);
- фотографии людей, работающих в тех же областях, в которых хотели бы работать вы.

Можно вырезать картинки из журналов, собирать открытки, делать копии с карт таро, а лучше всего — рисовать самим.

Еще один замечательный источник украшений для алхимической коробки — местный магазин игрушек или открыток, где продаются наклейки. Там вы сможете выбрать из сотен изображений именно те, что воплощают ваше желание, например:

сердца	ангелы
дома	феи
обозначение фунта	звезды
музыкальные инструменты	цветы
шляпки и платья	животные

Коробку можно украсить наклейками и внутри, и снаружи. Сделайте коллаж из слов и прикрепите его к коробке. В качестве украшений можно использовать также бижутерию, стразы и разноцветные салфетки.

Найдите свою фотографию, где вы запечатлены в самый счастливый момент, и прикрепите ее на внутреннюю поверхность крышки. А рядом, если захотите, приклейте маленькое зеркальце, чтобы видеть, кто вы есть и к чему стремитесь.

В магазине товаров для рукоделия вы найдете массу замечательных материалов — сверкающий клей, яркую тесьму, блестки, стразы и конфетти, которыми можно расклеить коробку изнутри.

Но создание алхимической коробки не должно ограничиваться ее украшением. Для увеличения ее магической силы складывайте в нее различные предметы, например:

- сухую лаванду и розы (для спокойствия и любви);
- высушенный кедр (для поддержки и стабильности);
- религиозные и метафизические талисманы (для духовного просветления; это четки, маленькие изображения Будды, Христа, меноры, звезды Давида, изображения священных животных);
- символические изображения ваших желаний (куколки, игрушечные домики, деньги, сердечки);
- ароматические вещества для усиления ощущения священного и божественного (ладан, камедь, мирр, бензойная смола);
- смесь масел для создания особого аромата;
- монеты, фотографии, обручальные кольца — все, что воплощает вашу мечту.

Вот некоторые идеи моих клиентов:

- деньги, настоящие или игрушечные, если вы стремитесь к богатству;
- маленькая пластмассовая куколка, если вы хотите ребенка;
- игрушечный автомобиль, если вы хотите новую машину;
- маленькие книги, если вы хотите продолжить образование;
- маленькие фигурки жениха и невесты, если стремитесь к браку;
- миниатюрные изображения солнца, если вы хотите здоровья и жизненной силы.

Этап второй

На втором этапе вы приступаете к оформлению и заполнению алхимической коробки. На это уходит, как правило, два-три часа. Это занятие — отличная альтернатива телевидению или телефонным беседам, обогащающая вас жизненной силой и энергией, поэтому планировать его следует тщательно и заранее.

На данном этапе нельзя торопиться; не приступайте, пока не будете окончательно готовы. Есть определенная польза в радостном ожидании и в подготовке к работе.

Очень помогает мягкая успокаивающая музыка, обязательно отключите телевизор и телефон и позаботьтесь о том, чтобы ничто не отвлекало вас от создания алхимической коробки.

Прежде чем приступать к украшению, соберите все подготовленные материалы. Идеальный способ красиво оформить поверхность коробки — цветные салфетки и клей. Вы можете выбирать любые понравившиеся цвета, а клей наносить поверху, как краску. Еще один вариант — обклеить коробку изображениями сокровенного желанья, вырезанными из журналов или книг.

Закончив украшать саму коробку, положите в нее все магические талисманы, а также лаванду, розы, кусочки кедра, ладан и прочее. (В своей алхимической коробке я храню хрустальную синюю птичку на счастье, египетские монеты, камушки из Индии, хрусталь из Седоны, красные перья для силы, белую свечу для вдохновения, шоколадку для сладости и благоденствия, карту таро «Шут» для неожиданностей и сюрпризов, домик из игры «Монополия» для безопасности жилища — это лишь некоторые из предметов.)

Станьте на какое-то время ребенком, с упоением перебирающим свои игрушки.

Положитесь на собственное воображение — оно подбросит вам подходящие и вдохновляющие образы. Синхронность обязательно сыграет свою роль, и то, в чем вы нуждаетесь, само всплывет в сознании. Пусть эта деятельность станет трехмерным отражением того, над чем работает ваша душа. Обратите внимание на возникающие в процессе работы эмоции. Почувствуйте, как вы вдыхаете жизнь в свою заветную мечту. Создание алхимической коробки вбирает в себя все, над чем вы трудились, осваивая принципы с первого по седьмой. Оно воплощает сосредоточенность, доверие, воображение, преданность, интуицию и любовь. Пусть второй этап принесет вашей душе умиротворение и спокойствие и пробудит созидательный дух.

Этап третий

Завершив работу над созданием алхимической коробки для хранения самых сокровенных желаний, вы подошли к третьему этапу. Вам потребуются ножницы и несколько листов красивой бумаги, например японской для оригами. Разрежьте лист на четыре части. На каждой из них напишите, чего желает ваше сердце. Перечислите столько желаний, за сколько вы сможете нести ответственность.

Затем один за другим складывайте листочки с желаниями в коробку, проговаривая следующую молитву:

Божественный отец, Божественная мать

Отдаю свою мечту в ваши священные руки

И с уверенностью ожидаю

Вашего щедрого решения.

Сложив свои мечты в «священный сосуд», закройте крышку и спрячьте коробку в надежном месте, где ее никто не потревожит.

Некоторые клиенты признавались, что, проникшись интересом и воодушевлением к самой идее, они не могли найти достаточно сильного стимула, чтобы сделать хотя бы один шаг к ее воплощению. Это вполне объяснимо, ведь мир, в котором мы живем, называет творчество и игры «глупостью» и «потерей времени». Если вы заметили, что ваша творческая энергия наталкивается на препятствия, попросите своих друга или детей присоединиться к вам и поработать вместе. Вы удивитесь, с какой готовностью люди будут соглашаться принять участие в волшебстве.

Если идея самостоятельного оформления коробки вам не нравится, купите уже готовую. Может быть, даже у вас дома найдется такая. Оглянитесь — коробка из-под печенья, драгоценностей, сигар, шляпная картонка. Если дома нужной не отыщется, вы всегда

можете купить то, что придется по душе. Ну а если уж и это вам не по силам, вот мой совет: возьмите большой конверт, украсьте его и используйте в качестве священного сосуда. Такой вариант сработает не хуже предыдущих. В конце концов, магической силой обладает не коробка (или конверт), а целенаправленное их использование.

Игровой компонент крайне важен для воплощения мечты, но играйте так, как вам удобно. Любой ваш выбор имеет одинаковую силу, если только вы передаете свои сокровенные мечты в любящие руки Вселенной.

Медитация

Сядьте на удобный стул, выпрямив спину и поставив ступни на пол. Закройте глаза, дышите ровно и спокойно.

Представьте, что ваши ступни превращаются в корни, уходящие глубоко под землю. Вообразите, как с каждым выдохом вы превращаетесь в красивое сильное дерево.

Представьте, что своими мощными корнями вы глубоко и прочно вошли в землю. Любящая энергия земли поддерживает и питает вас.

Почувствуйте, как по вашему телу разливается жизненная сила земли, начиная со ступней и поднимаясь все выше и выше, по рукам достигая сердца, потом — головы и устремляясь вверх, в бескрайнюю Вселенную.

При выдохе представляйте, как все тревоги и отчаяние через корни поглощаются землей. С каждым вдохом вы впитываете любовь и поддержку.

Не пытайтесь руководствоваться собственной волей. Помните: вы — часть Божественного замысла и о вас и вашей мечте заботятся.

Сделайте еще несколько расслабленных вдохов и, когда будете готовы, медленно откройте глаза.

Повторение

Закончив ритуал создания волшебной коробки, переходите к восьмому принципу. Если у вас возникли трудности, вернитесь к шестому и седьмому принципам и повторите их.

Принцип восьмой

Заявите о своей мечте

Переходя от принципа к принципу, вы начинаете осознавать, что процесс творческого воплощения очень логичен. Следуя всем указаниям, вы шаг за шагом продвигаетесь вперед, претворяя свои мечты в реальность. Привычная завеса сентиментальности начинает приподниматься, и вы понимаете, что в жизни можно реализовать абсолютно любое желание, надо только позволить Божественной энергии наполнить вас.

Первый, второй и третий принципы помогли вам осознать, что определение сокровенного желания — крайне важное начало и что намного легче действовать по велению сердца, а не от страха. Кроме того, вы поняли, что одним желанием ничего добиться нельзя.

Четвертый, пятый и шестой принципы учат нас, что желание само по себе, без ясности, организации и регулярных усилий, так и останется в бездействии. Прорабатывая предложенные принципы, вы начинаете преобразовывать желание в заряженное энергией намерение.

Первые три принципа работают в эмоциональной плоскости, вторые три — в интеллектуальной. Последние три принципа связаны с высвобождением энергии в физическую плоскость, где вы сможете насладиться своим творением.

Каждая цель, каждое желание проходят творческий путь, весьма схожий с нашим физическим развитием. Так же, как и вы, мечта начинается с идеи-семени, изначально обладающей потенциалом выражения. Как и вы, желание начинает аккумулировать энергию, приобретать форму и размер. Как только оно принимает окончательную форму, то заявляет о своем стремлении выйти наружу, как когда-то сделали и вы. В каждой мечте бьется свое сердце, и она заставляет ваш выбор и действия поддерживать себя. Каждое творение проходит свой эволюционный путь, свои сроки и погибает, если его силой принуждают к появлению раньше, чем оно готово родиться.

Наконец наступает момент, когда ваша мечта появляется на свет, чтобы занять свое место в физическом мире. А средство, которое перенесет вашу мечту из интеллектуальной плоскости в физическую, находится в буквальном смысле слова у вас под носом. Восьмой принцип изящно и просто сформулирован в Книге Бытия: «В начале было слово».

Этот принцип заявляет о вашей самой мощной силе — силе творить при помощи слова. Бог создал Вселенную при помощи слов: «Да будет свет!» Иисус посредством слов творил чудеса: «Скажи только слово, и исцелишься». Моисея Бог наделил властью при помощи слов — десяти заповедей, — чтобы вывести свой народ из рабства.

Слова способны на многое, они создают все, поскольку являются воплощением мысли. Они отражают все, на чем вы сосредотачиваетесь, во что верите. Они раскрывают вашу преданность, убеждения и проявляемый энтузиазм. Слова — это наполненное энергией вещество, проводящее вселенский дух и формирующее ваш физический опыт.

Слова, которые мы выбираем, запрограммированы наделять жизненной силой все, что бы они ни выражали. Как вы говорите, так и чувствуете, хотите вы того или нет. Ваши слова служат проводником энергии от психического к физическому выражению. Они и в самом деле волшебная палочка созидания.

К сожалению, вы, скорее всего, не осознаете этой силы, а потому не особо заботитесь о том, что создаете. Но правда состоит в том, что — известно вам это или нет, верите вы этому или нет — вы Божественное духовное существо и в качестве такового являетесь творцом своей жизни на земле. Возможно, вы пока еще не слишком успешный творец, потому что не научились соизмерять жизненную силу с собственными желаниями, но ведь все равно *творец*. Вне всякого сомнения!

Восьмой принцип учит вас владеть Божественной созидательной силой и нести полную ответственность за ее использование. Если вы владеете своими словами, значит, вы признаете себя существом света, созданным по образу и подобию Божьему. Данный

принцип раскрывает истину, которую проповедовал Иисус, вопрошавший: «Или не знаете вы, что вы чада Божьи?»

Восьмой принцип — это секрет исправления допущенных ошибок. Он мгновенно обнаруживает способ создания четкого беспрепятственного выражения истины — ваших желаний — здесь на земле. Если ваши слова, как семена, в беспорядке разбрасываются вокруг, во всех направлениях, тогда заложенная в них энергия окажется слабой и недееспособной, умрет и никогда не вырастет в ваши мечты. Но если вы будете тщательно, с любовью выбирать слова, специально создавая мечту, они воплотят сокровенное желание прямо на ваших изумленных глазах — в особенности если эти слова произносятся с ясным намерением и преданностью. Иначе говоря, ваше слово — закон.

Первой созидательную силу слов открыла мне мать. Она рассказала, что Господь подарил нам невероятную власть создавать все, что угодно, посредством слова. Если мы вложим в слова всю энергию, без всяких колебаний, тогда они обязательно сбудутся. Главное — говорить, отбросив сомнения.

Идея показалась мне весьма заманчивой, она открывала передо мной огромный мир новых возможностей. Я снова и снова испытывала этот принцип на практике. Тогда, в тринадцать лет, я твердо убедилась в его истинности.

Однажды на Рождество я смотрела телевизор и случайно натолкнулась на рекламу местной станции. По Денверу ездил Санта и искал тех, у кого в окне было написано: «С Рождеством, Санта». Если вы вывесите такую надпись и ее заметит Санта, он дарит вам огромный цветной телевизор.

Для тринадцатилетнего подростка из весьма небогатой семьи идея выиграть цветной телевизор казалась фантастической. Я решила использовать всю свою энергию и силу слова, чтобы заполучить этот приз. На большом куске картона я написала: «С Рождеством, Санта. С любовью. Соня» — и громко повторяла: «Санта, приди ко мне домой *сейчас*». Прикрепляя картон на окно, я вкладывала в слова всю силу и энергию.

Я пребывала в невероятном возбуждении, поскольку была абсолютно уверена в приходе Санта Клауса. Мои братья и сестры с удивлением наблюдали за моими действиями.

— Ты считаешь, что тебе удастся выиграть? — спросила меня Ноэль — моя сестра.

— Попомни мои слова, — ответила я (так все время повторяла мама). — Этот телевизор будет мой. Санта обязательно придет!

Все это происходило в четверг вечером. В пятницу после школы я вернулась домой и застала маму в сильном волнении.

— Ты не поверишь, что сегодня случилось, — начала она, улыбаясь.

— Что, что? — закричала я.

— Без пятнадцати восемь, только-только ты ушла в школу, в дверь позвонили. Я открываю — в халате и без макияжа, — а за дверью телекамера, и Санта Клаус протягивает мне совершенно новый телевизор! Я чуть не умерла от смущения. Так что в гостиной тебя ждет подарок от Санта Клауса, а в вечерних новостях будут показывать меня в халате!

Я завизжала от восторга. Меньше чем за сутки, воспользовавшись силой слова, я получила телевизор от Санта Клауса.

Этот случай стал моим рождественским чудом и во многом изменил мою жизнь. Новенький телевизор послужил убедительным доказательством мощной силы слова. Однако вскоре я осознала, что у каждой медали есть вторая сторона.

Помню один случай, который приключился со мной в пору моего подросткового бунтарства и непокорности. Я вознамерилась в пятницу вечером погулять по центру города вместе с подругами, но мама категорически запретила мне выходить из дома. Я разозлилась, а потом решила солгать, сказав, что уйду сидеть с ребенком. Я знала, что игнорирую не только восьмой принцип, но и маму, но полагала, что все обойдется.

Мы встретились с подругами на углу и отправились в центр. Хитом вечера стало катание вверх-вниз на лифтах в отеле «Хилтон». (Не спрашивайте почему — мы были подростками!) И весь вечер я говорила подругам, что солгала, чтобы выбраться из дома, что мне стыдно и будет просто ужасно, если мама застанет меня здесь.

Мои переживания портили все удовольствие, и подруги в итоге принялись меня дразнить. Скоро мое положение стало темой такого количества глупых шуток, что я присоединилась к их насмешкам. Мы придумывали забавные сценарии того, как в лифте меня застает мама, после чего разражались истерическим хохотом.

Подруги успокаивали меня: «Да не волнуйся ты! Твоя мама *никогда* не придет сюда. Ты просто параноик!»

Едва прозвучали эти слова, как лифт опустился на первый этаж, двери раскрылись... Прямо перед лифтом стояла...

«О Господи! Нет!»...моя мама.

Мы вскрикнули от неожиданности. Моя подруга Сью попыталась спрятать меня, нажав на кнопку «заккрыть», но было слишком поздно. Мама, потрясенная не меньше, чем я, вытащила меня из кабины. Хуже того, двери лифта стали закрываться и зажали ее, так что она еще больше рассердилась и разозлилась.

Я была обречена.

— Ладно, народ, мне надо идти, — сказала я, выходя из лифта на свои похороны.

Выслушав самую длинную лекцию, которую только может прочитать рассерженная мама, я собралась с духом и спросила: «Кстати, мам, а ты-то сама что делала в отеле?» «Сердце велело мне пойти сюда», — ответила мама.

Мысленно я сказала себе: «Не сердце велело тебе пойти сюда, а я, два часа болтая своим длинным языком, как боюсь встретить тебя». Это был восьмой принцип в действии.

В тот вечер я многое узнала о созидательной силе слова. Никогда не говорите о том, с чем вы не имеете желания сталкиваться в действительности. (И никогда не пытайтесь обмануть маму.)

Этот случай оставил во мне неизгладимый след. С того момента я начала обращать внимание на связь между тем, что люди говорят, и что они испытывают, снова и снова убеждаясь в логичности и последовательности восьмого принципа. Если поначалу во мне и жили какие-то сомнения, с годами от них не осталось ни малейшего следа.

Кстати сказать, действие восьмого принципа легче всего поддается проверке. Мы, как боги, разговаривающие во сне, используем силу слов совершенно неосознанно и по большей части против себя самих. Думаю, китайцы были хорошо об этом осведомлены, поэтому и говорили: «Будь осторожен, когда просишь. Ведь ты можешь это получить». Уверена, слово «можешь» здесь не совсем уместно. Вы *обязательно* это получите. Это непреложный закон.

Я часто наблюдала, как люди, неразумно используя силу слова, навлекают на себя кошмарные события и ощущения. Они заикливаются на вещах, которых боятся и не хотят видеть в своей жизни. Они рисуют худшие сценарии. Без конца жалуются на разочарование и несчастья. Они слабохарактерны, бесчестны и повторяют слова других, вместо того чтобы прислушиваться к собственным сокровенным желаниям. Они погрязли в тоске, жалостливых стенаниях, изнывают от страха и уныния. А восьмой принцип без проблем воплощает все это в реальность — вот вам и чудовищный опыт.

Моя клиентка Луис, преподавательница живописи в очень большой государственной школе, пришла ко мне на консультацию, потому что директор школы совершенно не поддерживал ее, считая ее работу ненужной и неважной. Борьба между ними вымотала Луис до такой степени, что ей уже была ненавистна сама мысль о том, что надо каждое утро вставать и отправляться в школу.

Во время нашей беседы Луис не меньше десяти раз повторила: «Я терпеть не могу этого директора. Он просто как боль в шее».

В итоге выяснилось, что женщина страдает хроническими болями в области шеи и плеч.

Том, только что принятый на работу рекламным агентом, пришел на консультацию, потому что ему было очень сложно приспособиться к высокому уровню конкуренции и он постоянно боялся потерять свое место. По характеру Том был совсем не агрессивен, как того и требовала компания.

«Просто не перевариваю конкуренцию», — жаловался Том, поедая конфеты. Он страдал хронической язвой и острыми болями в кишечнике.

Надин, мать шестерых детей, всю свою жизнь посвятила их воспитанию. Она пришла на консультацию, после того как последний ее ребенок переехал из Канзаса на Восточное побережье.

«У меня прямо сердце разрывается, как подумаю, что уезжает мой последний ребенок, — со вздохом произнесла Надин. — Но я рада за дочь».

Четыре месяца спустя у Надин случился сердечный приступ.

Закон сработал, все три клиента страдали от буквального воплощения своих слов. Слова — как солдаты-пехотинцы вашей армии, точно и беспрекословно выполняющие ваши приказы.

Второй принцип научил вас, что подсознание создает то, на чем вы сосредотачиваетесь. Используя восьмой принцип, вы открываете миру то, на чем сконцентрированы, и отдаете приказ Вселенной сотворить это для вас. Божественный дух в своей безграничной любви наделил вас возможностью и свободой создавать все, что вы выбираете. Хорошее или плохое — не имеет значения. Созидание начинается с мысли и завершается словами, и это относится ко всему, *независимо от цели*.

Самое удивительное то, что создавать в реальности болезни, разочарование и бедность намного сложнее и напряженнее, чем успех. Постоянные мысли о неудачах и провалах иссушают и выжигают душу. Представление страданий требует напряженной эмоциональной работы. На оживление старых обид и боли затрачивается слишком много энергии. Игнорирование внутреннего голоса приводит к бесплодной борьбе. Жить в страхе невыносимо.

Когда ваши слова постоянно источают подобного рода отрицательную энергию, это утомляет и плохо сказывается на здоровье. Слова, порожденные негативно настроенным сознанием, подобны бомбе, сброшенной на сердце и разрывающей его на мелкие кусочки.

Поймите, куда как проще направить эту силу на то, что вы *любите*. Даже если вы израсходуете всего половину энергии, которую вы затратили на создание проблем, вы все равно «обречены» на успех, потому что любовь во сто крат увеличивает усилия.

Вся прелесть принципов созидания заключается в том, что они могут работать как в одном направлении, так и в другом. Скажите, чего вы хотите. Громко заявите об этом Вселенной. Напевайте о своем желании во время работы. Прокричите о нем с вершины высокой горы. Тихо размышляйте о нем в молитвах.

Однажды моя клиентка рассказала мне вот такую историю. Она посещала семинар, посвященный преуспеванию, и вот как-то раз инструктор встала посередине комнаты и подняла вверх долларовую купюру.

— Эта купюра, — сказала она, — достанется тому, у кого оплачены абсолютно все счета.

Человек восемь подняли руки, и каждый из них получил по долларовой купюре. После этого инструктор взяла пятидолларовую банкноту.

— Те, у кого оплачены счета и имеются сбережения в банке, получают еще по пять долларов.

На сей раз руки подняли только пять человек. Затем инструктор показала участникам сто долларов.

— Эти сто долларов достанутся тому, кто обладает особым качеством. Только я не буду уточнять, что это за качество. Подумайте сами, и тот, у кого оно есть, станет обладателем ста долларов.

В комнате воцарилась тишина, все присутствующие пытались определить, о каком качестве идет речь. Они недоуменно смотрели друг на друга, надеясь отыскать подсказку.

Наконец одна женщина резко вскочила и заявила:

— У меня есть особое качество! Эти деньги мои! Она подошла к инструктору, которая с улыбкой отдала ей деньги. Участники удивленно смотрели на нее, ожидая объяснений. — Не хотите назвать нам свое особое качество? — спросила инструктор.

— Мужество забрать деньги себе! — ответила женщина.

Это наглядный пример уверенности в своей мечте. Уверены ли вы в своей? Если да, то она достанется вам так же легко, как сто долларов — женщине из рассказанной выше истории. Все, что ей нужно было сделать, — протянуть руку и сказать: «Это мое!»

Звучит довольно просто, однако мало кто осмеливается претендовать на то, что и так принадлежит ему. Те же, кто имеет достаточно мужества, заряжаются особой формой энергии. Имя ей — *убежденность*,

В процессе изучения каббалы и древа жизни я узнала, что слова, произносимые с убежденностью, превращаются в магниты и притягивают к говорящему все, что он сообщил Вселенной. Когда в ваших словах звучит уверенность, эта сила притяжения усиливается в тысячекратном размере.

Убежденность притягивает ваши желания. Уверенность направляет их прямо к вам. Слова, сказанные с убежденностью, передают вашу Божественную силу. И «Если Господь с вами, кто против вас? Нет силы могущественнее, чем Господь».

«Я есть» — это закон

Два самых могущественных слова в нашем лексиконе — это слова «я есть». Древнее еврейское имя Бога — Яхве — дословно можно перевести как «Я есть то, что есть». Созидая от имени Бога, используя слова «я есть», вы заставляете целую Вселенную подчиниться себе. Произнося эти два простых слова, вы наделяете их невероятной силой и энергией, и можете быть уверены: то, что вы просите, *непрерывно* сбудется. Поэтому никогда не говорите вслух о своих ограничениях, иначе никогда не избавитесь от них — слова «я есть» являются самым могущественным обозначением обладания.

Если вы будете об этом помнить, то сможете задействовать весь свой потенциал и воплотить его в материальную форму. Мой наставник Чарли Гудман научил меня потрясающему способу реализовать заложенный потенциал посредством слов «я есть»:

— Чего бы ты ни хотела, притворись, что уже получила это.

Я последовала совету Чарли и представила, что «я медиум». И спустя двадцать пять лет могу с уверенностью утверждать, что я *действительно* медиум. Во весь голос заявите о том, кто вы есть. Помните о Божественной истине. Откройте свое сердце, и пусть весь мир услышит: «Я есть тот, кто я есть».

«Я артист».

«Я любим».

«Я богат».

«Я красива».

«Я в безопасности».

«Я творческая личность».

«Я прекрасна такая, какая есть».

Когда вы говорите «я есть» — это правда

Известно ли вам, что Вселенная не позволит вам быть никем иным, кроме вас самих, а поэтому уважает вашу созидательную силу? Это истинная правда, которая зачастую доставляет некоторые неудобства.

Ваши слова когда-нибудь возвращались к вам бумерангом, чтобы мучить и терзать вас? Вас никогда не ловили на маленькой невинной лжи? А может, на серьезном обмане? Скорее всего, поскольку, если вы хотите, чтобы в ложь поверили, надо лгать убедительно. А как вам известно, слова, произнесенные с убеждением, обладают *созидательной силой*.

Вселенная не делает различий между правдой и ложью. Каждое слово для нее не более чем отданная команда, запрограммированная на привлечение к вам соответствующей физической формы. Именно об этом я узнала, когда мама поймала меня в лифте. И таких случаев в вашей жизни тоже наверняка наберется немало.

Моя подруга рассказала мне, как однажды, сидя в кресле нового парикмахера, она позвонила своему прежнему мастеру, чтобы узнать состав своей краски для волос. Не желая ничего ему объяснять, она сказала, что находится за городом. Двумя часами позже моя подруга с только что покрашенными волосами буквально нос к носу столкнулась с прежним парикмахером.

Несколько месяцев назад моя соседка позвонила на работу и сказала больно, чтобы выкроить пару деньков для отдыха. Она объяснила начальнику, что у нее грипп и она не может встать с постели. В этот же день она отравилась несвежим мясом и два дня пролежала дома.

Моя клиентка рассказала мне, что одновременно встречалась с двумя мужчинами. Как-то раз она в последний момент отменила свидание с одним из них, чтобы принять неожиданное предложение пообедать от другого. Отказ она объяснила необходимостью задержаться на работе. Но не успела она выйти из машины со своим спутником, как первый мужчина въехал на стоянку, припарковался прямо за ними и направился в тот же ресторан со своей матерью.

Конфуз? Еще какой! Но тем не менее он полностью был ее собственным творением! Вселенная почитает вашу Божественность, уважая Ваши слова. Так что отвечайте за свои слова — ведь в конечном итоге вам *все равно придется* за них отвечать.

Восьмой принцип — это принцип ответственности. Он гласит: к чему бы вы ни стремились, будьте готовы нести за это ответственность, заботиться об этом, признавать своим творением.

Ваши слова либо подтверждают, либо опровергают вашу искренность. Если вы молитесь об одном, а потом говорите о другом, спросите себя: может быть, таким образом проявляется ваше внутреннее нежелание отвечать за свою мечту?

Милли было сорок три года. Она имела разносторонние интересы, и в голове у нее одни планы и проекты сменялись другими. Милли рисовала, работала в благотворительной организации, возделывала сад, путешествовала и брала уроки актерского мастерства.

Милли очень нравилась такая жизнь, но у нее имелась одна серьезная проблема. Она никогда не была замужем, а ей очень этого хотелось. Правда, у нее постоянно водились поклонники, но никаких матримониальных предложений от них не поступало. Она хотела узнать, увижу ли я в ее жизни «принца».

— Нет, — ответила я. — Я вижу возможности, но они не связаны с принцами.

Потрясенная моим ответом, Милли переспросила:

Какой ужас! Вы имеете в виду, что я никогда не выйду замуж? Разве вы можете быть в этом уверены? Вовсе нет, — ответила я. — Я лишь имею в виду, что не вижу принцев. Ну конечно, я вижу парочку лягушек, которые проявляют к вам повышенный интерес, но никаких принцев.

— Что вы хотите сказать? — спросила почти доведенная до слез Милли.

— Я вижу двух мужчин, которые хотят с вами встречаться и, возможно, жениться на вас, но они не принцы. Они — лягушки, и совершают всякие лягушачьи поступки.

— Например?

— Ну, забывают о важных вещах, опаздывают, не могут похвастаться роскошной черной, как смоль, шевелюрой и мощными бицепсами, о коих вы так мечтаете. В общем-то, мужчины, которых я вижу, имеют чуть-чуть лишнего веса, но они искренне заинтересованы в вас и кажутся очень милыми... Хотите узнать о них побольше?

От услышанного Милли пришла в полнейшее замешательство.

— Господи, нет, конечно! Не стану же я терять время на таких мужчин, как эти!

— Послушайте, Милли, все люди — лягушки, у всех свои изъяны и недостатки. В любом мужчине можно найти замечательные качества, надо только захотеть их увидеть. Именно благодаря вашей готовности признать их уникальность и своеобразие раскроются все сокрытые достоинства и таланты. Правда, для этого требуются терпение и определенные усилия, а также огромная любовь, но дело того стоит.

Милли съезжилась на стуле.

— Не думаю, что располагаю достаточным количеством времени для таких экспериментов, особенно если мужчина меня не сильно привлекает.

— Как раз поэтому я вам все это и рассказываю. Я вижу, вы вообще не хотите *выйти замуж*, а то, что вам по-настоящему нужно, у вас уже есть.

— Как это? — поинтересовалась Милли.

— Те мужчины, с которыми вы встречаетесь, и есть принцы. Любой может стать принцем на один вечер. Но быть им каждый день невозможно. В жизни так не бывает.

Милли рассмеялась:

— Да, когда вы представили дело подобным образом, полагаю, вы правы. Наверное, я прошу самое худшее, что только можно себе представить. Пожалуй, стоит пересмотреть свои запросы. В конце концов, меня устраивает теперешняя жизнь, и я не хочу, чтобы на мое время кто-то покушался. Оно бесценно.

— Ну так забудьте о браке и наслаждайтесь свиданиями.

Через год я получила от Милли очаровательную открытку. Она писала, что встретила наконец своего принца. Он был пилотом и в городе находился три дня в неделю. Это были три упойительных дня, а потом он улетал, и четыре оставшихся дня Милли проводила в полное свое удовольствие, занимаясь своими многочисленными хобби. Вместе им было невероятно хорошо, даже без всяких матримониальных обязательств.

Милли просила принца — его и получила. Слово «муж» никто не упоминал.

Пользуйтесь словами разумно

Вот последнее, что я узнала о восьмом принципе от доктора Талли.

За каждым словом стоит колоссальная энергия. Если вы используете слова для сплетен или бессмысленной болтовни, вы впустую растрачиваете энергию, предназначенную для важной работы. То есть через ваши слова происходит утечка энергии.

Как правило, в этом коренятся проблемы многих людей, которые, кажется, просто не в состоянии подняться и начать работать над сокровенным желанием. К таким людям принадлежала и моя клиентка Денис.

Денис очень хотела стать диктором на телевидении. Целыми днями она твердила о своем желании, ей было абсолютно все равно, кому об этом рассказывать. Кто слушал, тому и говорила. Причем описывала все в подробностях — как она планировала учиться, как посещать видеокурсы, как собиралась написать резюме и разослать на местные телестанции. Упомянула, с кем она разговаривала по этому поводу и с кем, в свою очередь, говорили они, и кто что сказал.

Проблема заключалась лишь в том, что Денис не могла найти времени или мотива, чтобы реализовать задуманное и сделать хотя бы один шаг. По сути, она много говорила, но не предпринимала ни малейших усилий. Когда пришла пора подкрепить слово делом, оказалось, что источник иссяк. В запасе не осталось ничего.

Денис сыграла злую шутку со своим подсознанием, постоянными разговорами заставив его поверить в то, что она уже многого достигла, поэтому подсознание и не смогло обеспечить ей должную мотивацию для настоящей работы. Денис нужно было всего лишь *закрыть рот*, что я и посоветовала ей сделать.

— Не важно, сколько вы говорите, Денис, пустые разговоры никогда не заменят действие. *Никогда*. Лучше помалкивать и делать дело.

Денис вняла моему совету. Когда она «закрыла рот», то поняла, что ее нескончаемая болтовня была неравноценной заменой активным действиям. Гордыня удерживала ее

от состязания в реальном мире, поэтому Денис подбадривала себя, пытаясь впечатлить окружающих придуманными успехами. Однако, к сожалению, она обманывала себя.

Закрыв рот, Денис положила конец бесплодному растрчиванию усилий. В конечном итоге ей стало настолько сложно молчать, что она была вынуждена направить скопившуюся энергию в действие. Она посетила первое занятие по видео и записалась на курс журналистики в университете.

— Процесс, конечно, небыстрый, — подвела итог Денис. — Но, по крайней мере, я на пути к настоящей жизни. С этого момента держу рот на замке.

Доктор Талли часто повторял: «Говорите только о том, что вы сделали, а не о том, что собираетесь делать». Слишком часто мы даром тратим слова, оповещая весь мир о своих намерениях, делимся предложениями и мнениями, еще не успев как следует все продумать. Дать совет можно, только имея непосредственный опыт, а не теоретические представления. Невозможно до конца осознать информацию, не проверив ее на практике.

Для эго всегда намного предпочтительнее и соблазнительнее, используя теоретические выкладки, учить окружающих, как надо творить, ибо это очень удобный предлог отвлечься от работы по созданию собственного счастья. Подобного рода усилия не приносят ничего ни вам, ни остальным, а потому никак не проявляются в физической плоскости.

Существует мудрое правило: пользуйтесь словами умеренно. Ненужные траты есть ненужные траты, это верно на любом уровне. Не расходуйте понапрасну необходимую энергию на пустую болтовню или поучения. Держите рот на замке и шевелите ногами — вот от этого будет реальная польза.

Я видела, как слова, произнесенные осознанно и целенаправленно, исцеляли в одно мгновение. Такие слова и творят чудеса. И эти слова могут принадлежать вам.

Применение восьмого принципа

Не робейте — говорите громко

Каждый день *громко* просите Вселенную о том, что конкретно вам нужно — чем конкретнее, тем лучше.

Молчание — золото

Прежде чем описывать окружающим свои сокровенные желания, подумайте, поддержат ли вас эти люди или начнут ставить палки в колеса. Столько клиентов жаловались, что поначалу они ради своей мечты были готовы на все, пока кто-нибудь (обычно очень близкий человек) не портил дело резкостью и отрицательным отношением.

Фильтруйте слова

Следите за тем, что говорите! Если вы хотите любви, не повторяйте, что вас никто не любит. Если мечтаете найти новую работу, не говорите, что все хорошие места уже заняты. Прекратите своими словами питать боль и разочарование.

Говорите только то, что поддерживает вашу мечту. Если вам сложно изменить негативный взгляд на вещи позитивным, тогда лучше уж вообще помолчите.

Ничего, кроме правды

Будьте честны и говорите только правду. Не лгите — ни себе, ни другим. Пусть ваши слова всегда будут искренни. Ведь если вы признаете только истину, ваши слова обязательно сбудутся.

Положительно заряженное слово

Слова обладают силой. Обращайте внимание на произносимые вокруг вас слова и постарайтесь держаться подальше от людей, которые пользуются грубым, злым и непристойным языком. Если вы замечаете, что поддаетесь пагубному воздействию отрицательно заряженных слов, мысленно повторяйте: «Это не мое, это не мое». (Лучше произносить это про себя, чтобы не вызвать нового всплеска злости или раздражения.)

В вас сокрыта сила

Примите на себя полную ответственность за силу своих слов:

Если хотите любви, наполняйте свои слова любовью.

Если хотите больше денег, наполняйте свои слова щедростью.

Если хотите здоровья, наполните свои слова здоровьем.

Если хотите новых возможностей, наполните слова творчеством.

Честность и открытость

Сообщайте миру, кто вы есть, посредством собственных слов. Сотворите чудо с помощью идеально подобранных слов. Пусть в них отразится ваша истинная сущность. Уважайте свои слова, тогда и они будут чтить вас.

Прислушайтесь к себе

Запишите сокровенное желание на пленку. Прокрутите ее назад и вслушайтесь в собственный голос. Убедительно ли он звучит? Ясно ли вы выражаетесь? Верите ли вы сами себе?

Повторяйте данное упражнение до тех пор, пока в вашем голосе не будет чувствоваться искренняя убежденность.

Утверждение

Возьмите на заметку предложенное утверждение, начинающееся со слов «я есть».

Я есть создатель,

И я созидая при помощи слов.

Я уважаю свои слова,

Мои слова чтят меня.

И как я говорю, так и будет.

Вы можете воспользоваться этим утверждением, а можете составить собственное — что гораздо лучше — и записать его в блокнот. Повторяйте его каждый раз, когда испытываете желание пожаловаться или излить свой страх. Вспоминайте эти слова в минуты уныния, в период неуверенности. Повторяйте, просыпаясь утром и ложась спать вечером.

Пусть это утверждение станет частью вашей повседневной жизни.

Повторение

Если вы справились с предложенными выше упражнениями, переходите к девятому принципу.

Если нет — возвращайтесь к седьмому и восьмому принципам.

Принцип девятый

Оставайтесь верным своей мечте

Подойдя к последнему этапу воплощения сокровенного желания, вы понимаете, что успех не приходит просто так, случайно, хотя может явиться довольно неожиданно. К вам приходит осознание того, что дело вовсе не в удаче, но в Божественной милости. Мечта не просто появляется в вашей жизни, она есть результат выполнения вами определенных условий и следования правилам, благодаря чему вы превращаетесь в свободный канал для Божественного выражения.

Каждый *принцип* устанавливает прочную связь между созидательным желанием и сознательными и бессознательными намерениями. Каждый изученный закон напоминает вам, кто вы есть на *самом* деле: Божественная искра, зажженная на земле. Проработав все принципы созидания, вы научитесь управлять Божественным выражением для сознательного сотворения чуда.

Если ваше сокровенное желание истинно, вы сможете полностью на нем сосредоточиться (первый принцип). Если сумеете полностью сосредоточиться — без труда заручитесь поддержкой подсознания (второй принцип). Если подсознание поддержит сокровенное желание, вам удастся в ярких деталях нарисовать свою мечту в воображении (третий принцип). Когда воображение создает наглядную картинку вашей мечты, сознание принимается расчищать путь для ее воплощения (четвертый принцип). Устранив препятствия и преграды, вы получаете внутреннее руководство (пятый принцип). Следуя за своей интуицией, вы с воодушевлением совершаете выбор, поддерживающий мечту (шестой принцип). Когда вы выбираете правильные действия, в процесс включается вера (седьмой принцип). После этого вы принимаетесь созидать свою мечту при помощи слов (восьмой принцип).

Итак, мы подошли к заключительному, девятому, принципу. Здесь, на последнем рубеже, вам необходимо объединить усилия и намерения и сохранить верность мечте, пока она не материализуется в физическом мире. Это завершающий этап воплощения сокровенного желания.

Иными словами, девятый принцип — проверка качества работы над принципами с первого по восьмой, возможность убедиться, что все части заняли свое место. Этот принцип оценивает совершенные усилия, и хотя мало кому нравится, когда его оценивают, именно эта деятельность гарантирует желаемый исход.

Проверочный этап творческого воплощения очень похож на ввод информации в компьютер. Вселенная исключительно точно выполняет подаваемые вами команды и, как и компьютер, оставляет за вами право передумать или исправить ошибку. Поэтому перед воплощением мечты вы получаете возможность сделать паузу, осмыслить все еще раз и окончательно решить, действительно ли вам нужно то, что вы просите.

Часто бывает так, что у вас в наличии все необходимые детали, а собрать нужный предмет вы никак не можете. То же самое и с мечтой. Успешный результат зависит от того, удалось ли вам на каждом этапе собрать все нужные элементы. В заключение необходимо закрутить последний болт, но если остальные элементы не подогнаны друг к другу идеально, болт не станет на место. Это как проверка.

Самое главное — не терять оптимизма, даже если вам придется вернуться назад и повторить несколько действий. Возможно, потребуется не одна попытка. Помните, что успешный результат ждет, когда все части встанут на свои места.

Много лет назад, когда мы с Патриком только поженились, мы купили набор книжных полок, которые нужно было самостоятельно собрать. Эти полки приглянулись нам тем, что в инструкции было указано: «Простая сборка». Мы принесли покупку домой, вдохновленные, уверенные, что весь процесс займет лишь несколько минут. С воодушевлением открыв коробку, мы приступили к сборке полок. Патрик читал инструкцию, поглядывая на рисунок готового изделия.

— Шаг первый: начинайте с панели А. Без проблем. Вот панель А.

— Далее, соедините панели А и В лицевыми сторонами. Запросто.

— Вставьте панель С в паз на задней стороне между панелями А и В. Замысловато, но пока еще понятно.

— Теперь подгоните панель D под конструкцию из панелей ABC. прочно держа последние три панели вместе. Что?

Мы вертели панели так и сяк, но безрезультатно. Сначала панель С выскочила из паза. Затем панель D отпала снизу. Потом панель С сама по себе встала на прежнее место. В конечном итоге нам удалось собрать их как нужно. Руки у нас просто отваливались, а Патрик пытался прочитать инструкцию, оказавшуюся более чем в полуметре от места сборки. — Прикрепите панель Е сверху к конфигурации ABCD.

Дотянувшись до панели Е ногой и подтолкнув ее к себе, не переставая при этом шикать на меня, чтобы я не смела ни шевелиться, ни дышать, Патрик наконец водрузил ее на место. Поехали дальше.

— Вставьте панель Н посередине конфигурации ABCDE.

Панель Н медленно вошла, куда ей положено было, и мы чуть не запрыгали от радости. Я держала детали полки вместе, пока Патрик возился с дверцами, которые не хотели его слушаться.

— Ты можешь не дергать так сильно? Сейчас все развалится! — кричала я. Руки у меня болели от напряжения, тело затекло. Дверцы никак не вставлялись, а тут еще выскочила панель А. Мне удалось удержать панель Н, в то время как Патрик подхватил панель А, уронив при этом панель Е. Тут хлипкая конструкция с грохотом рассыпалась прямо посередине комнаты! Мы не могли поверить своим глазам. К такому каторжному труду мы готовы не были.

Патрик кричал на меня. Я кричала на него. Он заявил, что это неправильная полка. Я парировала, что он просто не может собрать ее. Мы оба вздохнули, с тоской глядя на груды панелей на полу. Еще раз вздохнули и начали все по новой. На этот раз инструкции читала я.

Я с умным видом читала инструкции, мы потихоньку двигались вперед. Я дошла до того момента, когда нужно было вставить панель внутрь конструкции, но один легчайший толчок — и все снова полетело на пол!

Проклиная все на свете, мы вновь принялись за работу, ругаясь друг на друга на чем свет стоит. А уж какими эпитетами мы награждали полку! В какой-то момент мы решили, что у нас неправильные инструкции. Потом пришли к выводу, что полка бракованная. В конечном итоге мы заключили, что эти инструкции писал какой-то садист, который теперь мерзко хихикает в своем дурацком офисе. Мы были уверены: что бы мы ни купили, это явно была не книжная полка!

— В чем проблема? — спрашивали мы друг друга, уставшие и злые. Пару раз мы были так близки к успешному финалу и все-таки очень далеки. Мы хотели все бросить, но рисунок на инструкции как будто говорил всем своим видом: «Не бросайте. Поверьте. Смотрите. Чувствуйте. Сосредоточьтесь. Не останавливайтесь!»

Мгновение я поразмыслила. Что мы могли сделать иначе, что мы могли сделать лучше? И внезапно меня озарило.

— Я знаю. Давай представим, что мы — это книжные полки. Если бы мы были книжными полками, что нам было бы нужно, чтобы не распадаться на части?

Медленно, методично, шаг за шагом мы еще раз прошлись по инструкции. А к В — есть. Низ, С — есть. Верх, D — есть.

Внимательно читая про панель D, я впервые наткнулась на маленькую звездочку «*», похожую на пятнышко грязи. Я переместила взгляд в низ страницы, где самым мелким шрифтом, который только существует, было дано разъяснение: «Вставьте в отверстия пластмассовые предохранители». В маленьком пакетике вместе с дверными ручками лежали два пластмассовых предохранителя. Я вставила их в отверстия.

Ура! Хлипкая конструкция в мгновение ока превратилась в незыблемую скалу. Дверцы, ручки — с ними больше не возникло никаких проблем. Руины на полу чудесным образом

превратились в очаровательную книжную полку. Вторая полка собралась как по волшебству меньше чем за полчаса.

Нельзя было не удивиться тому, как быстро все прояснилось и получилось, стоило нам сосредоточиться на результате. Но для того чтобы его достичь, нам пришлось несколько раз вернуться к началу. Помня, что где-то в этих руинах таится наша мечта, мы не могли отступить. Несмотря на неудачи, ошибки и разочарование, мы не могли бросить начатое дело.

То же самое происходит с любым сокровенным желанием. Первое чудо — это брошенный вам вызов. Держитесь за него. Не торопитесь выбрасывать белый флаг побежденного. Сумейте преодолеть выбоины и ухабы на вашем пути и не сойти с дистанции. *Это* и есть ключ к успеху.

Девятый принцип гласит: «Вернитесь к началу. Проверьте выполненную работу. Будьте гибкими. Не отказывайтесь исправлять ошибки и вносить коррективы». Девятый принцип, как контроль качества, является последним этапом воплощения заветной мечты.

Моя мама часто повторяла: «Только первое чудо сотворить сложно. Остальные пойдут как по маслу».

Девятый принцип требует единения со своей мечтой, несмотря на все испытания (а их будет немало), несмотря на отрицательное отношение к вашему упорству (поверьте, вам придется с этим столкнуться). Не давайте себя остановить (хотя можно отойти и взглянуть на ситуацию под иным углом).

Дерзайте и боритесь

Девятый принцип требует от вас порвать с устоявшимися общественными мнениями, традиционной мудростью, пронырливыми всезнайками и духовными лентяями, слишком трусливыми, чтобы попытаться сотворить собственную мечту, а потому стремящимися деморализовать вас и помешать вам двигаться вперед.

Признайте это — людям нравится вставлять другим палки в колеса! В истории отыщется масса тому подтверждений. Никто никогда не поощрял Леонардо да Винчи. Или братьев Райт. Или Бенджамина Франклина, Томаса Эдисона, мадам Кюри... Всех их в свое время заклеили дураками, мечтателями, чокнутыми и невежами. За много веков «скептики» не изменили своим привычкам.

Даже сегодня есть люди, которые отказываются верить в существование души.

Пожалейте их.

Молитесь за них.

Избегайте их.

Но ради всего святого, не спрашивайте у них совета, когда дело касается сокровенного желания! Игнорируйте их, если они пытаются навязывать вам свое авторитетное мнение.

Я понимаю, что отказаться от поддержки крайне сложно. Как правило, мы склонны просить о помощи в моменты отчаяния, нуждаясь во внешнем поощрении. Это вполне

нормально. Но просите помощи лишь у тех людей, которые верят в вас, желают вашего успеха не меньше, чем вы, и обладают достаточным воображением и способностью подбодрить вас. Если рядом с вами таких людей нет, тогда обратитесь к высшему источнику — помощи Господа. Сейчас вы должны молиться и просить о выдержке и терпении.

Девятый принцип предупреждает об испытаниях и призывает быть к ним готовыми. Я советую своим клиентам относиться к этому как к неотъемлемой составляющей нашей жизни. Испытания помогают нам оценивать собственный прогресс. И вообще, если относиться к ним как к возможности роста и совершенствования, они могут показаться даже забавными. Когда мы с Патриком анализировали процесс собирания книжных полок, то пришли к выводу, что именно благодаря восемнадцати неудачным попыткам успех был так сладок, а вторая книжная полка далась без всякого труда.

Если хотите реализовать сокровенное желание, нельзя становиться нытиком. Нельзя поддаваться страху. Нельзя отступать и опускать руки. Для воплощения сокровенного желания требуется упорство и мужество, чтобы следовать не за толпой, а за своим сердцем.

Одна из моих любимых клиенток, Билли, пришла на семинар «Сокровенное желание», когда ей было семьдесят два года. Билли больше пятидесяти лет прожила в браке с человеком, которого она не особенно любила, но с которым не считала возможным расстаться. Она объясняла, что ее муж — хороший человек, но она относится к нему скорее как к коллеге по работе, чем как к партнеру. Она пережила с ним восемь лет его безработицы, восемнадцать лет алкоголизма, семь лет депрессии, шесть лет инвалидности из-за слабого сердца и пятьдесят лет страха, отрицательного отношения и низкой самооценки.

В то время как ее муж томился в своем духовном невежестве, Билли посвятила жизнь чтению метафизической литературы и книг по избавлению от алкогольной зависимости, стараясь раскрыть мужу глаза и вывести его на правильную дорогу.

Но, несмотря на все ее усилия, муж так и не изменил своих взглядов. Зато сама Билли стала духовно активным и просвещенным человеком. Много лет назад она решила принять недостатки мужа и использовать брак как возможность проповедовать безусловную любовь. Но в глубине сердца Билли сохранила верность своей заветной секретной мечте — испытать страстную любовь и встретить близкого по духу человека, прежде чем ее жизнь подойдет к концу.

В восемьдесят один год муж Билли внезапно умер от сердечного приступа. Билли перенесла настоящий шок, но признала, что почувствовала себя свободной. После пятидесяти двух лет служения мужу женщина могла наконец заняться собой. Когда она пришла на семинар, то поставила перед собой следующие цели: разобраться с финансами, продать дом и перебраться в Седону, штат Аризона. «И, — добавляла Билли, — возможно, встретить своего суженого!» Больше всего в этой женщине меня восхищала ее удивительная преданность мечте даже в возрасте восьмидесяти двух лет.

Детей Билли чуть не хватил удар, когда они обо всем узнали, но за плечами у этой женщины были пятьдесят лет борьбы, поэтому переубедить ее не представлялось возможным. Меньше чем за три месяца она действительно продала жилье, купила в Седоне передвижной дом на колесах и устроилась на неполный рабочий день в местный магазин метафизической литературы. Недавно я получила от Билли невероятно

трогательное письмо, в котором она рассказала, как однажды к ней в магазин зашел привлекательный пожилой джентльмен. Он производил впечатление человека исключительно порядного и физически здорового. Билли мгновенно прониклась к посетителю симпатией, хотя и смутилась. Такого чувства она не испытывала ни разу за последние пятьдесят три года.

К ее большому удивлению, мужчина принялся отчаянно с ней флиртовать, интересуясь различными кристаллами и книгами. Через час он выбрал хрустальное сердце и, после того как Билли оформила покупку, протянул его ей, чем немало смутил: «Это вам, милая леди», — а потом пригласил ее на чашечку кофе.

В ту минуту, как она коснулась его руки, ее тело зажглось, как рождественская елка, в ней забурлила энергия и — да-да — страсть. Их первое свидание никогда не кончалось. Они не могли насладиться друг другом, как давно не видевшиеся возлюбленные, и в августе 1995 поженились в Большом Каньоне.

Билли наконец-то обрела свою заветную мечту. Эта мечта ждала ее, потому что Билли продолжала хранить ей верность и не сдавалась.

Вам не видать успеха, если вы легко опускаете руки и выбрасываете белый флаг. Вам не видать успеха, если вы спрашиваете у окружающих их мнение. И уж тем более вам не видать успеха, если вы ищете чужого одобрения и разрешения.

Если вы позволяете общепринятому мнению руководить собой, то будьте готовы расстаться с радостью, внутренним покоем и подлинным «я». В конце концов, бесплатный сыр действительно бывает лишь в мышеловке. Выбрав «безопасность» в мире единого мнения, попрощайтесь с возможностью быть по-настоящему счастливым. Я называю такой мир страна «Они». Вот несколько «их» мнений:

«Говорят, что мужчин больше, чем женщин, поэтому после тридцати пяти шансы встретить настоящую любовь становятся меньше одного процента».

«Говорят, от рака легких нет лечения».

«Говорят, что экономика переживает кризис, поэтому денег и рабочих мест не хватает».

«Говорят, что художники голодают, актеры работают официантами, а писатели не могут свести концы с концами».

Страна «Они» — довольно унылое и безрадостное место, но тем не менее большинство людей почему-то предпочитают жить именно там. Никто не знает кто правит этой страной. У нее огромная армия, защищающая «их» до самой смерти, но я никогда не встречала генерала.

Девятый принцип требует от вас покинуть страну «Они», сесть на ракету «Никогда-не-говори-никогда» и с помощью Бога отправиться в страну «Я могу-и-я-сделаю». Девятый принцип призывает вас найти в себе мужество и оторваться от толпы, чтобы в одиночку следовать своему желанию.

Если вы последуете девятому принципу, вы обязательно сотворите собственное чудо. Это бесспорно.

Если вы не выполните девятого принципа, ваша мечта навсегда останется обычной фантазией. Это также бесспорно.

Девятый принцип призывает вас поверить в то, что ваша душа ответственна за вашу жизнь. А это означает отказ от любых привязанностей к привычным схемам неудачи. Сюда относится все, что вы прячете в потайных уголках разума, в темных закоулках прошлого и пыльных кладовых эмоций.

Живите с искренней уверенностью в том, что вы наделены силой сотворить все, чего вы пожелаете — абсолютно все! Ведь энергия, которая вам нужна, — это наполняющая вас сила Вселенной.

Давайте, и воздастся вам

Девятый принцип учит нас не воздерживаться от радости и успеха и жить так, как будто у вас есть все необходимое. Самый простой способ — действовать в согласии с духовным законом: «Давайте, и воздастся вам».

Девятый принцип — это принцип щедрости. Начинаясь в вас самих, а потом переходя на других, щедрость и готовность делиться отражает ваше понимание принципов созидания. Когда вы отдаете по собственному желанию, то осознанно утверждаете закон причины и следствия. Вы притягиваете в свою жизнь энергию, и закон гласит: «Она вернется в тысячекратном размере».

Будьте щедры в своей доброте и любви, ибо благодаря этому увеличивается ваша способность принимать. Вселенная безгранична, и только вы сами определяете свою способность принять ее бесчисленные благословения и дары. Мы все утоляем жажду из колодца Божественной милости. Как говорила моя мама: «Некоторые из нас — это большие чашки, некоторые — маленькие, а некоторые — это наперстки». Зачем быть наперстком, если можно стать большой чашкой. Учитесь быть счастливым и жить полноценной жизнью, творить и наслаждаться своими творениями. Сохраняйте спокойствие. Расслабьтесь. Помните: вы священный сосуд, дитя Вселенной, и все ваши желания являются лишь естественной потребностью выразить свою Божественную сущность.

Вселенная доставляет вам то, что вы заказывали. Она созидает как великое, так и малое. С одинаковой любовью она будет творить и раздор, и гармонию. Помните: ваши мысли — это не отвлеченные абстракции, это реальность, формирующая структуру, фактуру и объем вашего опыта. Пусть ваши мысли с легкостью принимают дары, которые с готовностью преподносит Вселенная.

Вы можете удивиться тому, чего в действительности хотите

Иногда, что бы мы ни делали, создается впечатление, будто мы стоим на месте. Временами кажется, будто мы наталкиваемся на глухую стену, независимо от того, насколько отчаянно пытаемся реализовать сокровенное желание. Нечто недоступное вашему сознанию влияет на процесс осуществления мечты — будь то желанная любовь, интересная работа или идеальное жилье.

Если подобное относится и к вам, возможно, дело в следующем: то, чего вы желаете в мыслях, не живет в вашем сердце. Возможно, вы утратили связь с истинными потребностями и сбились с пути. Не беспокойтесь. Любящая Вселенная знает о ваших

потребностях и выведет вас на верную дорогу. Сдержите на время свои идеи, наберитесь терпения и ожидайте даров, которые Вселенная припасла для вас.

Позвольте мне поделиться с вами историей о женщине, которая после долгих усилий обнаружила, что Высшая мудрость имела собственный план и непрерывно работала над ее потребностями и желаниями.

Эйми более десяти лет проработала редактором в одной из денверских газет, когда вдруг поняла, что ей стало скучно и беспокойно. Она отчаянно нуждалась в переменах. После длительных раздумий Эйми уволилась и принялась усиленно искать более интересную работу.

Она подала заявление на место корреспондента в крупной газете и была весьма тепло принята. Пройдя несколько собеседований с начальником отдела, Эйми чувствовала себя окрыленной и была уверена, что это место достанется ей. На третьей встрече ее попросили написать небольшую заметку, за которую она взялась с завидным рвением и воодушевлением. Сдав свое творение, Эйми ожидала благоприятного ответа.

Прошло две недели, но из газеты не поступало никаких известий. Обеспокоенная, Эйми позвонила сама. В ту минуту, как она услышала голос начальника, сердце ее упало. Его тон говорил обо всем яснее слов. Этой работы ей не видать. Причина отказа, как ей объяснили, заключалась в ее слишком высокой квалификации.

Разочарованная, Эйми продолжила поиски. Через несколько недель ей сообщили еще об одной очень интересной и увлекательной работе в известной благотворительной организации. Она тут же подала заявление и снова была хорошо принята. Пройдя два собеседования, Эйми воспряла духом, а после четвертого она получила письмо, в котором сообщалось, что место отдано другому человеку.

На этот раз отказ она переживала крайне тяжело. Казалось, ее сокровенная мечта о новой работе обречена на провал. Ее самолюбие было серьезно уязвлено, и ее терзали сомнения. Месяц спустя она получила еще один удар — рак груди.

Из-за отсутствия работы она утратила самоуважение и уверенность в себе, а теперь стояла перед возможной потерей жизни.

Рак послужил для Эйми сигналом тревоги. Внезапно она осознала: то, чего она с такой настойчивостью и упорством добивалась, вовсе не было ее сокровенным желанием. Приоритеты поменялись быстрее молнии. Ее величайшим желанием было как раз то, против чего она так долго боролась, — время для себя самой. Она нуждалась в отдыхе, возможности побыть со своими маленькими детьми. Ей требовалось время, чтобы подумать, погулять и просто пожить. Уйдя с работы, она совсем близко подошла к сокровенному желанию, но не поняла этого. А теперь перед ней стояла угроза потерять абсолютно все.

Эйми повезло. Болезнь диагностировал и в самом начале, и через шесть месяцев после удаления обеих грудных желез Эйми наконец смогла вздохнуть свободно. Она также получила величайший дар, о котором только можно мечтать, — полную ясность в вопросе о том, что для нее *в действительности* имеет значение.

Эйми оставила масс-медиа и занялась тем, о чем всегда мечтала, но даже и не догадывалась об этом.

Сейчас она изучает каллиграфию, воспитывает детей и занимается собой. И она счастлива.

В случае с Эйми любящая Вселенная смотрела намного дальше и привела ее туда, где она смогла обрести душевное удовлетворение. Эйми получила больше, чем просила, и теперь наслаждается жизнью отражающей ее истинное сокровенное желание.

Если вы выложились на сто процентов, а ваш мечта еще не сбылась, доверьтесь Вселенной — она непрестанно работает от вашего имени. Препоручите процесс Господу. Действительность такова: вы находитесь всего в одном шаге от вашей мечты, главное — чуть отступить назад и позволить душе привлечь ее в вашу жизнь. Вся проблема в том, что, возможно, подсознательно вы потеряли связь с истинным стремлением своей души, поэтому происходит коррекция курса.

Хотя эмоциональная сторона нашей природы нередко толкает нас на созидание, по своей природе мы духовные существа, и самые важные наши желания питают душу. Может быть, мы не всегда это осознаем, но мы приходим в этот мир с определенными духовными замыслами и стремлениями. Есть уроки, которые мы хотим усвоить, помощь, которую хотим оказать, и творческий вклад, который надеемся внести. Выполнив изначальное духовное предназначение, мы обретаем желанные гармонию и удовлетворение.

Зачастую кризис стимулирует осознание того, чего же вы в действительности хотите. Иногда нужно оказаться в тупике, чтобы придать мышлению иное направление и установить новую связь с сокровенными и истинными потребностями. Если вы топчетесь на месте, вложите ваши усилия в руки Господа и помолитесь:

Укажи мне путь к сокровенному желанию.

Как бы сложно в это ни было поверить, вскоре вы обнаружите, что в конце вас ожидает настоящее вознаграждение. Радость созидания — наша духовная деятельность, радость осознания своей сущности — истинная основа сокровенного желания.

Примеры успешного применения девятого принципа вы найдете вокруг себя в огромном количестве. Это люди, которыми вы восхищаетесь, люди, достигшие желанных целей. Люди, осмелившиеся заниматься тем, к чему лежит душа, верящие в себя и хранящие верность своей мечте, делают и вас счастливым.

Самая лучшая история о девятом принципе пока еще не написана, Эта история понравится вам больше всех остальных, ибо это будет ваша *собственная* история. Воспользовавшись данными принципами, можете быть уверенными — вы достигнете всего, чего пожелаете. Ваше стремление созидать — это душа, просящаяся наружу.

Величайшее чудо при воплощении сокровенного желания — ваша истинная красота. Как маяк, вы будете освещать все вокруг. Ваше творение станет вашей наградой, а самореализация — даром миру.

Итак, дорогое дитя Вселенной, готовьтесь к игре. Вы Божественное чадо Господа — Вселенная всегда рядом с вами. Вас охраняют ангелы и наставники, духовная команда, следящая за воплощением сокровенного желания. Смейтесь, играйте и творите!

Станьте со своей мечтой единым целым и храните ей верность до самого ее *рождения*. Осмелясь жить ради мечты, вы становитесь посланцем богов. Вы освещаете путь идущим рядом с вами и помогаете вращать колесо созидания. Пусть же сбудутся ваши мечты.

Да будет так!

Применение девятого принципа

Не забывайте про мечту

По меньшей мере один час в неделю работайте в уединении над своей мечтой. Это может быть какая-то деятельность, связанная с одним из принципов, но не доведенная вами до конца. Или художественный проект, воплощающий сокровенную мечту. Или чтение вдохновляющей, полезной литературы.

Сделайте перерыв

Если вам кажется, будто вы наткнулись на глухую стену, сделайте паузу. Сходите на прогулку, покатайтесь на велосипеде, на роликовых коньках, побегайте — подойдет любая физическая активность. Заниматься лучше всего в одиночестве, от двадцати минут до часа не реже раза в неделю.

Большая чашка

Купите себе *очень большую чашку* как символическое напоминание о том, что Вселенная заполнит чашу вашего воображения (независимо от ее размеров).

Оставайтесь открытыми

Будьте открытыми и удивляйтесь сюрпризам Вселенной. Всегда просите Господа об «этом или лучшем».

Передайте другому

В качестве доказательства вашей уверенности в универсальных законах созидания протяните руку помощи, поделитесь улыбкой, отдайте то, что вам более не нужно. Освободите место для нового богатства.

Счастливый конец

Напишите сказку о вашем сокровенном желании, и обязательно со счастливым концом. Да будет так!

Медитация

Найдите удобное место, где вас никто не побеспокоит как минимум двадцать минут.

Закройте глаза, дышите медленно и глубоко. Почувствуйте, как здорово расслабиться и снять напряжение. Делая вдох, представьте, как вас наполняет золотой свет Божественной любви. Делая выдох, думайте о том, кто вы есть — существо, созданное по образу и подобию Божьему.

Заполняя сознание мыслями о творческом выражении, произносите следующие утверждения:

- Я духовный канал для творческого выражения.
- Мое подсознание полностью поддерживает самые сокровенные мечты и желания.
- Мое воображение не ведает границ, открывая мне все новые пути для воплощения мечты.
- Я с готовностью преодолеваю все препятствия, негативные мысли и привязанности.
- Я открыт высшей мудрости и духовным наставлениям.
- Я выбираю пути, ведущие к осуществлению моей мечты.
- Я доверяю свою волю Божественной силе.
- Я говорю искренне и уверенно, возводя свою мечту в физической плоскости.
- Я объединяю все усилия в творческом процессе.
- Я искренне принимаю все, представить. *Да будет так!*

Последний совет

Люди отличаются различными темпераментами и стилями работы над мечтами. Некоторым нравится действовать в одиночку, в то время как другим одиночество дается исключительно тяжело и они нуждаются в поддержке и обществе. Если вам легко работать самостоятельно — работайте в свое удовольствие. Если предпочитаете компанию, предложите нескольким друзьям (достаточно даже одного) создать с вами группу воплощения сокровенного желания. Трудитесь ли вы в одиночестве или рядом с друзьями, принципы созидания приносят блестящие результаты! Но прежде всего, наслаждайтесь *созданием той жизни, о которой вы мечтаете!*

Создайте жизнь, о которой мечтаете, совместными усилиями

Подготовьтесь. Запланируйте девять сессий, примерно по два часа каждая. Каждую сессию посвятите отдельному принципу. Перед занятием прочитывайте соответствующую главу.

Обсуждайте. Объясняйте, что значит тот или иной принцип именно для вас, и слушайте, как его понимают другие.

Расскажите. Поделитесь тем, как вы воплощаете в жизнь тот или иной принцип, над которым работаете со времени последней сессии.

Просите поддержки. Просите помощи, если у вас возникли затруднения с усвоением какого-либо принципа. Работа в группе позволит определить, какие принципы даются вам легко, а также выявить слабые места.

Работайте с любовью. Будьте щедры сами со своей мечтой и с мечтами окружающих.

Держитесь вместе. Даже если это кажется невозможным, храните верность своей группе, пока не пройдете все девять принципов.

Завершите работу праздником. Договоритесь устроить повторную встречу (примерно через год), чтобы отпраздновать ваши успехи!

Для получения дополнительной информации о семинарах «Сокровенное желание» или заказа кассеты «Сокровенное желание» обращайтесь, пожалуйста, по адресу:

Sonia Choquette, PO Box 408996, Chicago, IL, 60640—8996 USA . (773) 989-1151

С наилучшими пожеланиями.

Соня