



РОБЕРТ ПРАЙМ

**ОСВОБОЖДЕНИЕ**  
**СОЗНАНИЯ**

РОБЕРТ ПРАЙМ

**ОСВОБОЖДЕНИЕ  
СОЗНАНИЯ**

2015

Издание Первое, **8 мая** 2015 года

(корректировка от 17 мая 2015)  
проверьте новую версию на сайте обязательно  
<http://robertprime.ru/osvobozhdenie-soznaniya-kniga/>

Тысячи лет люди не знали, что живут в своих воспоминаниях, видят отражения собственной памяти и ведут непрекращающийся бой за выживание.

То, что формирует реальность, то, что хранит пылкие эмоции всего и все страдания, вся жестокость в жизни - всё это внутри их самих.

И это - неотъемлемая часть каждого человека. И это - Ум. Тот самый, который противоречит ясному пониманию мира и перечит всякому здравомыслию.

Потерявшись в лабиринтах собственных иллюзий люди ведут борьбу именно с ним. И ваша личная схватка еще предстоит.

## Перед началом

До момента написания этой книги, я не видел никого, кто достиг бы, по-настоящему, просветления или глубокого понимания жизни. Те, кто заявлял, что такое состояние достигнуто, в итоге требовали деньги за неясные материалы и ничего, в итоге, не знали. Вы тоже сталкивались с этим.

Но тех, кто приблизился к этому состоянию, я, всё-таки, нашел.

После прочтения этой книги вы, вероятнее всего, сможете достичь состояний в вашей жизни, о которых мечтали. Легкость отношений между людьми, способность решать проблемы, сексуальные блоки могут растворяться сами, а материальные вопросы станут более ясными. Все составляющие жизни будут улучшаться. Все вместе.

Мы ни от чего не будем отказываться или избавляться, ничего не будем убирать или выбрасывать. Это не наш путь. Потому что, всё это уже ваше.

Мы будем усиливать лучшее и уменьшать то, что вредит и вводит в жизнь несуряцицу. Это самый, на мой взгляд, разумный путь. Вы будете иметь всё, что имели раньше. Даже проблемы, если захотите. Но вы сможете их решать более оптимально, если так надо. Вы будете любить деньги и деньги будут любить вас, если вы пожелаете. Вы будете эмоциональными, если посчитаете нужным, и словно Актёр - играть их легко и просто.

Ошибка, совершаемая до сегодняшнего дня, заключалась как раз в обратном - в избавлении от чего-либо. То есть «давайте выкинем всё это и заменим на моё». Это неверный путь, как показал опыт.

Поэтому мы будем улучшать выживание, восприятия и отношения, со всеми плюсами этих состояний.

Представьте, что вы едете в карете. Карету везут лошади и кучер управляет ими. Вы смотрите по сторонам из кареты и видите тот мир, который видите. Всё в порядке, пока вы даете распоряжению кучеру и кормите своих подчиненных время от времени.

Но зачем надо было выйти из кареты и занять место зашоренного животного, которое выполняет приказы кучера?

Вот это то неправильное, что произошло. Конечно, если вы захотите оставаться в этой роли, то тогда играйте её на всю катушку.

В книге будут даны материалы, как поменяться ролями обратно и даже о том, что же это за мир и какая в нём ваша роль. И что же произошло.

Все что может пострадать в течении прочтения этой книги, это одна единственная программа вашего ума. И несколько надоевших воспоминаний.

Те самые штампы, стереотипы и убеждения, которые однозначно заставляют вас буксовать, делают жизнь унылой и безынтересной. Без собственных целей и задач. Тогда как можно сделать всё наоборот: жить успешно, красиво и с пользой.

Цель моих исследований заключалась в том, чтобы найти логически убедительный путь, чтобы сам мозг сказал: О, детка, это верно! Я был не прав.

Мы с вами пройдем от таких вещей, как мозг, до того, как вы попали под контроль этого кучера. Доберемся до рассмотрения основ мироздания и из чего это сделано. И кто ВЫ такой во всём этом.

Вы узнаете, как конструируется мир перед вашими глазами. И все это без лишней эзотерики и без мистики. Без фантастики, но не без неё. Временами будет лопаться логика, бандит в черепе будет ругаться и двигаться. Но в итоге всё успокоится, потому что, то, что в книге — делает жизнь по истине легче.

Я стараюсь сделать книгу лёгкой, удобной и понятной, поэтому не ругайте меня, если местами она покажется сложной. Изучите такую главу еще раз. Или спросите на нашем сайте и вам ответят.

На самом деле, это просто мудрость, знания и немного техники. То, что улучшает жизнь и делает её лучше для всех нас. Причем быстро и,

наконец-то, точно и ясно. Пожалуй, впервые в истории эта битва может быть выиграна без потерь.

Книга поможет лучше понимать себя и других людей, раскроет самые дикие ошибки человечества, укажет в самую страшную боль и предложит мягкие и современные решения.

После прочтения книги, вероятно, вы увидите мир и людей в нем совсем иначе. Это, может быть, новое мировоззрение.

## Оглавление

Перед началом.....	4
Часть Первая.....	9
Каменный, 20 век.....	9
Информационный, 21 век.....	13
Мир, покажи своё личико.....	16
УПРАЖНЕНИЕ «ТЕАТР +».....	20
Кто мы?.....	22
«Я» и отделение от «Эго».....	31
Страх машины.....	35
Структура ума.....	37
Манипуляции.....	41
Привычка думать и много болтать.....	44
Сторожевой пёс.....	46
Память.....	49
Как сохраняется память.....	54
Обнуление проблемы из старых воспоминаний.....	61
ЗАНЯТИЕ.....	61
Самооценка и воспоминания.....	65
Мозги, эмоции и миссия.....	71
Эмоции-капканы.....	72
Образы и голоса.....	78
Мелочи в жизни убивают чудеса в ней.....	80
О проблемах и решениях еще раз.....	83
Упражнение.....	84
Сила Богов и Ум.....	86
Другие люди.....	93
Важно, не важно и всё серьезно.....	97
Выгоды и алчная прибыль, чтобы выжить.....	98
Перфекционизм и идеализм.....	102
Жертвы и самопожертвование.....	103
Белка в колесе или те же самые грабли.....	106
Намерение.....	107
Ожидания, желания и обиды.....	111
Доверие и недоверие.....	118
Мнения других людей и сомнения.....	122
Спор.....	130

Важность.....	132
Деньги. Богатство и бедность.....	134
Часть Третья.....	137
Используемые Техники.....	137
Театр+.....	137
Принятие себя   Любовь к себе.....	139
Благодарность.....	140
На то Воля Бога.....	141
Призыв намерения.....	142
Другие техники, практики, методики.....	143
Метод Поток.....	143
РПТ.....	143
Техника эмоционального освобождения.....	143
Тета-хилинг.....	144
НЛП.....	144
Заповеди современности.....	145
Молитвы современности.....	147
Миссия человека.....	150
Заключение.....	151
Ключ к выходу из лабиринта ума.....	153
Благодарности.....	154



## Часть Первая

### Каменный, 20 век

#### Где-то на планете

Когда-то очень давно, за тридцать пять лет до даты написания этой книги. Будучи совершенно юным пятилетним созданием, и будучи в очень хорошем настроении, я решил выйти на улицу и поделиться с друзьями своей радостью. Просто так.

И я рубаха-парень вышел на улицу. Помчался на встречу к своим приятелям и только я начал с ними говорить о чем-то, как тут же, практически мгновенно, получил обратно, как это называется, плевков в душу. Что называется, я тут не к месту, меня не звали, и я тут не нужен со всем своим настроением. Это называют "травмой детства".

Ничего не поняв, зачем они это сделали, удивившись происходящему и не найдя с ними общения я пошел домой, с целью узнать у матери, зачем они это сделали и что было не так?

На мой вопрос мать сказала, что люди разные бывают - хорошие и безобразные.

Как так? - подумал я. - Это невозможно.

Это событие вызвало у меня странное сомнение. На этот вопрос "Почему они такие?", к сожалению, ответа не было.

Как я заметил далее шагая по жизни, четкого ответа не было ни у кого.

Так почему и зачем люди делают то, что унижает, принижает, уменьшает другого человека?

Более того, я задался вопросом "зачем" и "откуда" это все происходит? Где его корни и что движет людьми? Как это выдернуть?

Что ведет их и к какой цели?

Похоже, что люди выполняют какие-то не осознаваемые ими действия, как будто управляются чем-то внешним по отношению к ним.

И я сам, в своей жизни, попробовав подобные поступки, дико сожалел о содеянном.

Стало быть, подобные поступки не мои изначально. А как будто навязаны или даже встроены в меня самого.

Но четкого и ясного ответа на вопрос не было обнаружено.

Этот случай был не единственным. Был и другой, не менее интересный.

Когда мне было семь лет я вышел во двор своего деревенского дома. Вдохнув полной грудью свежий воздух, я вдруг почувствовал в атмосфере наличие каких-то странных, не понятных мне частиц. Дождя не было. Лето. Обычный день. Но в нём существовало что-то еще.

В воздухе присутствовало нечто, что-то до боли знакомое, но как это называется - я еще не знал. Само это ощущение, само нахлынувшее на меня понимание, что я знаю это - вызвало у меня переполох.

Я знал, что это. Но не мог назвать.

В легком ужасе от собственных мыслей, я бросился домой с целью узнать об этом больше у своих деда и бабки. С верой в то, что я не ошибаюсь. Я был готов и на худшее: мне всё кажется и это моё воображение.

Задав им вопрос и тыча пальцем в сторону улицы, залитой светом летнего солнца, я задавал предкам один и тот же вопрос — а может ли присутствовать в воздухе некое невидимое глазу разрушительное воздействие? Что это?

- Назовите мне это, как это называется? - требовал я.

Но в ответ было полное, глухое непонимание сути моего вопроса и пустые

глаза.

Я начал ругаться на стариков, что они не хотят мне рассказать всю правду. Упорно заставляя их раскрыть мне тайны этого места.

Но видя перед собой пустоту я понял - они не знали. В их черепах не было ничего об этом и то, что я требовал от них — выходило за рамки их мировоззрения. Скорее всего даже испугались за моё здоровье.

И вот, парень, которому семь лет, врывается в дом, с целью узнать, а не могут ли люди сказать мне, где тут по близости производятся ядерные взрывы, может быть? И почему в воздухе присутствуют радиоактивные частицы в малых дозах неестественного для них происхождения?

Сообразив, что я знаю нечто большее, чем знает моё ближайшее окружение, я принял неправильное решение — перестать делиться своими находками, потому что это странные люди, они не знают обычных вещей.

Или, может быть, я снова оказался там, откуда сбежал в прошлой жизни? Или мне это показалось?

Но немного позже этих событий, когда я затронул ядерную физику, я узнал свои ответы. Те самые ответы. И понял, что я не сходил с ума.

Но с нахождением этого ответа возник и новый вопрос: а появилась бы ядерная физика, если бы она не померещилась мне тогда, еще в семилетнем возрасте?

Однако история убедительно доказывала мне, что наука существовала задолго до моего рождения.

Но не появилась ли вся эта наука, вместе со всей своей историей и записями в книжках, ровно тогда, когда я об этом подумал?

Возможно ли такие временные искажения? Или это были воспоминания из прошлых жизней?

Но почему всё оно появляется перед моими глазами именно тогда, когда я об этом начинаю думать? Ровно тогда, когда я, как будто, вспоминаю об

этом?

Вышел на улицу и вдруг «пришло осознание»: «Наличие радиации неестественного происхождения».

Стоп. Как я мог «вспомнить радиацию» в семь лет?

И почему люди об этом не знали, если они здесь давно живут и имели бы прошлые жизни, так сказать?

А может быть эти люди — пустые заведенные куклы, имитирующие бурную жизнь? Может они банальные няньки, которые меня выращивают в этом мире? А что если они мои подчиненные?

Погодите-ка. А откуда у меня такие идеи?

Или всё это — не более чем моё воображение, которое рисует предо мной мир таким, каким я его воображу?

К этому времени я захотел получить решение. И немного позже я обнаружил квантовую физику. Мне нужен был способ объяснения мироздания, который разрушал бы часть ранее сформированных и неработающих стереотипов мышления.

И чтобы вы подумали? Я получил её в моей жизни. Со всей историей. С кучей народа, которые её изучают и делают классные опыты и имеют объяснения того, что я искал!

Не понял. Как это?

Я вижу только то, на что направляю своё внимание? Или же оно само появляется точно тогда, когда я о нём подумаю?

Что-то во всем этом было не так.

И моему пытливому уму предстояло в этом разобраться.

## Информационный, 21 век

### 2000 год, там же

Пожалуй, читателям этой книги будет трудно представить, что в прошлом веке существовали в домах такие добрые рыжие насекомые — тараканы.

Так вот эти самые штуки жили и в деревнях и в городских квартирах. Я помню, как моя мать гневалась на соседей, приезжавших из дружественных стран, которые завозят их. И то, что живут эти насекомые в «стояках».

Я видел их на кухне, когда включал ночью свет и они разбегались в разные стороны снося на пути своих сотоварищей. Как они по головам друг другу ходили, тоже видел.

Вы помните таких парней, жрущих в темноте хлеб? Нет?

Кто помнит, тот увидится вдвойне этой моей истории.

Был на дворе двухтысячный год. Я жил в нормальном городском доме, в нормальной квартире, в городе индустриальной эпохи.

«Стасики», как мы их ласково называли, жили вместе с нами. Голодными не были ни они, ни мы. Но хлеб мы заворачивали в пакетики, а не клали их в хлебницу, как считалось правильным.

Однако я вышел на кухню и увидев банду рыжих зверей ползающими по замечательному хлебу. Внутри пакетика. Окинул их своим взглядом и понял, что пора это прекращать. Мысленно попрощался с ними, но у меня не было технических средств. Я не знал как уничтожить их всех, но я просто решил, что их больше нет, достаточно! И точка.

В эту же минуту на кухню зашел второй человек, который и стал случайным наблюдателем этой истории.

Я вслух говорю:

- Видишь рыжих?

- Да.

- Скоро их не будет. Совсем и везде, - отрезал я, - они мне надоели, - с уверенностью владельца мира сказал я.

В ответ увидел вытаращенные глаза и подозрительное молчание, которое можно было интерпретировать как угодно, но только не в мою пользу. Но мне было наплевать — я уже решил.

Через две недели эти самые тараканы вдруг, совершенно внезапно, исчезают по всей стране. Так, как будто их кто-то вырезал лично, каждого. Или, может быть, кто-то массово занялся их уничтожением и сделал это, завалив подвалы химикатами.

Но нигде об этом я не смог найти ничего, отвечающего на мой вопрос «Как это произошло?». Никто никогда не занимался этой проблемой. Я помню только мельком написанный кем-то вопрос «А куда они делить?» в каком-то блоге. И ни одного вразумительного ответа.

И я сам спрашивал у людей — у тебя были домашние насекомые, которые ночами шуршали и бегали везде?

«Были», отвечали они.

А сейчас есть? «Нет», отвечали они.

А куда делись? «Не знаю, но их нет», отвечали они.

И вы хотите сказать, что вы не удивились, что они пропали? Вот так, взяли и исчезли и это нормально, порядок вещей?

И снова в ответ я получал многозначительное молчание. Так, как будто никто никогда не задавал себе вопроса: а как же подобное происходит?

А вы, читатель, что скажете?

Вот вам вопросы:

1. Эти гадёныши существовали только в моем мире?

2. Или я вырезал своим решением всех их из всего своего мира и зацепил ваш мир тоже?

3. Или у вас они есть в доме, и мне надо зайти к вам в гости, чтобы они испарились?

Молодежь, кстати, может сказать примерно: О чем всё это сейчас? Мы не знаем таких «друзей жилища», и их никогда не было.

И ведь странное дело - везде, куда бы я ни пришел — в домах их нет. Вот их нет и всё тут!

Как так? Это изменение реальности?

Но чьей реальности?

Всех нас?

Или только моей?

И почему она такая пластичная?

И что такое реальность?

И что я сделал, ведь я ничего не сделал?

Вам нравятся эти вопросы?

И еще один: а существуете ли **вы**?

## Мир, покажи своё личико

Давайте рассмотрим, где мы находимся, что мы с вами тут делаем. И зачем находимся тут. Как мы думаем - на планете Земля.

На эту тему есть множество разнообразных взглядов. Что современный мир - это некие волны, что это квантовый мир, что это некие частоты, или это градации разнообразных вселенных, а может быть и мультивселенная, и что это матрица, наконец. Или просто обычный персональный компьютер на котором Бог играет в игрушку "Симулятор жизни".

Все эти версии достаточно хороши, но что же в них общего?

О, общего в них это: **жизнь - это игра.**

Жизнь это игра? Позвольте! Это что, рулетка? Что это за игра?

Это развлечение, как поездка на американских или русских горках? Что это такое?

Получается, что мы играем с кем-то? Или играем кем-то? Или нас на веревочках дергают и мы, словно марионетки в чужих руках, и играют нами?

Может быть мы фигуры на шахматной доске, которые передвигают туда-сюда, ты - ладья, а ты - пешка?

Дело в том, что слово "Игра" во всех этих описаниях слишком размазанное. Слишком широкое, чтобы точно и безоговорочно понять, что же такое жизнь, подразумевая под этим слово «игра».

Я же считаю, что намного легче объяснить, что такое жизнь-игра, вот так.

Жизнь, это **актерская игра**. Словно на сцене большого, по масштабам, театра.

И мы с вами в этой игре актёры.



Я волею случая изобрел небольшую технику на эту тему, которая помогает понять это лучше.

Интересна данная техника тем, что она может субъективно останавливать время. Останавливать мысли тоже.

Когда я это проделал над собой я ощутил необъяснимое состояние нахождения «здесь и сейчас», растождествление со всем вокруг и яркое осознание того, что в этом мире нет ничего серьезного. Просто есть театр, вот и всё.

Это остановило весь поток мыслей, прошлое куда-то исчезло. Состояние «здесь и сейчас». Именно то состояние, которые люди искали веками и мало кто его достигал.

Теперь попробуйте вместе со мной. Вас может удивить происходящее, а может и нет. Не загадывайте, просто насладитесь этим.

Где бы вы сейчас не находились, всё-таки лучше делать эту технику на улице. Допустим, в парке. Или на лавочке у дома. Там, где есть достаточное пространство для взгляда. Желательно, чтобы это был солнечный день.

Если у вас совпадает ситуация, вы получите наибольшее впечатление. Если не совпадает, выйдите на улицу, заодно прогуляетесь.

Если же это невозможно сделать, то выполняйте упражнение заменяя слова, употребляемые мной, на то, что вокруг вас сейчас.

Поехали.

Представьте себе сейчас, что деревья, дома, столы, дорожки, трава, небо, и все остальное, что окружает вас, все это — декорации.

Прямо сейчас, когда вы дочитаете эту строку, оторвитесь от книги, посмотрите вокруг и отметьте для себя несколько десятков объектов.

Небо, кусты, трава? В комнате может быть — потолок, стол, стул, телевизор, что-нибудь еще?

Просто представьте себе что это, оказывается, обычные **декорации!**

И надо же, оказывается за холодильник вы отвалили деньги. А деревья бесплатные. Декорации. И не важно для чего они. Для чего бы они ни были — это декорации.

Если вы сейчас находитесь на улице и у вас день (или когда пойдете прогуляться), обратите внимание на солнце. Не смотрите на него прямо, но отметьте для себя, что есть в небе солнце. Даже если оно за тучами, найдите его там. Мол, вот оно! Укажите для себя его местонахождение.

Когда вы это сделали, когда вы четко определили, что солнце находится в конкретном месте неба, теперь представьте, что это яркий прожектор, освещающий часть сцены. Тот же, который освещает артистов на сцене. Он яркий и могучий. Это НЕ солнце вовсе. Это очень яркий осветительный прибор, катающийся по рельсам где-то там наверху, и делает это он по заданному маршруту. И каждый день по расписанию.

И вы такой, ходите по этой сцене и думаете, что это солнце. И играете какую-то роль.

Да, это прожектор, который освещает сцену, на которой вы находитесь. Оно ведь логично - что-то же должно освещать сцену. Вы же не думали, что это могло само появиться?

А если у вас на небе луна, что же, вы видите резервное освещение. Пока артисты спят перед новым актом, оно освещает декорации для полуночников и различных уборщиков.

А теперь, представьте, что где-то там, за невидимыми кулисами, находится операторская группа, режиссер и вся остальная команда, которые, возможно, и есть исполнители ваших желаний, которые исполняют их по воле своей работы. Всё, для вас, на этой сцене.

Представьте, что люди, которые ходят вокруг вас, это тоже актеры. Которые забыли об этом. Они так вжились в роль, что не могут выйти из неё и думают что они - это они. Но они ли это?

На самом деле — нет. Ведь всё, что происходит на этой сцене — не более, чем спектакль. Актёрская игра.

Понаблюдайте за этим некоторое время.

Отмечайте для себя, что люди не в курсе того, что вы только что прочитали здесь.

Посмотрите на деревья, посмотрите - это просто анимированные декорации. И где-то там далеко стоит большой авиационный двигатель, который надувает ветер на эти декорации и кажется, что дерево на самом деле живое.

Побудьте в этом состоянии наблюдателя некоторое время. Если вы вдруг ощутили, что вы выскочили в некое новое состояние, то побудьте в этом еще немного. Так долго, как сможете.

Может создаться впечатление, что остановилось время. Всё шевелится, движется. Но времени нет. Просто нет и всё.

Все проблемы могут исчезнуть из вашего поля зрения. Потому что все проблемы - у роли. И гуляющие рядом люди совершенно наглухо забыли об этом.

А где-то там, за кулисами есть не только операторская группа но и тот, кто все это задумал.

\* \* \*

Я очень верю и надеюсь, что вы выполнили предыдущее упражнение с театром, актерами, декорациями и операторской группой, которая вместе с основателем, находится где-то там.

Выполняйте это упражнение в любое время и насладитесь по полной программе ощущениями от него.

Сделайте это, не обманывайте себя. Ведь единственного, кого вы можете обмануть — это себя. Сделайте занятие так, как сделал я.

И что-то действительно начнет меняться.

## УПРАЖНЕНИЕ «ТЕАТР +»

**применять вместо (или как дополнение) к медитациям, для быстрой остановки мыслей, остановки диалога, для осознания состояния «здесь и сейчас», для снятия стресса, для выхода из конфликтов и по другим подобным проблемам**

Находясь в парке или в другом спокойном природном месте, солнечным днём, присядьте удобно на удобную поверхность так, чтобы ни место, ни ваша одежда вас не отвлекали.

Убедитесь, что вам не помешают несколько минут.

Теперь смотрите на любой большой объект, типа дерева или здания. Рассматривая его представьте, что это — декорация. Всё остальное вокруг, объект за объектом — декорации.

Это просто объекты, которые кто-то расставил для оформления этого места.

Наблюдая за окружением вы сможете обнаружить, как ваше поле зрения расширяется.

Обращайте внимание на то, что это сцена, обнаружьте для себя, что объекты — действительно декорации. Сидя на месте, используя только наблюдение. Вы можете увидеть, что объекты высокого качества и выглядят, как действительно реальные.

Время для вас может остановиться. Наслаждайтесь.

Оставайтесь в этом состоянии сколько захотите, попутно отмечайте для себя, как меняется ваше отношение ко всему и насколько всё проще, чем казалось ранее.

При появившихся прохожих рекомендуется прекратить упражнение и начать сначала позже.

По окончании занятия не делитесь ни с кем своими выводами, сначала дайте им сделать это упражнение и только потом выслушайте ЕГО. Если люди не хотят пробовать упражнение, никогда не настаивайте, не делитесь своими впечатлениями. Реальность других людей не содержит такого опыта, как ваш. Позаботьтесь о себе и о них.

## Кто мы?

Если все вокруг - это театр, то это однозначно не кино, которое вы смотрите. И вы, судя по всему, находитесь на сцене. Прожектор с неба светит на вас? Значит вы на сцене и видите что-то вокруг себя, благодаря этому.

И вы видите ровно то, что вы видите. Дороги, самолёты, пароходы. Всё что вы видите — вы видите. Оно, стало быть, существует. Для вас. И вы можете трогать это, двигать, кататься на этом или даже попасть под это и быть раздавленным. Весело, правда?

Но это весело только тогда, когда вы осознаете, что вы — на сцене, а вокруг - театр.

В обычных буднях люди не знают об этом и с ними происходит нечто другое. Что на самом деле видят люди и что с ними происходит?

Они видят обман, идущий из их собственного мозга. Или говоря проще, всё, что видят обычные люди — они видят воспоминания своего ума. Про них не случайно говорят «спят наяву».

Давайте рассмотрим это более подробно. Ведь что-то тут не так.

В некоторых техниках, таких как нейро-лингвистического программирования, то, что люди видят, называют фильтрами восприятия.

То есть, это некие призмы, которые находятся в мозгу, которые сами выбирают что-то из внешнего мира с целью продемонстрировать наличие этого. Эдакое шоу головного мозга со светофильтрами.

Эти штуки, как синие и красные стекляшки, которые пропускают в ваш внутренний мир только заданный им цвет.

Иными словами говоря, если в голове есть некое убеждение о чем-то, то именно это убеждение люди и видят вовне. Не зря сказано, что внешний мир — это отражение внутреннего. Всё верно — что записано в голове —

то и видно. А как иначе?

Чтобы объяснить это намного более полно и более детально, давайте проведем вот такое исследование.

Посмотрите на какойнибудь предмет, который находится перед вами.

Если вы читаете эту книгу с компьютера — это компьютер. Если с телефона — телефон. То есть нам нужен один предмет, который находится перед вашим лицом.

Назовите его про себя. «Компьютер», например. «Телефон». «Планшет», «Телевизор», «Книга».

Итак, что перед вами? Одно слово. Например, это телефон.

Откуда вы знаете, что это именно телефон?

Откуда вы знаете, что то, на что вы смотрите (телефон), то это именно оно?

Ой, не буду вас мучить. Всё очень просто.

Это **воспоминание** о том, что это телефон.

Удивлены? На самом деле всё проще, чем кажется.

В вашей нервной системе, в черепной коробке, в мозге, существует ассоциативная цепочка между названием «телефон» и «конструкция, по которой совершают голосовые звонки». И еще миллионы их вариантов (кабельные, сотовые, спутниковые, дисковые).

В мозгах людей, да и вообще в нейронных сетях, есть такая штука, как «**ассоциация**». Это как будто проводок, который соединяет два разных понятия между собой. Проводит «ассоциацию». Это мозг. Он думает так. Он устроен так.

Вот еще пример.

Если вы пойдете по улице и увидите тропинку, то откуда вы знаете что это тропинка? Если вы видите деревья, то откуда вы знаете, что это деревья?

Что-то внутри вас вам говорит о том, что вы видите.

«Это дорога», «Это деревья», «Это небо», «Это солнце», «Это люди», «Дома» «Машины».

**Нечто** говорит вам о том, что вы видите. Это чертовски удобно, с одной стороны. Не надо приглядываться к прибору, чтобы понять, зачем это создано и как это работает.

Ассоциативное мышление вашего мозга позволяет вам быстро идентифицировать объекты. Так быстро, как только это возможно. Реагировать почти мгновенно на всё, что вас окружает.

Да, это очевидный плюс. Для биороботов. Потому, что когда речь пойдет о вашем духовном развитии, росте в новых сферах вашей жизни или получении чего-то нового, то вы столкнётесь именно с этим ассоциативным аппаратом и его протестом.

А что если в этих мозгах будет записана ассоциация в стиле «Люди» = «Скоты». Что вы будете видеть? Скотов и будете. Или строже: «Людей скотов».

Поэтому нам с вами важно понимать, как работает этот механизм. Чтобы вы могли видеть любую ассоциацию и забрать контроль над ней в любой момент, когда эта ассоциация становится УСТАРЕВШЕЙ или несущей вред.

Вы улавливаете мой замысел?

Ассоциативная цепочка выглядит примерно так:

Аппарат для звонков = «Телефон».

Отраженная световая волна определенной частоты = «Цвет».

Ящик с говорящими головами = «Телевизор»

То есть всему даны **ярлыки**. А всему, чему ярлыки еще не даны — для вас новое. Или неизвестное. Вникаете в суть?



Это выглядит так: человек идет по улице и видит ровно то, что записано в мозге и к чему есть ярлыки.

Вот вы, например, идете по улице и видите только счастливых людей, потому что в вашем шаблоне в мозгах записано «Люди = Счастье».

А кто-то видит строго грустных людей. Какой у него шаблон-ассоциация записан?

Другой пример.

Когда вы видите дома, то все они для вас — дома. Не особо важно, девятиэтажка или небоскрёб — это дом. Это ассоциация «Здание для проживания людей» = «Дом». Вы же не называете здание банка домом. Вы его назовёте зданием банка. Точно так же и с отелем. Это отель, это не дом. А что насчет зданий аэропортов?

И это любопытно: чем крепче ассоциация, тем РЕАЛЬНЕЙ она становится.

Деньги у вас есть? Значит у вас крепкая ассоциация, что «Деньги» = «Есть» и подобные ей. Вот же, поглядите, деньги есть! И ассоциация укрепляется. Именно поэтому «деньги липнут к деньгам». А не из-за мистики.

А кто-то уверен, что «Деньги» = «Нет» или даже «Деньги» = «Зло». И он видит каждый день, что денег нет и они зло, потому что убивают его. И данная ассоциация укрепляется. И что же этот человек видит во внешнем мире? Можно догадаться.

**Это ассоциативное мышление.** Быстрое, четкое, легкое. Но не без последствий. И, увы, часто катастрофических. Порой эта плата слишком высокая, за такое мнимое быстроедействие. Вы даже боитесь только потому, что боитесь ассоциативно с чем-то. «Черт под кроватью» = «Опасно для жизни».

**Люди убегают от собственных ассоциаций, то есть — от воспоминаний.**

Давайте еще раз пробежимся по этой части материала, чтобы вы поняли это кристально четко.

В вашей нейронной сети есть «ассоциативные записки», ярлыки всему, что вы когда-либо видели, чувствовали, наблюдали, ощущали. Читали и мечтали. И даже если не помните об этом осознанно.

Сейчас, когда мы с вами умеем говорить, эти ассоциации прилеплены к словам.

Пример: «Кровь!» и человека тошнит, даже без картинки. Мозг мгновенно отреагирует на ту ассоциацию, которая записана в нейронной сети. На слово «Кровь» он выдернул из памяти событие или двадцать пять событий, еще какое-то решение, кучу картинок, слова других людей и всё, что связано с этим словом. И затем бросил этот пакет мусора прямо вам в лицо.

А кто-другой, при слове «Кровь», выпустит клыки и спросит «Ты сказал кровь? Ням-ням, я полетел». И у него реально вырастут зубы и он упорхнет куда-то, в темень лесную.

Понимаете?

Другой пример, для женщин. В рекламе, например, долбят «мой голову нашим средством, будешь красоткой» — случайно? Нет. Ассоциация «Средство» = «Красавица», где дальнейшая связь приведет к ассоциациям «Красавица» = «Выживание, секс, дети, деньги». В итоге — такое средство покупается и еще попросят.

Почему так вдалбливают продукт ребята из рекламного отдела? Потому что люди думают, как биомшины. Никто так не продавал бы, если бы люди не думали, как **неодушевленные предметы**. То есть — ассоциативно и реактивно. Где центром всего стоит «выжить».

Вот теперь, я верю, вы поняли главное: что в голову заложили — так и будете мыслить. Что видели и какие ярлыки повесили сами — тоже будет там и тоже будет влиять на ваше мышление. А значит, и будет влиять на то, что вы видите.

Иными словами говоря, всё, что вы видите — это выдача **записей**.

### **На основании ярлыков и ассоциаций.**

Или, говоря иначе, всё, что видите — **воспоминания**. Память, картинки и эмоции из которой наложены на декорации пустого театра!

Записки из прошлого. Приветы из прошлого. Проблемы из прошлого. Даже счастье — тоже из прошлого. И горе тоже. И конфликты ассоциаций там же: «Купить = плохо», «Не купить = плохо».

Всё там. И это целый бардак, который нам предстоит привести в порядок!

Вы поняли эту часть? Теперь подойдем к вопросу иначе.

Расслабимся немного.

Вспомните о прекрасном летнем солнечном дне, как вы стояли и наслаждались чудесным ощущением природы, вы вдыхали весь букет запахов и упивались чувством свободы, которое находится внутри вас. Вы полны изобилия вселенной. Вспомните этот момент, полный ощущений просветления. Беззаботность. Безмятежность. Вы углубляетесь в это состояние легкости и полёта, там нет суевы, там единство с миром и, вот она, свобода. Бери сколько хочется. Божественное ощущение. Истинно желаемое состояние всеми людьми прямо перед вами. Вы его помните. Вот оно.

Вы начали это ощущать сейчас? Но как вы это вспомнили?

Вы обратились к помощи вашего мозга. К накопителю информации, интерпретатору и хранителю. И он с радостью, выдал вам всё, что помнит на этот счет.

И вот вы вспомнили и насладились. Вы же не были против? А кто будет против полетать в божественном свете любви и процветания!

Но подлость в том, что точно также вспоминаются и нежелательные события. Достаточно о них напомнить и ваше настроение и выводы резко

поменяются на негативные. Да так отчетливо сменятся, что вы видите это и удивляетесь, как меняется настроение, но ничего не можете с этим сделать. Как будто нечто чужое управляет вами. Внешнее.

Но это не внешнее. Это не новостные телепрограммы. Не правительство. Нет. Это всё тот же самый, усердный мозг, который кинул всё это вам прямо в душу. Мозг даже не знал, что это грязь и её не надо бросать! Сработал автомат и последовала реакция.

Если в этот самый момент посмотреть на мир, когда негатив нахлынул, то можно увидеть его более мрачным, чем прежде. И это четко заметно. И мысли могут меняться.

А если посмотреть на мир, когда настроение на высоте, то мир кажется другим, всё делается легче. Да и люди другие, как будто их подменили! И, странное дело, вчера я ругался на этого парня, а сегодня он такой замечательный.

Не находите это странным? Это ваш собственный мозг.

И вот мы подошли к финалу этой части объяснений.

Итого мы имеем следующее.

Нейронная сеть, мозг, которая запоминает всё. И что нужно и что не нужно.

Биоробот, память которого можно нашпиговать чем угодно и он свято поверит в любой бред и будет это видеть везде. Везде и всегда. Как чертей видят на стенах.

Если в биокомпьютер на ножках насовать «святые идеи», он будет жить как в секте, и, в итоге, найдет её и террористом станет, например.

Это — человек и есть. **Биомашина**, снабженная вычислительными средствами, памятью, видеокамерами, микрофоном и всем остальным, включая системы независимого энергопитания и отведения газов под одеялом.

И системой выживания.

Или, если так можно сказать, системой безопасности.

Человек - это роль. Роль материальной структуры, которая должна повозку таскать. Вот люди её и таскают, чего удивляться?

Но! Здесь есть еще кое-кто.

Тот, кто невидимым духом витает вокруг всех событий. И без которого не получилось бы ничего.

Это тот, кто всё видит. Тот, который в карете ехать должен, вместо того, чтобы землю копытами бить. Он самый, кому прилетает пакетик мусора в «лицо», когда мозгу вспомнилась какая-то глубокая печаль.

Кто это?

Это актёр, который сжалился над своими средствами передвижения и вжился в грустное и печальное существование биологических форм жизни, которых, бедняжек, запрягли, знаете ли.

А кучер-то! Наш милый мозг! Он такой лирический, такой умный, всё помнит, всё знает. Какие ощущения он может передавать! Ах, какая же это желанная роль для любого актёра! А кнут, которым он мясную кобылу бьет — ах, какой же он романтик! Умеет доставить ощущение и проявить свою любовь!

И вот, теперь наш герой свято верит, что это он и есть: смертный набор из умного кучера и зашоренного ездового животного. Бедняжка, тянет тележку теперь. Его бьют. Какая печаль! Какая драма! Какая роль! Какая игра!!!

Да вы только посмотрите - какие эмоции! Эмоции переполняют чашу всех зрительских симпатий целой вселенной!

Браво! Овации! Оскара ему по всем номинациям!

А какую импровизацию он придумал! Нет, вы только посмотрите на это!

«Светлый царь небесных родов совершая поездку по своим угодьям и выйдя из кареты прогуляться, случайно ли, специально ли, узрел печальные глаза животных, наполненных рабством и подневольности, прочувствовал он их всем своим сердцем духовным, увидел, как кучеру неловко каждый раз хлестать своих лошадей, и решил тогда царь, что не бывает более жестокости и несправедливости в этом мире, распряг животинок и встал вместо них».

Какая глубокая игра! Какая жертвенность!

Это рвёт все рейтинги мира! Брависсимо!

И всё почему?

Потому, что он - Великий Мастер игры, сидящий в биороботе.

## «Я» и отделение от «Эго»

В этой главе проводится разделение двух «Я», которые у вас могут быть. Делаем это с главной целью поймать и обнаружить того хулигана, который «Эго». Того самого, который тоже называет себя «Я», но который боится и трясется, плачет и убегает, стремится заработать все деньги на свете и бьет вас головой о проблемы. Эдакий шут, который сбивает с толку другого, Большого «Я».

Вот сразу и приступим к этому клоуну, который лезет везде со своими мыслями и мешает творить жизнь, заслоняет собой великие дела, которые вы, скорее всего, хотели бы сделать.

Этот «Я», который второй — его еще называют «Эго». То есть у читателя вполне может быть это «Эго», которое, как это ни странно, называется также - «Я».

Есть тот «Я», ВЫ, который читает сейчас эти строки, и есть эдакий человечек внутри, который хочет хапнуть всего по-больше, выжить пытается, карабкается везде, хочет доминировать над другими людьми, и выдает себя за вас. Он еще спорит со всеми, включая меня.

Вы знаете о нем, верно?

И вот, так быстро, мы решаем мировую проблему: **КТО** осознает, что у него есть некий внутренний саботажник? Кто осознает, что некое существо внутри сует ему мысли, заставляет сражаться за жизнь и делает жизнь тяжелой?

Ваше второе, маленькое «Я», это делает? И прямо в эту секунду, отметьте для себя, что **вы** можете увидеть это «Эго», почувствовать, как оно борется, как оно бросает мысли, как оно беспокоится о чем-то. Как оно паникует и старается выжить.

Заметили? И что делали вы? Вы наблюдали. И когда вы наблюдаете за этим самым «Эго», когда вы слышите его слова, его крики, его мысли, то это слышите **ВЫ**. Обратите особое внимание на то, что пока этот

«Эгоист» не станет вам говорить, вы ничего не боитесь, вам не страшно и всё идёт хорошо. Так называемое состояние «без мыслей».

Но стоит ему «нарисоваться» перед вами, захватить часть мозга, как ВЫ, «Большой Я», вдруг становитесь «сам не свой». Вся беда этого в том, что раньше не проводили четких различий между этими штуками. Вы оба называетесь одинаково - «Я». Легко перепутать. Вот так просто.

А теперь усвойте эту значительную разницу: «Я», который паникует, беспокоится, что-то говорит. Это такое внутреннее «Я». И есть другой — это ВЫ, который слушает это всё барахло и ведётся на это!

Как же вы попали в ловушку? Очень легко. Внутренний «Я», «Эго», использует то же самое слово. Оно говорит, например «Я болею». Бац! Болеете вы.

Поразительно. Нечто внутри вас говорит вам слово «Я», а болеете вы. Как так? Он говорит «Я болею», а ВЫ принимаете эти слова на веру, и, хрясь, болеете вы. А «Я» как бы ржёт над вами.

Вы поняли? Вы увидели эту разницу?

Вот с этой минуты разделите для себя навсегда: ВЫ и «Я». Вы — это тот, кто имеет это «Я» в комплекте, в мозге, как некую программу, которая там появилась.

И теперь, давайте, протестируем это.

Задаю вопрос: кто из этих двоих хочет выжить? Вы или «Я»?

Если вы ответили «Я» или услышали голос внутри себя, который сказал «Я», то вот он, ваш приятель «Я» и откликнулся.

Но кто осознал это? ВЫ. Интересно, правда?

ВЫ и «Я» - разные ребята. И именно ВЫ имеете у себя в голове «болтуна Я».

А теперь углубимся в это еще больше.



Итак. Тело, как настоящий биоробот, не может себя осознавать в полной мере. Точно также, как ваш домашний компьютер не осознаёт, что он есть. Он есть, но осознать это он не может.

Говоря прямо - любой робот всегда будет внешним объектом, по отношению к своему наблюдателю. Как и компьютер по отношению к своему оператору. **Вами** он не будет.

Но он будет видеокамерами с вычислительными системами, выдающими интерпретации своего «мозга» кому-то еще. И именно эти интерпретации вы и слышите. Когда нечто говорит вам «Это стул» вы получаете ответ от встроенного компьютера.

Обратите еще раз внимание, что именно ВЫ получаете ответ от компьютера.

Конечно, мы можем научить машину произносить слово «Я» и даже заставить компьютер породить внутри себя некое электронное «Я». Нечто вроде программы искусственной личности, которая выступает в роли собеседника. И вот, теперь ВЫ болтаете с этим порождением собственного мозга.

Но это «Я» - это синтетическая программная единица, лишь **считающая себя отдельной личностью**.

И с этой минуты дела пошли плохо. Отдельная личность «Я» начинает соображать, в меру своей испорченности, что оно отделено от вас. Или может начать творить странные вещи, например, перехватывать изображения реальности и примерять их на себя. Оно может взять ситуацию из памяти, из фильма, увидеть, как там убивают человека и начать бояться, что «Я» тоже может погибнуть.

Оно может слушать других людей, и в силу своей примитивной конструкции, отождествляет всё с собой. Однажды попавший в неё страх, становится самым лютым злом для всего будущего.

Теперь, это бестолковое «Я», начинает бояться всего на свете. В силу своей технической простоты, оно принимает всё максимально буквально. Умениями видеть разницу оно не обладает. Этому балбесу всё равно — вы

в кадре? Когда это было? Если там есть форма жизни «Человек» и, например, «смерть», то всё, пишите пропало. Эту штуку переклинит более чем полностью, и это «Я» будет думать, что все «люди» = «смерть несущие».

И дальше — больше.

Наблюдение трупов по телевизору добавляет к этому угара: смерть возможна, поглядите! Ассоциация-уверенность укрепляется. Теперь оно может начать защищаться от «возможной смерти». И вот вам страх. Страх «возможных потерь», фобии разные, всё тут.

Любопытно, что смерть человеческого тела неизбежна. Бояться неизбежного глупо. И ВЫ это осознаете. Но «Я» не может осознавать. Оно теперь боится умереть. И говорит что-то вроде «Мне страшно».

Таким образом «Я», которым вы себя ранее считали, это всего-лишь навсего - искусственная личность.

Помните, как вы на неё повелись? Вот так: вы слушаете «Я», что ему нужно выжить, например. Оно говорит слова, в духе «Я умру, здесь опасно!». И вы, как шальной, убегаете. Но зачем убегаете ВЫ, когда это всего-лишь навсего какое-то мелкое «Я»?

\* \* \*

Перейдем в терапии. Есть один удивительный феномен: если признать, что «Эго» у вас есть и не пытаться от него избавиться; если разрешить ему жить, не выгонять, не заставлять уйти; если не бить, а дать ему место внутри вашей системы (внутри ВАС), то оно успокоится. И может полностью замолчать, поняв, что оно дома. И что опасности нет. Как стало известно, безопасность для ума — это именно то, что и нужно уму. Это следовало сделать еще сто веков назад.

Но теперь, в эпоху слов, надо еще хорошенько прочистить его. И о том, почему это важно, в следующих главах.

А вы осилили эту? Добро пожаловать в реальный мир.

## Часть Вторая

### Страх машины

Бойтся чего-либо в мире, как мы уже с вами выяснили - «Я».

Искусственная личность внутри, которая считает себя «вами». И диктует вам, что ОНО, «Я» — это ВЫ. Если вы еще не осознали этого факта, то вернитесь к предыдущим главам. Это очень важное разделение на «Я» и «тот, который имеет «Я». Или, говоря иначе, вы ТОТ, кто ИМЕЕТ «Я» в своём распоряжении. Но не наоборот.

А теперь давайте посмотрим на **страх** во все глаза.

1. Страх сковывает разумность. Страх автоматичен, часто неосознан. Страх блокирует осознание так, что вызывает неадекватное поведение у носителя. Это очевидно и вы это замечали много раз. И порой проявляется это, как желание «срочно покинуть это место». Или «атаковать». Гнев, «убегание», «депрессия», «апатия» - всё это тут.

2. А теперь вопрос: кто может бояться из этого набора?:

- а) Тело
- б) Ум
- в) Вы, как некий наблюдатель

Каков ваш ответ?

Бояться может только искусственная штука под названием «Я». По простой причине: тело — это предмет, а Вы — не можете бояться, это физически не выполнимо.

Значит надо успокоить это самое «Я». А это и есть ничто иное, как ваш собственный ум. Вот так. И надо помочь ему. Нужно сделать так, чтобы ум перестал бояться и обнаружил для себя, что опасности нет. Что никто его не выгоняет, никто ему не угрожает, никто его убивать не собирается. То есть нужно показать ему полную безопасность.

Вы уже прочувствовали тот трюк, который я запланировал вам показать?

Что же, давайте просто скажем уму, прямо сейчас, вот эти слова:

**Даже если я боюсь умереть, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя!**

Маловато. Еще так:

**Даже если я сейчас умру, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя!**

Еще:

**Даже если умру мучительной голодной смертью, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя!**

Если у вас был активным этот страх даже минуту назад, то теперь он ослаб так, что, скорее всего, вы его уже не помните.

Используйте эти волшебные слова, чтобы успокоить свой ум, своё «Я», чтобы оно поняло, что его любят и никто его не убивает.

«Даже машины нуждаются в любви». В Вашей. И в безопасности.

## Структура ума

Вы уже знаете, кто боится. Кто, что и как блокирует разумность людей. И вы также знаете, где он. И он - внутри.

Что же во всём этом не так? Почему есть страх? Почему он перехватывает контроль и как всё это работает?

Давайте быстро пройдемся по этому материалу, чтобы иметь общее понимание. Будем говорить как можно более легко и понятно.

У вас есть такая штуковина в мозгах, назовем ее программой «Инстинкты». Это те самые звериные инстинкты, благодаря которым ведут борьбу за выживание животные, стараются выжить всеми силами даже тогда, когда это невозможно сделать.

Когда ваша рука отдёргивается от горячей сковородки — это Инстинкт. Узнали его?

Итак:

Есть **Инстинкты**.

Цель - **выживание**.

Второй кусок мозга, который у вас есть, это «Лимбическая» или, говоря иначе, **животная система**. Вы чувствуете эмоции благодаря ей. Вы испытываете сексуальные ощущения, благодаря ей. Вы хотите быть любимым человеком и любить — это оно. Вы общаетесь с другими людьми — это тут. Выживание «стадом» тоже здесь. Все стадные инстинкты — это всё тут. Все сексуальные игры — тоже.

Вам наверняка знакомо такое чувство, когда вы уже «мокрая» или «встаёт» в одном пикантном месте и особь противоположного пола внезапно становится красивее, желаннее и привлекательнее в ваших глазах?

И когда вы видите, что другой человек «думает промежностью», это именно тут. И брачные игры тут.

Итого:

Есть **Животная система**.

Цель — **выживание (включая выживание группой)**.

Третий блок мозга, это «осознание». Его называют еще «Неокортекс» или, собственно говоря, это человек разумный и есть. Точка наблюдения, которая может осознавать, что она есть. Вот она есть и всё тут.

Хоть и считается, что эта доля мозгов молодая, это не совсем так. Однако именно благодаря ей вы осознаете, что у вас есть «Инстинкты», «Друзья», «Желания» и всё другое. И тот самый «Я» у вас есть. Именно этим местом вы понимаете обо всём этом.

Вот например, вы же знаете, что вы читаете эту книгу? А как вы это знаете?

Это и есть **Неокортекс**.

Или, говоря иначе, «лампочка вашего осознания».

Точка вашего видения и наблюдения за жизнью.

Цель: **жизнь**.

Обратите внимание, две части мозга работают с целью «выживание» и только одна с целью «жить».

Вопрос «**Вы живёте или вам нужно выживать?**», определит активную часть мозгов в текущий момент.

Теперь, когда пазл складывается, вам должно быть более понятно, что вами управляет, по сути, Инстинкт. И «Лимбическая система» тоже. Обе вместе.

Но так как в наших планах нет стремления избавляться от биоробота, выковыривая из него мозги, то всё, что мы должны с вами будем делать, описывается в этих пунктах:

1. Отключить активные инстинкты, которые имеют доминирование над осознанием. Текущий мир не представляет угрозы выживанию биологической особи вида «Человек». Источник реальной угрозы сегодня отсутствует. А если и придёт, то когда это случится — не знает никто.

Поэтому нет ни малейшего смысла держать инстинкты включенными.

Если не сделать этот пункт, то человек будет как реактивный самолёт — улетать ото всего на свете и прятаться в тёмный угол, чтобы не нашли.

Любая манипуляция сработает, достаточно будет напугать. Сказать «Бу!» и всё, человека уже сдуло, он убежал и спрятался. И это — Инстинкт. Не более.

2. Лимбическая система разбрызгивает везде специальные химикаты, чтобы вызвать у вас эмоции. И вот эту работу она делает хорошо, даже слишком качественно.

Вы же помните цель лимбической системы? Это тоже выживание. И вот теперь представьте себе некоторое опасное событие. Допустим, снайпер на крыше за вашей головой. Это угроза выживанию? Тут же включается инстинкт (Инстинкты), выпрыскивается химикат (Животное). И, получите! Вы уже посмотрели в окно?

Всё записывается в памяти и будет влиять в будущем. И так делается постоянно. Каждую секунду. Всё всегда записывается. Когда вы спите, когда вы едите, когда думаете... Да ладно бы, если оно просто записывается. Если в любой ситуации есть эмоция и выживание — дело будет дрянь! Полная дрянь. И навсегда в будущее!

Характеристика записывающего устройства мозга такая, что в попытках жить и быть в безопасности, памятью зафиксирована именно плохое. Зачем, спросите вы? А чтобы дважды не попасть туда же. Вот такая наивная эта система. Она сохранит плохое с целью предотвратить его появление в будущем. И тем самым зафиксирует это в мозгах окончательно и бесповоротно и оно ОБЯЗАТЕЛЬНО случится! К гадалке можно не ходить.

Так вот, нам с вами надо дать понять этой всей «Животной системе» и Инстинктам, что мир безопасен. Иначе она накопит в вас всё зло всего мира с горочкой. И никогда его не отпустит, ни за какие пряники. И сделает из человека настоящее животное: похотливое, запуганное и, одновременно, зажатое тупое. Вне стада. Эдакая мелкая шавка, ни на что не способная и без шансов стать лучше.

Теперь кратко:

1. **Инстинкты** сохраняют вашего робота в тяжелейших ситуациях. Он молодец, если работает правильно. Автоматическая реактивная часть. Стимул-реакция. Не имей она Лимбической системы — это кнопочный робот. Ударили по пальцу — убежал.

2. «**Лимбическая система**», это мозг животного. Своими химикатами фиксирует воспоминания. Снабжает вас удовольствием тоже. Но приоритет делает на ПЛОХОЕ, чтобы, с её точки зрения, вы дважды не попали в те же неприятности. Очевидная глупость, сильно сужает кругозор и сферу деятельности своего носителя. Уничтожает желаемое будущее.

3. **Неокортекс**. Лишенный эмоций и инстинктов высший уровень осознания внутри всей этой биоструктуры. Вы как бы находитесь в ней. Это ваша точка видения мира. Ваша точка осознания реальности. То есть это ваш пункт наблюдения жизни. Из него вы можете творить жизнь и ЖИТЬ.

Но, увы, вы смотрите на мир под влиянием активированных Инстинктов и Животной частей ума. Это точно также, как если бы вы смотрели в закопченное окно, которое еще ранее было покрыто черной краской. Много вы увидите красок? Вот столько люди и видят, почти ничего.

Теперь, надеюсь, понятно, куда именно попали и где вы застряли, Дорогой Актёр?

Вы застряли в мозгах у своего робота. Но всё это, к счастью, можно перенастроить. И у вас есть на это все полномочия, ведь вы — тот, кто едет в карете и может вылечить свою лошадь и использовать своего кучера, указывая ему путь.

Что это даст?

Даст наслаждение жизнью и всеми эмоциями, какие только захотите и когда их захотите. При этом инстинкты сохранят вашему телу жизнь в нужный момент. Это именно то, что вы искали?



## Манипуляции

Мы знаем об инстинктах и о лимбической системе. Чтобы манипулировать «старыми методами», достаточно поддерживать инстинкты включенными и вы побежите туда, куда вам укажут. Или нападать будете на тех, на кого укажут.

И никакого гипноза не надо.

Пример.

- Если вы не сделаете так — вы умрете!, - и указывают на заградительный отряд сзади.

И вы будете делать, потому что в системе включился механизм «выжить!».

Производительность, конечно, будет низкая, качество низкое, но вы сделаете и результат, худо-бедно, будет достигнут.

- Милый, у меня не хватает 10000 рублей на парикмахерскую, ты же хочешь чтобы я выглядела хорошо? (взмахивает волосами, демонстрирует неряшливость на голове, делает жест, оголяющий часть груди, и всё это как бы случайно).

- Детка, ты должна быть красивой. Держи. (А в душе вопрос: как она меня развела с очередной раз? Откажу ей в будущем, но ведь опять ей удастся. Как она это делает?!)

Сегодня весь мир живёт манипулируя друг другом. В этом нет ничего плохого, за одним исключением: манипуляция, разрушающая куклу (того, кем манипулируют), вредит этой кукле и, в конечном итоге, повредит самому манипулятору. Просто потому, что кукла станет бесполезна для манипулятора в случае ее гибели или в случае выхода из под манипуляции.

Это безграмотное управление людьми. Бездарное. Животное.

Если вы хотите манипулировать другими людьми, то манипулируйте ими так, чтобы это было по знакомому многим принципу: "win-win". То есть,

принимать действия и решения, когда выигрывают обе стороны.

Если же вы заметили, что вами манипулируют, то тут всё становится очень простым. Приносит ли манипуляция пользу и помогает обоим сторонам? Тогда да, ради бога манипулируйте мной, скажете вы! Но если вы чувствуете «что-то здесь не так», «ощущение потери», «руки опускаются», то у вас манипулятор бездарный и глупый. И таких, к сожалению, тысячи вокруг только вас. И таким глупым и, обычно, жестоким манипулятором управляет что? Инстинкт выживания!

Вот она, новость для вас. Манипулятор сам под контролем, но под контролем собственного мозга! То есть тот, кто управляется сам выживанием, это и есть обыкновенное животное. И помыкает другими оно, как правило, только(!) ради собственного выживания.

Прочувствуйте изложенное здесь сполна.

Если этот древний подход сменить на подход «Моя кукла должна получать с этого пользу и лучшее выживание», тогда и кукла будет жить и манипулятор преуспевать.

Симбиоз, однако. И это и есть лучшее решение. А паразитирующая форма манипуляции — глупа. И иногда очень даже смертельна. И опасна для манипулятора.

Что делаем дальше?

1. Отсекайте односторонние манипуляции от себя. Просто не выполняя их. Понимание, что идёт манипуляция, снижает её эффективность, если вы с ней не согласны. Если был применен гипноз или манипуляция-шантаж, то это тоже заметно. И очень ярко заметно.
2. Не делайте так сами с другими.
3. Делайте так: манипулируя другим, манипулируйте им с целью и ЕГО и ВАШЕГО НАИЛУЧШЕГО выживания.

Можно спросить себя: Моя манипуляция поможет мне и поможет кукле? Если да — отлично. Манипулируйте. И можно не бояться быть раскрытым

манипулятором, когда вы манипулируете для общего блага. И вы будете бояться быть раскрытым, манипулируя как голодное животное ради себя одного.

Простейший пример:

- Милый, ты меня любишь?
- Пошла в баню с шубой! (он знает эту манипуляцию-шантаж)

Другой вариант:

- Милый, что ты хочешь за шубу?
- Опа. Что я хочу? Я себе никогда не задавал такой вопрос. Но... Если немного подумать, мне просто не хватает помощи. Ты мне помоги вот тут, не мешай мне никогда вот в этом вопросе, и на неделе купим тебе шубу. Ты будешь счастлива с такими условиями?

Результат явно лучше, если манипуляция становится взаимовыгодным решением. Но что самое важное — такие манипуляции улучшают отношения и продвигают участников как в материальных, так и духовных планах. Сразу во всех направлениях. В противном случае, паразиты сожрут паразитов, разбивая друг другу головы.

Может оказаться, что вышесказанное звучит тяжело. Но это только для паразитирующих умов. И я опечалю их еще больше — я описал будущее. И оно неизбежно. Иначе, зачем вам вообще нужен Неокортекс?

Проверьте себя на то, как вы манипулировали другими вчера. И начните по новому сегодня.

## Привычка думать и много болтать

Это очередная особенность и способность вас и вашего ума.

Ум способен думать. Он это и делает.

Он может решать различные задачи двумя, как минимум, способами:

1. Думать, размышлять. Логически делать выводы, решать уравнения.
2. Представлять, воображать, фантазировать.

Но! Зачем ему мыслями и словами думать? Если это компьютер, то он не думает словами. Он просто складывает факты, опыт и получает решение. Он может думать мгновенно и часто так и поступает. Но зачем он размышляет словами?

Вот в этом самый забавный момент. Это **ВЫ** разговариваете с ним! А он, как подчиненный, исполняет ваши распоряжения и развлекает вас болтая с вами. Ха. Всё бы ничего, кроме одного: вы можете так глубоко погрузиться в эти размышления, что мир пройдет мимо, деньги пролетели незаметно и рядом, а вы всё еще размышляете, кто прав, а кто нет... Ум, штука умная — он будет с вами рассуждать всегда. И никогда не остановится. Почему? Потому что это вы его просите быть собеседником. И никто иной. Вы не ждали такого поворота?

Таким образом, одна из форм внутреннего диалога, которая так сильно мешает, это всего лишь навсего - ВАША болтовня. Языка-то у вас на самом деле нет. А ум может вам его дать. Вот вы с ним и болтаете. Электронный компаньон-собеседник.

А вы не знали, что вы сами это делаете? Вы думали, это коварные черти внутри головы? Нет. Это ВЫ. И УМ.

Даже сейчас, когда вы проделаете следующее упражнение, вы будете говорить УМУ, используя голос внутри УМА.

Читаем дальше: Благодарю тебя ум за то, что ты у меня есть. Ты всегда

мне помогал и помогаешь мне и я люблю тебя за это. Прости меня за то, что я тебя не понимал(а).

Прочитали это своим собственным внутренним голосом?

Теперь замолчите и наблюдайте тишину. Ум удивлён.

## Сторожевой пёс

Что же, наблюдатель тишины, вы всё больше и больше становитесь собой. Можно сказать, что вы становитесь тем, кем вы и являетесь - пользователем компьютера, который ходит по сцене на тоненьких ножках.

И вы уже знаете, что в голове есть одна очень славная штука — это Неокортекс. Которая, по сути, и есть ваша точка осознания всего. Вы через неё смотрите на мир и видите то, что видите.

Вы также знаете, что включенные инстинкты мешают этому и лимбическая система иногда зашкаливает в своем стремлении спасти вашу машину от смерти и, буквально, записывает всё самое ужасное, прямо в вас.

Однако, к этому моменту, уже должны осознавать, что все они, эти частички ума — это подчиненные. Они выполняют не только заданные им ранее функции, но и ваши распоряжения. Если ваши указы идут не от Ума к Уму, то Ум-то как раз и выполняет их легко. Тот же самый внутренний диалог вы ведете с умом? Ум выполняет. Вам нужно — Ум делает.

Но есть и некоторые сложности. Неокортекс может быть внезапно обделен энергопитанием, когда активируется инстинкт или лимбическая система ума. Системы жизнеобеспечения организма имеют преимущество в принятии решений по выживанию. Ведь Неокортекс не умеет выживать по-звериному. Ему это не нужно. При угрозах выживанию Инстинкты и Животная система имеют преимущество. А когда активен Инстинкт, то он запросто перекроет энергию вашему наблюдательному пункту под названием «Сознание». Схватит вас в охалку, и побежит галопом прятаться. Или будет атаковать врага. А по пути он увидит особь другого пола, успеет её «обработать», для продолжения рода, и побежит дальше.

Задача этого комплекса — «должен выжить». И ему наплевать, что ваша задача немного другая — жить. Он выполняет функцию: спасти тело, спасти жизнь. Спасти всю структуру, под названием «Человек». И ругать его за это нельзя. Он спасает тело из огня и пламени. Не даёт схватиться за горячие угли и насладиться тем, как кислота проедает живот. Поняли?

Он — друг! Но постоянно активным он выглядит, как враг! И тут-то вся беда. Никто не сказал ему «Спасибо». Никто не сказал этому огненному монстру, способному спалить всё до тла, что ему пора бы успокоиться. И сказать ему «Ау, милашка, я тут!».

Давайте скажем ему эти волшебные слова. Мы же заинтересованы в энергопитании и нашем собственном психическом здоровье, в нашем наблюдательном пункте? Мы заинтересованы, чтобы быть разумными и творить жизнь, да?

Тогда так, ложа руку на грудь: Благодарю тебя мой инстинкт за то, что ты всегда спасаешь и выручаешь меня. Ты всегда мне помогал и помогаешь мне выжить. Ты всегда-всегда так сильно меня защищаешь, что вот он я! Живой (живая)! Смотри! Я в безопасности, благодаря тебе. Посмотри вокруг. Оглянись. Здесь безопасно. Ты видишь? Благодарю тебя за то, что ты у меня есть, выключайся давай.

Инстинкт, как настоящий верный сторожевой пёс, **не видит ничего, кроме врагов**. И если он был включенным полминуты назад, то сейчас уже всё совсем по-другому.

Он неожиданно увидел **вас**, того самого, кого он спасать должен. Живым. Здоровым. Добрым. В безопасности. И, конечно же, убедившись, что всё в порядке, он вернулся на свой пост и ждёт новых врагов, чтобы снова спасать. Это-то нам и надо!

Вот так же мы поступаем со всеми инстинктами. Их немного. Всего четыре. Да, да. У вас, как минимум, четыре злобных собаки. Пылающие пламенем программы. Одна злая и кровожадная, будет убивать врагов, защищая своего хозяина. А три других на своей спине увезут носителя в безопасное место.

И даже если им придётся раздавить ваш дом, сломать привычный ход дел, не дать достигнуть результатов, и даже если вы обанкротитесь полностью и попадёте куда-нибудь в тюрьму - псам наплевать! Главное — спасти хозяина. И они сделают это, либо погибнут вместе с ним. Для них нет выбора.

И самый-самый лютый центральный смысл их всех:

**ДОЛЖНЫ ВЫЖИТЬ!  
ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ!**

И посреди этого крошечного огненного ада, вы показываете, что вы живы. Стоите где-то на камешке среди развалин мира и ухмыляетесь довольные. Вы живы. Мол, вот я тут, гляди, живой (живая)! Пёс, ты выполнил работу!

- Ахаха, собачка, ты всё еще ищешь врагов. Они давно умерли, расслабься! Давай потанцуем, мой славный и верный телохранитель. Гляди, я танцую!

И, бац, рубильник делает «щёлк»! Выключило! Инстинкт перешел в «режим ожидания». Как будто его никогда и не было.

Разъярённая собака, размером с город, вздыбилась до самых небес. Но внезапно сообразила, что врагов нет. Нигде. И давно нет.

- «Тьфу ты! Оказывается работа уже выполнена», - говорит себе она, и уходит в конуру, - «Мой хозяин танцует. И **лучше бы ему танцевать** всегда. Я буду за ним приглядывать».

И приглядывает. Уж поверьте, такой пёс приглядывает за вами по-настоящему пристально! Вот уж кто-кто, а этот охранник никогда не спит и в щепки превратит ваш внутренний мир, если нужно, чтобы вы выжили. С его примитивной точки зрения.

И в ту самую секунду, когда отключается инстинкт, может нахлынуть ощущение неопишуемой свободы. Может произойти физический глубокий выдох, который бывает, когда нечто тяжелое, веками висевшее над вами, отпустило и ушло. И даже меняется внешний мир. Вполне возможно, что кто-то из вас, впервые в истории, сегодня испытал это чувство. И больше энергопитания вернулось к «осознанию»... Еще бы. Эти псины жрут ресурсов, как целых четыре мегаполиса!



## Память

Полностью еще никто не изучил память. Но иногда экспериментальный путь даёт больше представления, не дожидаясь выводов экспертов, делящих мозг на узкие полоски в своих секретных лабораториях.

Из всех знаний нам достаточно понимать это:

1. Всё, что вы видите, слышите, чувствуете и переживаете — записывается. Доступно осознанию.
2. Всё, что происходит, когда вы без сознания, например, пьяны, под наркозом, спите или даже в глубоком трансе — тоже. Доступно осознанию уже с трудом.
3. Всё, что было с момента зачатия и до примерно 5 лет — тоже записано. Но недоступно осознанию.

И особенный вид:

4. Генетическая память, пришедшая с ДНК.

Судя по всему, тип памяти «генетическая» — информационного характера, записанная на спираль ДНК или подобным образом.

Другие виды памяти — это просто мозг. Просто мозг и всё.

Степень доступности воспоминаний, как мы видим, свидетельствует об активности осознания на ту единицу времени. Чем меньше было осознания (пьяны, например) — тем меньше осознание знает о произошедшем в эти секунды. И тем больше эта область памяти используется автоматически. В том числе и охранниками-инстинктами.

Начнем издалека.

Когда вы были в утробе матери, и вы слышали звуки, вы их не помните осознанием. Потому что осознания тогда еще не было. Но всё, что там происходило — было тщательно записано в той части мозга, которая

тогда, собственно, была. В клетку вашей лодыжки, хотя бы, но не это важно.

Так продолжалось некоторое время, пока вы не родились. Выйдя на свет божий, ситуация продолжалась, потому что кора головного мозга всё еще не выросла. Именно поэтому детишки выглядят неуклюжими медвежатами. Пока тело росло, всё, что было сказано, испытано и так далее — всё, совершенно буквально, записано в мозгах. В клетках. Так буквально, что буквальной некуда.

Пример. Ребенок видит как плачет мама. Мама плачет = я плачу = обидели. Значит в будущем он будет плакать, когда его обидели и будет обижаться, когда плачет хоть кто-то. И любые комбинации этого. Такие, что можно свихнуться, в попытках догадаться «что же происходит?».

Бывает и того хуже, он будет плакать, когда обижают ДРУГОГО человека, даже если это кадр из кино. Реактивное автоматическое поведение? Оно самое. Автоматы. Тупые, банальные машины-подражатели и... и, конечно же, память. Куда тут без памяти.

Настолько вот буквально и бестолковой это бывает. Память записывала всё, что можно. Включая поведение родителей, их выводы, их решения, их ссоры, их слова и даже их «гримасы на лицах». Мозг маленького человека банально скопировал себе всё, что делали родители. И все другие люди тоже там скопированы.

Позже, когда сформируется Неокортекс, человек почувствует себя одуроченным именно по причине наличия этих самых, не осознаваемых, записей в памяти.

Увидел, допустим, в интернете, как котика кто-то мучает на картинке. Что тут может начаться! И биться в истерике можно, и крыть матом всех людей за жестокость, и поплакать тоже можно. И всё это, как правило, происходит автоматически, в некоем неом согласии. Кого-то обидели и понеслось! А ничего, что это, на самом деле, обидели маму когда-то, когда человечек этот был в утробе? И к коту это не имеет ни малейшего отношения? Вот такой буквально может быть эта структура. И она делает людей истинными дураками, ведь они не знают, почему и что происходит с ними.

И чем больше неосознаваемых областей в памяти — тем тупее человек. Чем более мощные записаны там инциденты — тем тупее. И раньше это было невозможно исправить по причине неполного понимания этого. Это я мягко еще выразился. Почти вся тупость человека лежит в областях недоступных его осознанию. И поэтому-то он не может осознать, что он тупой. Он просто не знает об этом и не знает почему. А весь механизм биологического запоминания преследует одну и ту же, уже знакомую цель: ВЫЖИТЬ. И ему всё равно как. Тупой, но живой. Бедный, но живой. Наплевать! Главное — живой! Всё это для того, что бы ДАННАЯ ОСОБЬ выжила. Это и есть, что уж тут греха таить, животное.

И как же дешево вся эта система выглядит, когда появляется Неокортекс. То есть, когда есть ВБ в вашем наблюдательном пункте. Выглядит так нелепо всё это, что кажется, некто очень плохо продумал систему выживания организма. Хуже некуда. И дела действительно обстоят плохо, когда за обработку старых «записей» берется инстинкт с лимбической системой. Они не имеют осознания. И напортачат, как могут, на всю катушку.

Представьте, что у некоего мужчины случился испуг, и ему срочно надо бежать! Все женщины для него становятся более красивыми, а мужики более опасными. Две системы среагировали на некий шаблон поведения (запись в памяти). А осознание даже не в курсе, что происходит, его банально отрубили, «притушили свет».

Вот в такую минуту люди и спят глубоким сном. Ими правит животный ум. И чем больше он будет править — тем глубже человек спит и тем более он реактивен, автоматичен и тем более он туп. И тем меньше у него успехов будет. И всё, чем оперирует подобное животное — записями в памяти. Иначе говоря, чем более активна животная составляющая ума, тем меньше вы человек. Чем больше памяти недоступно лично вам, то есть тех областей, которые неосознанны — тем больше человек равен животному.

Потому что, самый разумный, кто может здраво смотреть на вещи и события, это как раз вы — в Неокортексе сидящий, безэмоциональный изначально Актёр. Суть, которая способна контролировать весь этот мозговой хлам и вызывать или прекращать работу Ума по своему желанию.

А Актёр должен, обязан управлять ЭМОЦИЯМИ, а не быть их рабом. И точно так же с памятью. Так почему он не контролирует эти механизмы? А никто особо и не пробовал это сделать. Потому что все уверены, что человек - это «Эмоция» плюс «Великие Чувства».

Ах, какая же это лживая роль для нежного животного!

Но по факту человек, это - «разумность» плюс «подконтрольные эмоции» плюс «подконтрольные чувства». И никак иначе. Даже называют человека-то так: Человек Разумный.

Разумный Человек. А не Животное Человек. Уловили?

Именно по этой причине люди, как Разумные существа, до сих пор остаются впаянными в «автоматику животных тел и животного ума».

И некоторые всё еще сидят там и плачут всюду, разыгрывают драму, целые спектакли играют и думают, что они люди. Нет, это обыкновенное млекопитающее, которое хочет сиську мамки, секса и выжить. Поэтому и плачет, потому что «память» полугодовалого ребенка работает в нём, а он даже не знает.

И тогда такой человек делает еще хлеще поступки. Не понимая, что происходит, он пытается выкрутиться вот так: «я поймею выгоду от неизбежности моей странности. Кто тут купится на мой плач? Аааа, муж! Поплачу-ка я, может денег даст».

Вот такая простая и сложная, одновременно, ситуация.

Человек Разумный разыгрывает спектакли своего ума и памяти, и потом оправдывает это тем, что он Человек и имеет право плакать и быть жертвой. И ищет в этом выгоду. И поступая так, человек укатывает себя под асфальт изо лжи и не сможет выбраться. А всё потому, что эти «шаблоны памяти» обслуживаются не им. Он о них даже не подозревает. А потом он говорит: «Я плакса, я не могу остановиться и я плачу, дайте мне денег, а то я заплачу еще больше».

Ах, артисты-притворщики, запутавшиеся в мозгах!

Ну так вот, всё что нам нужно сделать, по сути, это по-отключать к чертям собачьим те самые шаблоны, которые стали ненужными или даже вредными. То есть те самые события, которые и активируют «Животное» в человеке.

Ведь соску уже не дадут, так зачем плакать каждый раз, когда не дают зарплату вовремя? Игрушки детские уже не нужны, так зачем всегда орать, чтобы подали хлеб к столу? Вы видите несуразность этого? «Шаблон», «запись» какая-то одна, а делает поведение людей такими, будто они совершенно неполноценные и, часто, откровенные идиоты.

То есть, нам надо выключить **в вас** именно те самые воспоминания, которые и убивают человека разумного. И сложнейшая, ранее, проблема человечества сегодня решается достаточно легко. Самые активные воспоминания, мешающие и надоевшие можно убрать уже сегодня.

## Как сохраняется память

Вся память головного мозга записывается по одной схеме. Впрочем, не только мозг так сохраняет информацию, но нам это не важно.

Мозг — это нейросеть. Это хитросплетение мельчайших ветвей внутри огромной структуры. Как проводки соединяются друг с другом, так и в мозгах всё соединяется. Но в отличии, скажем, от вашего компьютера, в мозгах эта система динамическая. Она может разрывать соединения и создавать новые. И есть также некая сила, прочность для каждого соединения. Это, своего рода, уверенность в чем-либо.

Как вы раньше уже читали, чем больше раз вы увидите подтверждение в жизни чему-то, тем более реальным оно становится для вас. Почему? Потому что это формирует надежное соединение в мозгах. Например: «денег нет и точка» или «деньги есть и точка»!

Но чтобы легче было разобраться с этим, нужно вспомнить, что почти вся биоструктура заточена лишь на выживание. То есть, это биологическое создание особенно хорошо записывает именно плохое. Зачем? Вы же знаете, чтобы второй раз не попасть туда же.

Она, глупая, полагает, что, к примеру, запомнив удар в зубы вы больше не получите удара в зубы. Поэтому они болят всегда. Заранее. Какой же высочайшей пробы бред. Сам мозг, пытаясь помочь, роет могилу и закапывает в неё и себя и носителя.

Если говорить «Добрыми намерениями вымощена дорога в ад», то это как раз про него. Про УМ.

Ну так вот. Предположим, мозг записал удар в зубы и боль, связанную с ним. Вы видите зубы утром в зеркале — они болят. Почему?

Потому что «зубы» = «боль в зубах». Прямолинейно, как рельса, без малейшего права на анализ. А вы, как осознание, хотели бы понять, поэтому это происходит. Но в ответ будет - лови боль в зубах и всё тут.

При этом, в это же самое время, картинка удара в зубы висит в мозгах на тоненькой ножке одного единственного факта: в событии **ЕСТЬ ЭМОЦИЯ**.

Если бы удар в зубы был без боли — у вас была бы просто картинка. Но в этом подлом случае есть эмоция. Есть боль. И, еще с десятков других вещей: злость, чувство поражения, нарушение равновесия, повреждение тела, чувство опасности и включенный инстинкт: **ВЫЖИВАЙ! СПАСАЙСЯ!**

Именно так и получается. Мозг записывает события с помощью **ЭМОЦИЙ** и всё, что там было рядом — тоже записано. Но ключ — **ЭМОЦИЯ**. Не картинка. Не выводы. Если не будет эмоции в такой записи, то всё событие не больше, чем забава. Что-то вроде «удар в зубы, это прикольно»!

В этот момент эмоциональные читатели должны вздрогнуть и заплакать. Поняв, что **ЭМОЦИИ** — это **КЛЕЙ** для **ВСЕГО ЗЛА ИХ ЖИЗНЕЙ**.

Любая враждебная ситуация сопровождается эмоцией. Например «Страх», или «Ужас», «Оцепенение» и подобными. И к эмоции прилипает такая известная уже нам штука, как инстинкт. Но эмоция держит всё это как **СУПЕР-МЕГА-КЛЕЙ**. И причмокивает.

Теперь представим ситуацию падения с некоторой, не смертельной, высоты. Есть страх удара о землю, приближение земли, страх **НЕИЗВЕСТНЫХ** последствий от приземления. Мозг тут же записал всё это: Эмоция страх = все вокруг помечены как «Плохие». Земля — тоже плохая. Всё плохое, что есть в кадре. И ветер тоже. **ОНО ВСЁ** — угроза выживанию. Мы не знаем, кто именно виноват, поэтому пометим всё, как плохое, на всякий случай. Ритм сердца 120 ударов? Записать! Глаза выпучены? Записать! Рот открыт? Записать!

И вот вам - линии в нейросети полетели соединяться: страх, земля, падение, полёт — всё плохое. Объединить. Закрепить. Соединить. И - нельзя повторить!

И позже вы видите самолёт в аэропорту, вспоминаете его принцип — полёт в воздухе без опоры. Мозг тут же подумал: «Вероятность падения есть, и не важно, что вероятность падения ничтожна, но она есть! Аааа!!!»

Этого достаточно, теперь запросто появляется дикий страх. Черт возьми, это же просто надежный самолёт! Но нет, ноги подкашиваются, рот открывается и сердце стучит. И человек в панике: я не полечу на этом самолёте! И если его туда запихают, он будет весь полёт лететь в поту, страхе, и рот будет продолжать открываться и пульс будет стучать. До тех самых пор, пока до инстинкта не дойдет, что все приземлились и живы.

Но и это еще не всё. Когда нахлынул этот страх, то все картинки и события, содержащие любой другой страх, тут же обрушатся на голову.

Принцип работы нейросети: всё взаимосвязано с разной степенью схожести. Ассоциации и тождественности! НИКАКОЙ ЧЕТКОЙ РАЗНИЦЫ! И это и есть проклятие человечества. И если в записи есть ЭМОЦИЯ — она будет работать против вас всегда, ассоциируясь с чем угодно похожим или с другой эмоцией этого же типа. Если эмоции нет, это просто картинка, не более, чем опыт. Но если есть ЭМОЦИЯ в записи и, не дай бог, угроза жизни — реально плохо всё будет. Почти до полного отключения сознания. И скорее человек убежит из такого места, чем справится со страхом. А дополнительно на голову ему упадет всё, что с этим, так или иначе, было связано. И добавит страданий. Вы понимаете, как это ловушка мозга срабатывает?

Даже если есть ЭМОЦИЯ и угроза выживанию кому-то другому, а не вам, это не имеет разницы. Мозгу всё равно, кто под угрозой. Есть опасность? Бежать! И чем плотнее эта связка в мозгах — тем резче и быстрее будет активация и её последствия.

И имея такие записи, которые каждый день укрепляются, область жизни человека будет сужаться и сфера деятельности будет становиться всё меньше. И всё это ради чего делается? Всё также: ради выживания.

Теперь другая история. Вот вы - в добром здравии. Рядом новые люди, и вы новом месте. Всё хорошо, но вот пиджак того парня, до боли в душе, кого-то напоминает. И чем больше он напоминает кого-то, тем ближе к вам картинка прошлого и тем ближе эмоции.

Если в некий момент «X» эмоции перевесят, то все картинки, связанные с такой же эмоцией обрушатся сверху, как водопад из грязи. Если перевесит



воспоминание по признаку «пиджак», то обрушатся все воспоминания всего, что связано с пиджаками. И все ЭМОЦИИ ТОЖЕ, которые прикреплены к похожим пиджакам.

И вот вы, бац, в ужасе. Среди улыбчивых людей, но СТРАХ такой, что хоть прыгай в окно! С чего вдруг? Ваше неосознанное воспоминание сработало и активировало картинку старого события, которое, по всей видимости, угрожало выживанию. И не важно кому оно угрожало. Тут же включается инстинкт «ВЫЖИТЬ!» и ловите результаты.

Ваше осознание, разумеется, не понимает, что происходит и пытается встрять. Поэтому его, на всякий случай, можно выключить. И инстинкт выключает сознание. Поспите немного, хозяин, у нас тут опасно, мы должны убежать. И вы, разумеется, крепко спите.

Окружающие смотрят на вас и не понимают перемен. Спрашивают, «что с тобой?». А ваше робото-тело само говорит «Отвалите от меня, придурки!» и убегает в туалет плакать.

Где-то через полчаса, теперь уже **ВЫ**, придумаете оправдание себе и другим, чтобы не выглядеть полным дегенератом: «Что-то на меня нашло, наверное я просто ранимый человек. Простите и всё такое, этого больше не повторится».

Но инстинкт уже включился... И пиджак тот никуда не пропал... И вы не знаете, что стало ключевой причиной «совпадения» и всей проблемы... Ваши неприятности, в этом прекрасном месте, обязательно продолжатся...

Вот так и на ровном месте рождается настоящая драма.

И всё, что нужно сделать с этим — это, как банально говорят, увеличить свою осознанность. Но увеличить её иногда кажется невозможным по причине наличия очень мощных зарядов эмоций в памяти, что это вновь и вновь выключает осознание, как будто событие восстановилось в действительности и бьет по голове. Выглядит как замкнутый круг, но выход из него есть.

\* \* \*

Жизнь современных людей примерно так и протекает, как я написал. Из крайности в крайность. Из радости во внезапную непроходимую глупость.

И причину этого всего никто не хотел найти. Ходили вокруг да около, но никто не посмотрел в это всеми своими глазами. Слишком увлеклись погоней за деньгами? Или удобно быть роботами?

Однако автор залез в это тоже и обнаружил, что когда люди являются бестолковыми автоматами, то с ними неприятно и не продуктивно иметь дело. Когда все вокруг биомашин — это мир низко-интеллектуальных и бездушных ходячих роботов. Не более. То есть мир, по сути, состоит из машин уже давно. Хотя внешне они похожи на людей.

Кому выгодно, чтобы люди были такими? Никому на свете это не выгодно. Даже тем не выгодно, кто, как вы думаете, был бы в этом заинтересован. Ответ будет — нет. Нет таких дураков на земле, кому были бы выгодны спящие люди больше, чем люди разумные.

А в бизнесе так и подавно. Многие, многие современные бизнесмены сегодня МЕЧТАЮТ иметь здравомыслящих сотрудников. Даже просто потому, что к разумному человеку есть доверие, а к спящему роботу — нет. Бизнесмены это чувствуют и я это лично проверил и подтвердил это ни один раз.

Итак. ЭМОЦИЯ в памяти — это КЛЕЙ ЗЛА<sup>1</sup>. Если в событии также есть угроза выживанию ЛЮБОЙ ПОХОЖЕЙ ФОРМЕ ЖИЗНИ — это событие сохраняет активированный инстинкт «ВЫЖИТЬ».

И если оно так - попрощайтесь со своим сознанием. Такая запись будет уводить от ПОХОЖИХ ситуаций всегда, и ВСЕГДА как можно дальше и от каждой ДЕТАЛИ ТОЖЕ. Вы понимаете глубину этого безобразия?

Допустим, человечку 4 года и у него есть записанное событие, связанное с деньгами и с семьей.

1 Смотрите иллюстрации, тренинги и другие материалы на сайте книги

В том событии записана куча сильных негативных эмоций. И такое вот событие: отец бьет мать за то, что та израсходовала все деньги и «нам теперь не на что жить». Рёв, гнев, конфликт. Картинки отца, матери, дома. Есть угроза жизни матери, общая угроза из-за нехватки пищи.

Запись такого толка будет настолько сильной, что с этой секунды ему стоит попроситься с деньгами. И будущим поколениям тоже можно сказать, чтобы попросились, так как всё это еще и передастся по генетической памяти. Жестко, да. А попутно можно забыть о замужестве, если герой — женщина. В противном случае, ТОЧЬ В ТОЧЬ такая ситуация будет отыграна в будущем. Настоящая копия. И это настолько неизбежно, насколько сильный «заряд» в этом воспоминании.

Ну как вам это зло? Впечатляет?

Причина любого кошмара всегда в том, чтобы ВЫ — ВЫЖИЛИ. И диктует этот кошмар — память. А трактует её — линейная автоматика неосознанной части вашего мозга.

Пример: Нет денег? Не ищите причины вовне. Причины всегда внутри. И они ЗАПИСАНЫ. И записаны в памяти БУКВАЛЬНО.

Для тех, у кого нет денег, там может быть, как минимум, такая запись: «ДЕНЬГИ» = «ОПАСНО» и включенный инстинкт «ВЫЖИТЬ!», который унесёт человека далеко-далеко от денег. И спрячет от денег где-то очень глубоко в нищете и в бедности. И будет там держать!

А для тех, у кого деньги есть всегда, лучше не знать, что там записано, иначе эта модель поведения может рухнуть и финансовая ситуация пошатнётся. Именно в этом причина того, что после некоторых тренингов или обучения люди теряют, внезапно, деньги. Им разрушили ту реальность, которую не следовало трогать ни при каких обстоятельствах.

Как видите, память и автоматика, её трактующая, слишком устаревший механизм, подходящий для рептилий, для кошечек. И совсем не годный для людей современных.

Самое простое и лёгкое, что мы можем сделать, как Люди Разумные, это ПРИНЯТЬ эти эмоции в записях такими, какие они лежат в мозгах. И

показать мозгу, что нет нужды сохранять всё это, потому что мы уже давно в безопасности.

Удивительное дело. И оно работает.

## Обнуление проблемы из старых воспоминаний

### ЗАНЯТИЕ

Как вы уже знаете, проблема порождается автоматическим воспоминанием. Держится событие в памяти на проводке эмоции.

Теперь давайте поработаем с любой проблемой, что у вас есть. Возьмем не самую большую и сильную, но надоевшую вам.

Не пытайтесь с наскоку стереть все проблемы с деньгами. Мы сейчас тренируемся, а не взрываем себе мозги. Если тема беспокоит именно с деньгами, то выберете, например, беспокойство о деньгах, а не все проблемы сразу.

Определите выбранную проблему. Что это?  
Обозначьте ее максимально четко, как можете.

Примеры:

1. Страх, что задержится зарплата.
2. Меня беспокоит выступление завтра.
3. Мне кажется, меня не любит мой муж (моя жена)
4. У меня нет мужчины/женщины, я в обеспокоен (обеспокоена)
5. Постоянно попадаю в аварии (в меня врезаются / я врезаюсь).

Напишите свою: \_\_\_\_\_

Теперь оцените её по десятибалльной шкале.

Где, примерно так:

10 — запредельная сила, хоть вешайся.

9 — сильная проблема, но вестаться не буду.

5 — проблема слабая, но мешает.

3 — проблема есть, мне всё равно, она может быть и дальше.

1 - Проблемы больше нет. Была, но нет. Совсем.

0 — Я не могу вспомнить о чем мы говорим.

Ваша оценка: \_\_\_\_\_ (0, 1, 2 не могут быть указаны, иначе проблемы нет)

Читайте весь текст ниже, заполняя пробелы вашей проблемой, которую вы поставили выше.

По мере необходимости склоняйте и изменяйте вашу проблему так, чтобы она подходила под общий смысл предложения.

Например:

**Даже если меня беспокоит выступление, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Еще пример:

**Даже если моё беспокойство выступления останется со мной навсегда, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Теперь вы сами. Поехали:

**Даже если у меня есть (проблема) \_\_\_\_\_, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если (проблема) \_\_\_\_\_ разрушила мою жизнь, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если проблема \_\_\_\_\_ останется со мной навсегда, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если проблема \_\_\_\_\_ убьет меня сейчас, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если проблема \_\_\_\_\_ важна для меня и я её не отпущу ни за что, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Даже если проблема \_\_\_\_\_ пришла от других людей, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.

Даже если проблема \_\_\_\_\_ не моя, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.

Даже если проблема \_\_\_\_\_ помогает мне выжить, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.

Теперь оцените вашу проблему по той же шкале от 0 до 10.

Ваша текущая оценка: \_\_\_\_\_ (теперь может быть и 0,1,2,3)

Сколько получилось? Меньше, чем раньше?

Если да, то вы можете обыгрывать эту проблему еще как угодно, по формуляру, что дан выше.

И чем абсурдней и резче «на поворотах» будут описываться случаи — тем лучше.

Например:

Даже если моя проблема очень ценна для меня и я не могу избавиться от неё, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.

Еще:

Даже если моя проблема — это всё ради денег, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.

Еще:

Даже если я решу мою проблему легко и просто, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.

Еще:

Даже если я описуюсь со страху, когда буду решать проблему и все

**увидят что я описалась (описался) и будут ржать надо мной, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Еще:

**Даже если все люди мира возненавидят меня за решение мной проблемы и мне придётся уйти в монастырь, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Еще:

**Даже если люди узнают про мою \_\_\_\_\_, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

И делаете так, пока ваша оценка проблемы не снизится до 1,2 или нуля.

Так можно обработать ЛЮБУЮ запись и эмоцию, которая вылезла на поверхность. Если она вылезла — ОНА ЕСТЬ! Тут-то ей и приходит конец.

Работайте.

\* \* \*

Если ваша оценка осталась прежней или выросла — вы обманули себя и выбрали не проблему, а что-то другое.

Не пытайтесь обмануть меня, читая книгу, вы обманете только себя. И никого более!

Если так произошло, зачитайте это:

**Даже если я вру себе и не могу признать это, и хитро обманываю других, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя<sup>2</sup>.**

**Теперь вернитесь к занятию и достигните результатов.**

2. Описание техники и полезные ссылки смотрите на сайте книги.



## Самооценка и воспоминания

Вы уже должны полностью осознать, что любовь к себе повышает вашу самооценку. Вселяет в вас уверенность в себе и открывает возможности, которые ранее могли быть сильно подавлены и даже заблокированы.

Что же, это хорошо. Тогда вы, сейчас, проделываете упражнение, как из предыдущей главы, но всё относительно вашего мнения о себе самом (или о себе самой).

**Мы достаём из памяти всё то, чем, как вам кажется, вы являетесь.**

Итак, чем же вы являетесь? По вашему мнению и по мнению других людей (включая родных).

Что вы за человек?

Обозначьте с десятков «само-описаний», включая те, которыми вас называли когда-либо, кто-либо и то, как вы себя называете сами.

Примеры:

1. Я дура (муж.: я дурак)
2. Курица тупая (муж.: Болван неотесанный)
3. Я боюсь (Мне страшно)
4. Я толстая (У меня растёт живот)
5. Я эгоистка (Я что-то делаю неправильно, а что — не знаю)

Ваши десять (можно указать больше):

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Теперь оцените по десятибалльной шкале среднюю самооценку свою. Исходим от НАПРЯЖЕНИЯ в самооценке:

Где, примерно так:

10 — выжить не могу, все меня пинают, я — полный ноль. Самооценки разбита в хлам.

0 — я могу всё, что захочу и ничего мне за это не будет. Самооценка высочайшая. И она — не эгоизм.

Ваша оценка: \_\_\_\_\_  
(0, 1, 2 не могут быть указаны, иначе нет нужды читать эту главу)

Теперь, читая одну и ту же строку, вы играете ею, как в предыдущей главе. Подставляя каждый раз свою самооценку. Можно обрабатывать как угодно, в любой последовательности. Главное — проигрывать самооценку в разных ситуациях, даже крайне жестких.

Например:

**Даже если я трус (ЭТО ОЦЕНКА) и меня это злит, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Вот еще:

**Даже если я свинья неуклюжая (ЭТО ОЦЕНКА) и люди меня за это унижают, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Еще:

Простое:

**Даже если я трус (ЭТО ОЦЕНКА), то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если я лжец (ЭТО ОЦЕНКА) и мне это нравится, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если я скупой подлец (жен.: жадная сучка) (ЭТО ОЦЕНКА) и людям это не нравится, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если я неспособный(ая) и руки у меня кривые (ЭТО ОЦЕНКА) и останусь неспособным навсегда, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Теперь вы сами.

Поехали по шаблону:

**Даже если \_\_\_\_ (оценка) \_\_\_\_ + \_\_\_\_ (игра вариантами и последствиями) \_\_\_\_, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Крутим-вертим шаблон до тех пор, пока вы не оцените всю эту грудку мусора о себе, хотя бы на 3-4 балла.

**Финальная оценка:** \_\_\_\_\_

Теперь вернитесь в начало занятия и напишите десяток других сомнений, которые «вертятся на языке» или которые есть и о них страшно подумать. Затем повторяйте, если необходимо, упражнение столько раз, пока вы не скажете искренне и от всей души, с полным осознанием, что-то в роде «Ё-маё, да я себя люблю!!!»

В этот момент упражнение закончено.

\* \* \*

Все ваши самооценки, любого порядка — ВСЕГДА ВНЕШНИЕ.

Все ваши низкие самооценки поступили извне к вам и были записаны в ВАС. Но пользы они не несут. Положительные, кстати, тоже пришли извне. Но пользу, чаще всего, несут. Разницу видите?

И не важно, кто кого принижал в событиях в вашей памяти, ибо всё, что вы думали о себе — это лишь кто-то другой говорил о ком-то другом. Или просто намекнул.

Вот так память СКЛЕИВАЕТ всё и превращает в дурдом.

Чем меньше было сознания в ситуации и больше эмоций — тем злее будет результат.

Пример для женщин: вы маленькой девочкой видели, как мама ругается с отцом. Он назвал её толстой коровой и после был ужасный скандал. Эмоции, угроза выживания друг другу. Посуда летала в голову отцу.

Это у вас уже есть.

Навсегда.

Рано или поздно это вынырнет и вы скажете себе «Я толстая корова». Битая посуда появится, как пить дать. В гневе: «Я толстая корова, я ненавижу себя» и бац! Тарелка в пол.

Родные не поняли ничего: опять у нее приступ? Они-то видят, что женщина стройная и красивая. Но ОНА САМА НЕ ВИДИТ!

Она видит ВОСПОМИНАНИЕ!

Запомните следующее, мужчины и женщины:

**ВЫ НЕ СМОЖЕТЕ** сказать себе «Я ПЛОХОЙ ЧЕЛОВЕК», если бы ВЫ НИКОГДА не слышали этого!

Эта же история легко относится и к парням. В том же примере запись получал мальчик. «Толстой коровой» отец назвал мать. Мать бросила в него посуду. Мальчик увидел угрозу выживания сразу двум родителям. Если мальчик эмоционален — отпечаток будет серьезным.

Далее, в будущем, у него будет жена — толстая корова. И он будет так ей говорить. И он выберет её себе в жены, как по заказу вселенной. А та, в свою очередь, будет кидать в него посуду. А если не будет — он вынудит её это сделать.

А если она не захочет быть толстой коровой, то он её будет видеть такой или удалит её из своей реальности и заменит настоящей толстой коровой.

Не удивляйтесь, когда вы делаете одно и то же и выбираете людей по одному типу.

Это воспроизведение воспоминания! Смысл его тот же, что в скандале отца и матери: **ВЫЖИТЬ!** Но как выжить? Да **НЕТ НИКАКОЙ РАЗНИЦЫ** как — главное **ВЫЖИТЬ**.

Но если эмоций в памяти сохранился лишь минимум — то такая ситуация даже не появится в поле зрения. Она — это простой опыт. Которые не имеет эмоциональной нагрузки и даже не рассматривается, как требующее выживания.

В этом-то и заключается выход!

**Уменьшение заряда эмоций внутри памяти!**

\* \* \*

Пример другой: «Убирай кубики!», - сказали ребенку и подтолкнули на игрушки, тот ударился коленкой об острый край. Ор, рёв, обида до глубины души. Тут может быть всё, что угодно еще.

Например: «Я им не нравлюсь», «Я тут лишний», «Я неправильный».

Эта незаметная, кажется, ситуация в будущем будет страшной отдачей по всему роду. И тем страшнее, чем глубже эмоциональное поражение. Именно эмоция сыграет роль. А не инстинкты.

Если эмоций нет — эта история будет не более чем «Ну дала мама мне пинка в 3 года — и что? Дала бы пять раз — я бы понял её еще лучше!». Но это почти невозможно. Потому что у детей работает лимбическая, животная система. А она-то как раз и эмоциональна!

Но при этом всё, сами эмоции — вещь прекрасная и чувства дарит великолепные. Ощущения, наслаждения. Все это - эмоции.

Но когда сильные эмоции связаны с выживанием особи — это становится настоящим проклятием. И на несколько поколений вперед.

Повторяемость ситуации или эмоции может впечатать это в мозги человеку навечно и передать через ДНК дальше.

**Это потрясающе глупая система выживания. Она пишет всё и особенно хорошо запишет угрозы выживанию. И использует для этого эмоции.**

**Это предельно подло.**

**И именно поэтому, надо снимать эмоциональные заряды с тех событий, которые ну уж совсем «из ряда вон». Хотя бы так.**

## Мозги, эмоции и миссия

Наша миссия, как вида млекопитающих с неокортексом и с той забавной штукой внутри, которая прямо сейчас таращится в эту книгу — это убрать заряды разрушительных эмоций из своих собственных мозгов и наконец-то вспомнить, зачем мы все здесь.

Зачем лично ВЫ здесь?

Я вам подскажу, зачем: чтобы жить и **творить эволюцию**.

Наслаждаться жизнью и делать её такой, какой она задумана режиссером.

И для этого вам даны:

1. Носитель, класса «Биоробот млекопитающий», разновидность «Человек». Полностью автономного хода. В наличии особи двух полов. Прорастают самостоятельно, удобны, не требуют транспортировки в пункт развлечения. Все системы жизнеобеспечения и воспроизведения копий в комплекте. Недостаточно прочные.
2. Многофункциональная встроенная система выживания с полной имитацией реальности. Предназначено для носителя «Биоробот», строго для разновидности «Человек». Автономно перепрограммируемая. Самообучается при отсутствии заказчика. Биологическая конструкция. Два автоматических биоинформационных процессора для обслуживания автономного выживания. С одним коннектором заказчика для комбинированного управления, наблюдения и для навигации устройства, класса «Ум».

Это же ваше устройство? Или вы верите, что всё это чудо смогла создать некая тётя «Природа»?

Теперь посмотрите на любой объект, который находится за этой книгой. Главное посмотрите на достаточно крупный объект. Стол, пол или стену.

Внимательно присмотритесь. И теперь вспомните простую истину: это декорация. Разве нет?

## Эмоции-капканы

Есть один интересный момент во всём этом. Давайте его рассмотрим.

Ваша машина показывает вам реальность через призму воспоминаний о ней же — то есть, о реальности. Использует она для реализации своей задачи глаза и уши, память и словесные ярлыки, которые находятся там же. Затем всё это тщательно фильтруется в её процессорах, еще до того, как вы это увидите в сознании. Это те самые «фильтры». И потом подается к вам, как горячее блюдо.

То есть, по факту, ваш Ум — симулятор реальности. Смотрит на сцену с декорациями и начинает накручивать сверху разные краски, чувства, отношения и приклеивать ярлыки.

Однако, глубину погружения в него должны обеспечивать не только разные сенсоры, типа ушей, но еще и эмоции. А вот эмоции пришивают вас напрочь к этой иллюзии, которая известна многим, как реальность.

И эти самые эмоции, как мы уже знаем, сослужили медвежью услугу не только вам, но и всем поколениям до вас. И вашему будущему тоже сослужили. Уже. Потому что мозг взял и записал весь мусор в себя и бережно его там хранит, удерживая на клею мощных эмоций.

Вы помните, зачем он это делает? Он хочет так спасти вас от того, чего еще нет, но было.

Именно этим моментом объясняется феномен «захвата внимания» и «фокусировка на проблеме», который предельно часто встречается у людей.

Но это еще не всё. Направленное внимание как раз и творит реальность перед вами.

Давайте проясним всё это.

Когда вы смотрите на внешний мир, ваш мозг фильтрует и раскрашивает



для вас картинки и другие восприятия. Через фильтр безопасности пропускаю. Сравнивая со своими записями обязательно. Не опасно ли? Нет? Ладно, лови картинку, заказчик, мы её раскрасили для тебя. Она тёплая и мягкая, как раз для беззубых, как ты. И подаёт это в точку приёма готовой информации — в сознание.

Но как только ваше внимание падает на нечто, что имеет в памяти мощный заряд эмоций, дело принимает совсем другой оборот. Ваше сознательное внимание как будто кто-то перехватывает и заставляет прилипнуть к этой проблеме. И если в этой ситуации «не ясно от чего» следует убегать, то будете мусолить найденную проблему несколько дней, а то и лет. Это ум занимается поиском опасности и мастурбацией. И беседует с вами: «Что за дела?», «Что происходит?», «Так, заряд есть. Но от кого убегать? Где опасность? Не вижу её, но она есть. Не вижу, но она где-то точно есть, ведь есть заряд!». И вот так может быть бесконечно долго.

Что будет в результате, как вы думаете? Ваша проблема будет реализовываться. И вы сами сделаете всё то, что записано в этом воспоминании. Как это занятно, правда? Вы не знаете, что творите. И люди не знают, что творят.

И всё зачем? Чтобы найти опасность и сбежать! Усердию мозга можно позавидовать.

И нет тут никакого заговора. И чуда тут нет. Ваш мозг — ваш собственный заговор. И так эмоция делает своё черное дело каждый день с миллиардами людей.

Захват внимания легко приводит к глупейшим последствиям. И иногда даже к катастрофическим.

Вот как это примерно выглядит:

- Там где внимание — это реальность.
- Внимание на проблеме ума? Проблема ума реальна для ВАС.
- Ваши реакции и действия на проблему — это последствия.
- Всё что дальше — ваша новая реальность и новая бытийность.

- Если луч внимания всё еще зафиксирован на проблеме — проблема реальна для ВАС.
- И по кругу: реакция вызовет последствия.
- Луч зафиксирован? На проблеме? Значит проблема реальна.
- Последующая реакция снова вызовет последствия.
- Если что-то сняло заряд из события в памяти — луч освобождается, проблема исчезает.

Или вот вам другой вариант развития событий:

- Там где внимание — это реальность.
- Реакции нет ни на что — нет никаких проблем.
- Куча положительных эмоций не вызывает срабатывание инстинктов.
- Фиксация луча невозможна, луч свободен.
- Реальность любая, включая фантазии и комбинации.
- Можно сфокусировать внимание на чем-то по желанию.
- Это станет реальным для ВАС.
- Реакции нет? Нет проблем.
- Нет фиксации луча.
- Где луч — это реальность.
- Луч в фантазиях — это реальность для ВАС.
- Положительные эмоции — реакции нет.
- Реакции нет — нет фиксации луча.
- Переключил луч на зеленую траву — получи зеленую траву.
- Рассматриваешь зеленую траву пристально? Получи детализацию травы и затухание остальной части реальности.
- Ты всё еще в хорошем духе и ничто не беспокоит?
- Это свобода.

\* \* \*

Давайте, на простом примере посмотрим, как одна незначительная, но эмоциональная запись, легко изменит вашу жизнь. А изменив жизнь, создаст и последствия. Сделает дураком в собственных глазах. Затем подарит вам другую вещь: снижение самооценки. Добавит к этому черную метку: вы станете оправдываться и родите себе еще одну страшную

большую беду: «выгоду от состояния жертвы».

Но в этом примере слегка мы усложним задачу для ума. Введем фантазию.

Вот:

Вы весь такой хороший человек водите своим вниманием по облакам, по небу, нравится вам мир, всё отлично, птички поют, классная жизнь. Вы в легком трансе уже. И у вас есть в голове память из какого-нибудь документального фильма, где пчела укусила человека и тот в мучениях умер, сначала опух, а потом умер. Есть сочные кадры из фильма, есть переживания зрителей и комментатора, ощущался ужас и опасность, который несла эта злобная пчела, убив какого-то там замечательного человека, и было это неизвестно когда, то есть легко может быть и сегодня и завтра и всегда в будущем.

И вот вы смотрите на небо, лёжа на траве. Супер-настроение, ничего не подозревая об этой записи в вашем мозгу, вы лежите себе и вдруг видите малюсенькую мутную пчёлку недалеко. Не успели вы напрячь свой луч внимания, чтобы сфокусироваться для выяснения деталей пчелки, как - хлоп! Понеслись кадры из фильма, эмоции, ужас, пчела размерами с планету в голове, кусает ВАС! Страх быть опухшим и тело взлетает с травы, как ракета и...

Стоп. Сторожа ума не дремали! Теперь откатимся чуть-чуть назад.

... И вот вы видите пчёлку перед носом. Мутненькая, плохо видно. Вы решаете увидеть её чуть поближе и четче, как вдруг - гром среди ясного неба - БАБАЦ! Мозг нашел совпадение «Пчелка» = «Смерть»! Включает боевую тревогу и начинается старая, замучившая весь мир уже, самая глупая драма на свете: «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ!».

Пчёлка попала в сознание обходным путём: фантазией, но её всё-равно увидели охранники. Всё, теперь караул, теперь дела пойдут иначе: команды «закрыть шлюзы», обесточить заказчика, заблокировать возможные повреждения, впрыснуть адреналин в кровь, участить ритм сердца, поднять давление, всем клеткам команда «нападение!». Но нападение затруднено: слишком быстрая и почему-то очень мелкая цель, к тому же она очень тонкая, как будто её вовсе нет. Но она есть! Детекторы дали

сбой!

- Плевать на потери оборудования! Новый приказ - «Бежать!»

Перед вами в сознании опускается туман, словно пластиковое ведро на голову надели. Помутнело вокруг и только узкая тропа, ведущая обратно, четко виднеется. Ноги несут сами по ней и кто-то заставляет орать:

«Ааааааа!!! Пчела! Она меня укусит!»

А она летит за вашими яркими нарядами! Вы бежите от неё. Оборачиваетесь — нет пчелы. Показалось.

В этом примере было целых ДВА создателя реальности.

1. Воображение.
2. Воспоминания.

Вы увидели пчелу, позаимствовав образ из банка памяти. Затем мозг соображает про это, понял, что пчела обошла его фильтр, находит сравнение в памяти и срабатывает реакция «Пчела» = «Укус» = «Смерть!». Мы пустили врага! Следует включение инстинкта и героическое спасение от пчелы.

Герой дня! А я бы сказал «Мозг — идиот!».

Но смех и слёзы еще не закончились. Позже, как обычно, бегство от собственной воображаемой пчелы становится историей дня, а то и недели. Все узнают об этом героизме. Но в ином свете.

«Я - великая жертва! Пчела ужасная и противная, она на меня набросилась, чтобы искушать меня до смерти, чтобы я опух и умер, как тот замечательный человек из кино! Но я храбрый и великий воин — я бил её ногами и гнался за ней до самого моря! А там я её убил! Простите, что пришлось убить, не мог простить её».

Ага, конечно. И снова Ум защищает. И СНОВА губит, НЕ признавая, что он был трусливым автоматическим рубильником, который подвёл своего хозяина ВНОВЬ и теперь заставляет его врать, снижая его самооценку. Но

его это не волнует — спасение важнее имиджа.

Но и это еще не всё! Все слушатели эмоционально посочувствовали и поплакали с героем. Дали ему конфетку, наклеили ему пластырь просто так. Сказали ему кучу разных похвал. Рыцарь! И у нашего труса теперь есть новый губительный для него вывод: **жертв любят**. И тут ему конец, как человеку. В эту самую минуту и до окончания времен — он будет жертвой. И он будет плакать, пока её не выплакает!

Горе у ума - от ума. И всегда только там несчастье, где есть ЗАРЯД ЭМОЦИЙ. И где он есть — там самая дрянная реальность и её не менее плохие последствия.

Ведь пчела — это фантазия. Но бешеная собака родом от динозавров не видит разницы между реальностью через глаза, между памятью и ВАШИМ воображением. И бросилась вас спасать.

Вот, скажите мне, пожалуйста, насколько умно это придумано? Ни насколько? Это и есть величайший в мире идиотизм?

Вот и я считаю, что этот хлам ничего не стоит. Но не беда! Занятия из предыдущих глав помогут вам снять заряды и освободить застрявшее внимание с проблемы. Используйте их.

Лакмусовая бумажка: любая существующая в реальности проблема означает наличие фиксации внимания на ней!

Местонахождение всех проблем доподлинно известно: это Ум.

## Образы и голоса

Часто перед глазами возникают различные образы, которые летают туда-сюда, как туман, закрывают перед глазами мир. Говорят что-то, пугают.

Всё это — не больше чем осколки воспоминаний. И это именно те осколки, которые не были приняты вами.

Неожиданный поворот?

«Программы хотят любви» очень сюда подходит. Ведь они — внутри вас. Значит это ваша часть. Попытка бороться с ними или подавлять их приведет к потере кусочка себя.

И даже если кажется, что эти картинки ужасающие, от них надо убегать, то вы знаете, кто старается от них убежать. Ваши сторожевые собаки. И они будут убегать ото всего, что, как им кажется, представляет угрозу.

А что вообще может представлять вам угрозу? Только то - от чего вы сами отказались. И это всегда — ваш же кусочек.

Поэтому, когда вы заметили, что образы, картинки, персонажи летают перед вами или шепчут что-то и нашептывают ерунду, то они делают это: захватывают и привлекают к себе внимание. Причина: их бросили, от них отказались. Что они хотят? Вернуться на родину.

Разумеется, мы можем удариться в такие вещи, как «Это паразиты», «Это существа из пятого измерения», но нас это не волнует. Кто их видит? Вы. Значит у кого они в голове? У вас.

И что надо сделать? Выполнить тоже упражнение, которое приводилось выше в главах. Оно также приведено дальше в книге. Этого упражнения достаточно, чтобы начать работать с воспоминаниями, которые застряли перед вами. И это упражнение выполняет, если вы еще не поняли, главную функцию: возвращает к вам вашу собственную любовь к себе со всеми теми «картинками», «мыслями» и «словами», которые вас же и атакуют.

Лучший способ победить демонов — принять их. Потому что они всё-равно ваши. И вы, что особенно интересно, прекрасно об этом знаете. Но забыли.

\* \* \*

В части книги, где я привожу для вас описания известных мне техник, вам потребуется одна из них, если вы хотите глубоко разобраться с памятью, образами и застрявшими персонажами — это Метод Поток. Эта уникальная техника по истине творит чудеса. И автор этих строк использовал её. Она возвращает целостность. А летающие осколки — это вы же. И значит целостность еще не полностью достигнута. И чем больше тумана перед глазами, тем больше ваших фрагментов стучится к вам обратно, в ваши же двери. И тем больше у вас врагов, которые активируют ретивых псов.

## Мелочи в жизни убивают чудеса в ней

Я обнаружил, что как и летающие монстры перед глазами, как и голоса в голове, мелочи жизни захватывают внимание и приковывают к ним луч вашего внимания. И мелочи жизни, обычно, это и есть проблемы.

То есть: если мы видим мелочь в кадре жизни = это всегда проблема = есть захват части внимания = активная проблема = она находится в уме.

Далеко ходить не надо.

Возьмем к примеру ожидание счета за коммунальные услуги.

Всё. Теперь часть вашего внимания прикована к этой мелочи. А как вы уже знаете, там, где застревание внимания — там Ум. И там проблемы.

Но процессорные возможности вашей точки сознания не беспредельны биологически. И мелочи просто растаскивают ваше внимание во все стороны. И мы получаем человека, который вроде всё может, но нет сил. Его внимание направлено на какую-то ерунду, он за всё берется, но ничего не получается. А часть вопросов от него не зависит, но он пытается их все решить. Вместо того, что жить и достигать своих больших целей, он занимается откровенной ерундой. Но очень важной!

Знакомо? Это одно из самых сильно деградирующих свойств мелочей. Что мы с этим делаем? Да всё просто. Мы выполняем последовательно предыдущее упражнение с принятием. И говорим уму кое-какие удивительные для него слова.

Но прежде, чем я перейду к этим словам, я скажу, как Ум работает с мелочами.

Когда в поле вашего зрения появляется какая-то незначительная ситуация, которая, как это часто бывает, мало от вас зависит, Ум, являющийся машиной, стремится её решить, но решить не может. Видя, что от решения этой ситуации зависит выживание, он всячески старается это решить. Но не может. А признать, что не может — это не для Ума. Он может по



определению. Но не может одновременно.

И тогда, когда Ум, словно один в поле воин, получает подмогу со стороны ВАС, то он вдруг успокаивается, словно увидел своего Отца и прекращает удерживать ситуацию. Борьба останавливается.

Это занятие помогает также убрать застрявшее внимание и в других ситуациях.

Вот как это выглядит:

Допустим, вы ждете счет и панически боитесь, что его не сможете оплатить. Принимаете все меры для того, чтобы его оплатить — но ничего не получается.

Теперь вы смотрите на эту ситуацию, закапываете себя и посыпаете себя пеплом. Не справился. Нам конец. И так далее.

Да неужели? Вы просто берете и говорите своему уму, в духе: Гляди на проблему. Мы её решить не можем. Значит за ней есть что-то более хорошее. И если мы не можем её решить, значит нас ведут куда-то в другое место. Успокойся.

И золотые для Ума слова: **На это воля Бога.**

И Ум, увидев, что есть лидер, превышающий во власти его, скажет «Ух! Елки зеленые. А я тут пытаюсь решить то, что и решать не надо!».

И, как правило, отпускает проблему. Халявщик! И далее следует стандартный цикл: нет внимания = нет проблемы.

Чудесным образом ситуация решается. Не это ли те самые чудеса, которые вы искали?

И каждый раз, когда ум цепляется за «Ё-мае, как жить? Счет же придет!», вы ему отвечаете: «На всё воля Бога». И Ум «Ах, да, извините».

Очень важно это понять, потому что **Ум**, как вы уже осознали, это и **есть «эго»**, которое хочет выжить. И ЭГО, то самое иллюзорное «Я», старается

выжить. И когда вы ему говорите «На это воля Бога», он вдруг понимает, что «Бог есть! Я не один! Ура! У нас есть великая сила мира! Вот почему я не могу справиться — мне указывают, чтобы я перестал это делать и портить всё!».

Вот он, огромный секрет, который мало кто мог найти. Он заключается в том, что Ум, как машина, всё еще думает, что он один борется с чем-то. Но бороться нет с чем, кроме как ему же с Умом же. И введение переменной «Бог» в систему «Ум» позволяет быстро остудить его: «есть Бог, и он круче нас всех». Это резко меняет его обострившийся механизм выживания.

Вы поняли? Ум думает что ОН ОДИН! Что он ОТДЕЛЁН от чего-то более великого, чем он! Но ум никогда не был один, ровно также, как и ВЫ не один. И ВЫ не один. У вас есть много разных погремушек, в числе которых — Ум. И Ум это начинает понимать всей своей прямолинейной логикой.

«Надо же, хозяин! Слава богам! Чего это я паникую? И если у меня не получается, а у меня всегда всё получается, значит это и правда сам Бог меня ведет. Спасибо ему, что проявил себя, я отпускаю проблему. Бог способен решить её лучше меня.»

И, о, чудо, проблема исчезает.

Механика чуда с исчезновением проблемы: «снятие внимания с проблемы = луч внимания свободен = проблема нереальна».

Если вы скажете: но счет-то придёт. А кто вам сказал что он придет? Ум. Ну так вы ему и отвечаете: «Придет счет? Значит на то воля Бога!».

И, чмок, пробка вылетает. Теперь вы способны думать и действовать разумно. И почему-то я уверен, что проблемы со счетом (в нашем примере) у вас не будет. Потому что все проблемы — всегда в УМЕ. И их нигде никогда не было, кроме как там.

## О проблемах и решениях еще раз

Эта глава дважды вдалбливает в ваш ум тот факт, что проблемы, которые когда-либо где-либо существовали, всегда находились в одном и том же месте.

В Уме. Путь ваш Ум знает это.

То есть, проблемы находятся в программном комплексе, который использует для анализа мира весь мусор всех хранящихся там воспоминаний. И в этом его глупость и заключается. И сам Ум должен это понять.

Чтобы вы научились идентифицировать проблемы и убирать их, вы должны усвоить это:

**Проблема всегда означает, что ваше внимание находится на Уме.**

**Уберите внимание с Ума — исчезнет проблема.**

**Потому что там, где ВАШЕ внимание — там ВАША Реальность.**

При этом Ум настолько умен, что поняв вышесказанное он сам будет возвращать вам внимание по мере его сил. Потому что он, как ваше «Я» и как все системы выживания, соображает худо-бедно, что сказанное здесь даёт ЛУЧШЕЕ ВАМ выживание.

И что самое интересное, Ум способен понять, как он сам творит беду: захватывая ваше внимание и считая, что проблему надо решить, от тыкает вас в несуществующую проблему и заставляет её реализовать в реальности. Но он не может принять тот факт, что он не прав. Но может понять, как улучшить себя. Искусственный интеллект!

А что заставляет ум так поступать? Воспоминания, которые забетонированы в нём и он сам не знает как от них избавиться. И мы ему должны в этом помочь.

Итак. Картинка маслом:

**Проблема - это воспоминание.**

**Воспоминание крепится в памяти с помощью эмоций.**

**Там где сильная эмоция — там заливает луч внимания.**

**И когда луч вашего внимания смотрит в Ум - проблема реализуется.**

Следовательно, нам нужно произвести снятие фиксации внимания.

1. Решается с помощью принятия себя и любви себя, подано вам в главах выше.
2. Решается с помощью указания уму на силу, **большую, чем он**: «На это воля Бога!».

Но Ум поступает так, как он поступает, потому что в его памяти есть те заряды эмоций, которые припиливают внимание к ним. И ум ничего не может с этим сделать. Он не имеет сознания, потому что он — МАШИНА.

И мы можем сильно успокоить такую зону памяти, простым упражнением Благодарности для этой зоны памяти и для Ума в целом. И это очень хорошее упражнение и практика для каждого вашего дня. До тех самых пор, пока вы не приняли решение прочистить прошлое своего Ума окончательно. Я знаю, люди лелеют своё прошлое. Но это не то прошлое, которое стоило бы сохранять. Потому что ужасное прошлое создает ужасное будущее!

## Упражнение

Задача в этом упражнении такая: мы видим проблему и фиксацию ума на чём-то. Например на том, что зарплату могут задержать.

Виртуальная проблема «Могут задержать зарплату» очень сильно фиксирует внимание. Потому что связана с эмоцией и потенциально возможной смертью. Обратный пример «Мне могут дать зарплату на неделю раньше» не вызывает такого прилипания внимания. Почему? Потому что там положительная эмоция и нет угрозы выживанию!

Читаем:

«Я благодарю тебя, мой Ум за то, что ты стараешься спасти меня, сохранить мне жизнь и увести меня от потенциально возможной проблемы и от события, что мне «не будет на что жить». Но, на это Воля Бога. Если мне не дадут зарплату вовремя, на это не воля директора и нам не надо проламывать ему череп или его уговаривать. На всё это - Воля Бога. И значит Он ведёт нас к этому и значит эта ситуация нам поможет больше, чем могло быть. Я в безопасности, потому что Бог знает, что делает, и знает это лучше нас. И я благодарю тебя, Ум, за то, что ты есть и делаешь свою работы для меня наилучшим для нас всех образом».

## Сила Богов и Ум

К этому моменту вы уже заметили, как инструкция Уму «На это Воля Бога» снимает фиксацию и, обычно, решает проблему.

Никаких чудес и религиозных обрядов тут нет и не было никогда.

Вся механика простая: Ум должен выжить. Это «Я» и системы выживания. Всё это машины. И что в них записано — тем и оперирует Ум. И он должен выжить. Это его первая директива и она в нём навсегда.

Но если в уме записана только грязь, кровь, войны и разрухи, потери и страдания, то он и будет оперировать этим. Если он видел, как убивали друг друга, как терзали друг друга ради куска хлеба, то всё это очень тщательно записывается. И планы на будущее он строит через то, что он видел раньше. Через призму прошлого.

И вот Ум, опираясь на воспоминания, может счесть, он живёт один, в полной темноте, среди полоумных врагов и никого вокруг не осталось, только ему одному предстоит держать бой. Его может «замкнуть», что его покинули и бросили, а его Владыка, то есть ВЫ, дав приказ «НЕЛЬЗЯ ОТСТУПАТЬ», покинул свой опорный пункт наблюдателя. И бой начался.

Воспоминания говорят уму, что он выжить должен, даже если это невозможно сделать. И даже если везде враги, кровь и мрак - НЕЛЬЗЯ ОТСТУПАТЬ. И эта машина будет выполнять приказ до последнего её вздоха, и тогда, когда сил уже нет, она всё равно будет биться. Даже если врагов уже нет!

А если в этот самый момент Уму сказать «Ау, привет, мы тут!»? Что если к нему на помощь придёт Владыка и некая Новая Сила?

То он скажет себе: «Я не зря бился. Он ВЫЖИЛ. И я его вижу!».

- Мой воин! Ты храбро сражался за меня все эти десятилетия! Ты выжил, ни смотря ни на что и благодаря тебе выжил я! Ты видишь меня и я — ЖИВ! Я ценю это очень высоко и ценю твою преданность. Но вот он я,

здесь и я в безопасности. А теперь, узри: с Нами Бог! И вчерашний бой уже выигран!

- Мой Верный Воин, ты выдержал и сделал всё, что от тебя ожидалось. Теперь же, иди и пей мёд с вином, все остальные заботы решит Наш Бог.

Что бы сейчас сказал ваш Ум, спустя десятки лет ведения войны? Если бы он имел тело, душу и личные эмоции?

Он бы рухнул на колени перед Владыкой, скупая слеза радости скатилась бы по его щеке и он бы молвил: «Государь, я безмерно рад, что Вы вернулись. И я рад видеть Вас живым и счастливым. Я приношу Вам в жертву все эти годы битвы и, с Вашего позволения, выполню Ваш следующий приказ».

Любой Ум просветлеет от осознания того факта, что он никогда не дрался зря и он выполнил свою миссию и получил благодарность за работу. Теперь он смело отбросит в сторону свой разбитый щит и затупленный меч и с хмельным взором пойдет себе... за новыми.

Зачем за новыми? Чтобы СЛУЖИТЬ и ЗАЩИЩАТЬ. Он бросится защищать вас, когда увидит, что ВЫ — один. Только когда Вы один и не в безопасности, Ваш Воин придёт на помощь.

А пока вы счастливы, пока вы пируете, и пока ВЫ, как Владыка, имеете рядом несокрушимую Силу Богов и Ум видит это своими виртуальными глазами, то он не вступает в поединок ни с кем. Вас не нужно защищать. Когда Ум уверен, что вы в безопасности, и когда он знает, что Он, как Воин, способен сделать ВАС еще счастливее, он не будет воевать ни с кем. Он займется тем, чтобы делать Вас еще более счастливым.

Когда война закончена, машина снимает с себя роль Защитницы и служит Вам чем угодно еще. Даже калькулятором и бухгалтером, считая золото в ваших закромах.

Когда рядом с вами Бог - в Войне Ума нет ни малейшей нужды.

И дальновидные Владыки, помогут своему Уму очиститься от прошлого влияния войн, даже не спрашивая на то разрешения.

\* \* \*

И здесь мы также видим одно очень важное: любое отделение от сил высшего уровня разделяет и активирует силы более низкого уровня.

И только тогда возникает необходимость **ВЫЖИВАТЬ**, когда Сил Высшего Уровня нет.

Смотрите как это работает.

Пока у вас есть Бог — ваши псы спокойны. Бог не обидит своего Сына. А вам доверять больше некому, кроме как Богу. Ибо всё равно один против мира вы ничего не сможете. И Вы это прекрасно знаете.

Если же псу вдруг кажется, что Бог обидит своего Сына, то пёс легко успокаивается тем, что он не может знать, как Богу может быть угодно. И можно помочь этим охранникам убрав из их памяти заряды лишних эмоций. «На это Воля Бога».

Как банальный переключатель света в комнате, Ум успокаивается, когда видит безопасность для своего Хозяина. А когда он этого не видит — он включается в режим ведения войны или бегства. Щёлк-щёлк.

«Безопасно вокруг? Отлично. Пусть хозяин веселится, я наблюдаю...»

«Хозяин где??? Где, я спрашиваю, хозяин??? Наверное его похитили или готовят заговор! Его съели монстры? Что у нас в памяти??? О! Его могли убить - я помню вон тот сундук! Под него как-то раз положили бомбу и разорвало всех!!!»

**ВКЛЮЧИТЬ ТРЕВОГУ, ОРУЖИЕ К БОЮ!**

**Ракетные шахты к запуску!!!**

И тут вы:

- Собака, ты чего это? По кому огонь собираешься вести? Погляди вокруг, всё в порядке и всё мирно. А! Сундук! Так в этом сундуке золото и рядом ничего нет, погляди, - и показываете ему свою новую память о том, как вы



были рядом и видели золото и рядом всё чисто и прогуливаетесь рядышком, и всё мирно.

- О, хозяин!!! Вы меня напугали исчезновением, - оправдывается рубильник.

- Это ничего, что ты живёшь внутри меня, мой Великий Воин?, - заключаете вы убойным вопросом.

- Ой. Извините хозяин. Отмена тревоги! Не стрелять!, - переключение в режим ожидания.

\* \* \*

Вы можете увидеть, что важно уметь успокаивать Ум. Но круче всего будет удаление из воспоминаний ума всех эмоциональных зарядов, потому что эта собака цепная включается руководствуясь именно ими. Она же машина.

Вот вам пример, когда у людей заряда нет в ситуации, а у вас — есть.

И это также покажет вам, как эта зараза может вредить.

Итак. Наш главный герой веселится, жизнь идёт.

Катаясь на роликах в городском парке группа молодых людей веселится, как может. Веселая шумная небольшая компания в солнечный день и ничто не предвещает беды. От полного безделья и ради развлечения придумали себе небольшое соревнование: кто дальше укатится по наклонной дорожке, ведущей из парка в город. Призом назначили — кто дальше всех уедет, тот получает два мороженных за счет остальных.

Внимательно изучив действия конкурентов и их ошибочные действия, наш главный герой разбегается и катится немного быстрее и заметно дальше. Но никто не предусмотрел, что слишком большая скорость и низкая эффективность торможения в этой ситуации выносит нашего героя на городскую дорогу, которая в это время, к сожалению, наполнена движением.

Приближение делает очевидным вероятность падения на тротуар или вынос на дорожное покрытие. Есть риск попасть под колёса транспорта. Это заставляет предпринять меры резкого торможения, но тротуар уже близок, падения, кажется, не избежать, прыжок над препятствием, соединяющим две дорожки, из парка и тротуар, приземление, продолжение движения по инерции, вот-вот и вынесет на дорогу...

Вы уже испугались за героя? Прилипли к книге? Отметьте этот момент.

И тут время останавливается, двигавшиеся машины словно остановились. До каждой из них не менее чем метров по пятьдесят.

- Вот так! Два точных поворота, разгон, прыжок через бордюр. Приближается перегородка, разделяющая две полосы дороги. Остановлюсь об неё, чтобы остальные не испугались за меня.

Руки-амортизатор, лёгкий удар, остановка корпусом. Время немедленно пошло со своей скоростью. Машины прожужжали рядом. Друзья ликуют, аплодируют!

- Вот это пилотаж!

- Да он Мастер Спорта, оказывается!, - завистливо подчеркнул кто-то

- Круто, правда?, - с горящими глазами молвила спутница женского пола, - пошли за мороженым!

- Да я бы мог дальше, если бы не это ограждение, - скромничает наш герой, ища возможность перебраться через дорогу...

В первой части рассказа вам, возможно, стало чуточку страшно, а что будет дальше?

Скажите, а если бы вы были его родителями, вы бы выпороли парня за это?

Ну хотя бы накричали бы на него, что он не беспокоится о себе?

Скажите мне, ну хоть чуточку бы?

Сказали бы ему хотя бы два слова «Ты дурак»?  
Или «Ты мог погибнуть!»?  
Сказали бы?  
Или подумали бы?  
Или, может быть, у вас появились эмоции и тревога?  
Вы сейчас чувствуете что-то относительно этой выходки в рассказе?

Если да, то это ВАШ Ум активировал систему ВАШЕГО выживания в ВАС. И для Вас.

Вот балбес. Потенциальная опасность висит над героем рассказа — а с ума сходит зритель-читатель. Но это всего-лишь книга. Ничего страшного нет! Но цепляет?

Эта система выживания на основе воспоминаний глупа. Она другого человека за вас принимает!

Поэтому сообщение вашему Уму «на это Воля Бога» мощно вырубает эту глупую систему, если она вдруг решила сработать когда этого не надо.

Однако, стоит сказать, что у парня сработали глубинные инстинкты, которые поднимают все ресурсы мгновенно. Но не вырубил «сознание», то есть не вырубил сознание героя. Как раз напротив, у него обострилось восприятие мира. Без воспоминаний и какой-либо паники, он мгновенно сделал все нужные расчеты и вывел тело из под всех ударов и выиграл раунд! И почти всегда так и будет!

Потому что это были именно те самые инстинкты, которые и выводят людей из опасности. И руководитель этого робота — Вы.

Это был НЕ УМ, точнее — его там не было вообще! Ум, который использует для этого вспоминания только мешает в таких случаях! И вот герой, как правило, сидящий в «точке осознания», видит событие! Инстинкт остановил время, даёт много времени для того, чтобы действовать ВАМ. Он выведет вас и вывел: действуйте, босс!

Я это видел в своем опыте. Возможно и вы встречались с тем, когда нечто особое даёт вам и время и силы и осознание только усиливается, но никогда не притупляется. Вы эти состояния осознанности знаете:

Раз, два! Щелк, время остановилось.  
Ряд быстрых четких действий. Оптимальные и точные действия.  
Выход из ситуации.  
После этого подключается тупая шавка и начинает бросать вам в душу яд:

Ты мог умереть!  
Ты мог погибнуть!  
А как же я?  
Ты обо мне подумал?  
Как же теперь жить?  
Ты чуть не погиб!  
Ты мог оставить семью без себя!  
Ты о них подумал?  
Ты — сволочь бездушная!  
Ты, как ты смел это сделать? ....

На всё Воля Бога, машина! Расслабься!

В заключение: вы видите разницу между срабатыванием Ума, как цепного пса и состоянием осознанности в любой ситуации? Вы видите это? Это очень важно.

\* \* \*

Я напомним, что полная проработка прошлого отключает глупый автоматический механизм Ума. Потому что инстинкты работают лучше ума. А вы — лучше их всех. Но Ум, как зараженный компьютер, надо просто почистить. И он будет служить во всё этом комплексе, под названием ВЫ.

Но в книге я стараюсь давать только лёгкие техники и большинству людей этого может быть более чем достаточно, чтобы жить.

Искатели же света пойдут на сайт книги и обнаружат для себя там нечто по-круче.

## Другие люди

Как только не называют других людей. И сволочами и зеркалами.

Считается, что другие люди отражают вас. Или учат вас чему-то. В чем-то это верно. Но всё станет еще проще, если мы посмотрим на это через полученные здесь знания.

Вы видите мир через призму ума.

Стало быть почти всё, что видите в другом человеке — вы видите лишь воспоминание.

Звучит страшно? Давайте поясню.

Когда вы смотрите, например, на меня и видите моё фото или лично меня, то что вы видите? Вы видите что угодно, но не меня.

Еще не понятно? Продолжим.

Когда вы смотрите всё также на меня, вы видите не меня, вы видите вокруг меня ярлыки. Это лицо, это глаза на лице. Он посмотрел на меня! Ну надо же! Пиджак, галстук. Штаны.

Вы постоянно меня с кем-то сравниваете внутри вашего Ума. С кем вы меня сравниваете?

Я не знаю. Но точно с какими-то домыслами, которые хранятся в вашем уме. И предположим, что там же есть идея что красный пиджак — признак «нового русского». И вот я поднимаюсь на сцену в красном пиджаке. Что вы увидите? Что-то типа «Оделся, как новый русский, что он нам нового расскажет, ну-ка, ну-ка».

Вы судите всех людей по одежке. Разве нет? Потом по деталям, по взгляду, по движениям. Если я руки скрещу на груди, вероятность, что вы скажете «Он закрылся!» велика.

Что всё это такое? Это воспоминания. На самом деле вы не видите людей,

вы видите мусор вокруг них, который в вашей голове.

Стало быть, вы видите в людях то, что неправильно в вас. И в этой части некоторые философии верны. Человек видит только то, что в нём не так. Если бы вы могли увидеть меня таким, какой я есть — вы бы не увидели тела, пиджака и галстука. Вы бы смотрели прямо на душу.

Проясняется?

Но почему вы видите в других людях именно то, что там видеть не нужно: воспоминания, ярлыки, какое-то зло? А потому что в вашем аппарате есть ассоциация «Человек» = «Зло». И всё. Все люди так или иначе = зло. Ведь вам хоть раз в жизни человек доставил зло? Да это просто обязательно было. И вот вам ассоциация. И там, как правило, есть эмоциональный заряд и потенциальная угроза выживанию (не важно кому).

И готово. Все люди так или иначе подходящие под то воспоминание = зло. Другие люди — все равно зло, но меньшее.

Люди другого цвета кожи — может быть они тоже зло.

Примерно так думает ум. Но думает он на основании прошлого. Эту беду ума вы уже знаете.

Как это убрать? Да точно также.

**Даже если этот человек выглядит как чмо и считает себя самым крутым автором книг, то я все равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

Вы ненавидите и видите в людях строго то, что застряло в каком-то старом воспоминании. Зачем портить отношения, если это всего-лишь воспоминание?

Примите себя с тем, что вы видите и оно ослабнет. И дела пойдут лучше.

Пример еще. Допустим вы не любите людей в рваных джинсах. Ну не любите и объяснить не можете почему. Ладно.

И вы будете видеть именно их в своей жизни. Потому что луч вашего

внимания направлен на этот заряд.

А всё, куда направлен луч — реально.

Получите и распишитесь. Будете продолжать убегать от джинсов? Они погонятся за вами.

Поэтому вы говорите так:

**Даже если я ненавижу людей в рваных джинсах, то я все равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

**Даже если я сам(а) ненавижу себя в рваных джинсах, то я все равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя.**

И играете с этим, как в предыдущих главах.

И добиваете это так: Одеваете джинсовое рваньё.

«Я благодарю свой Ум за людей в рваных джинсах и за то, что он так старается меня от чего-то спасти. Смотри, ум, я в безопасности даже тогда, когда эти джинсы рваные на мне! Ухаха!».

И чтобы думали, проблема испаряется. И люди в рваных джинсах исчезают из вашей жизни, либо не оказывают ни малейшего влияния на вас. Но то, что они исчезнут, более вероятно.

Это выглядит, как чудо.

Используйте своё отношение к другим людям, чтобы найти в них то, что ВЫ ненавидите в СЕБЕ. Ведь вы видите негатив только тот, который в ВАС и никакой еще. Потому что любой негатив — это воспоминание, закреплённое в уме на ниточке эмоции.

И каждого, каждого человека, которого вы видите, вы можете использовать для поиска зла в себе. И используйте.

Ненавидите в людях успех? Вы не принимаете успех в себе и ненавидите

свой успех. Значит у вас и не будет успеха, потому что успех имеет заряд.

Ненавидите богатых? Вы ненавидите богатство не в них, а в себе. В памяти может быть что-то такое, что богатых убили и всё — ваш Ум защищает вас от богатства.

Как вы станете богатым с этим багажом? Да никак и никогда, но ровно до тех пор, пока не уберете эти заряды в воспоминаниях.

Как это делать? Всё также. «Принять себя», «Благодарность уму за то, что он помогает вам» (да, он тупо это делает, но мы благодарим). И еще шлифуете вот так:

Даже если я стану богатым — на то Воля Бога.

Если я не стану богатым никогда — на то Воля Бога.

Если я буду ненавидеть себя богатым — на то Воля Бога.

Что всплывает — тому и Волю суете.

Извини, Ум, на всё Воля Бога. Отдыхай.

Напомню:

1. Принятие себя во всех вариантах всплывшего зла.
2. Благодарность уму за его охрану и рвение. И указание на безопасность ситуации.
3. Ум лезет впереди батьки? Тогда говорим уму, что на всё Воля Бога. Мол, можно не дёргаться. Воля Бога на всё, сиди тихо!

Если этого мало, что странно, то вспоминаем упражнение «Театр+» в начале книги.

В театре ума нет. Потому что в театре нет ни единого смысла выживать, там играют роли.



## **Важно, не важно и всё серьезно**

Всё, что серьезно — это ум. Это захватывает внимание. И как следствие — реализует серьезность.

И сразу же всё становится серьезным. А вы как думали?

Теперь снимите внимание. Потому что серьезность — это другая маска проблемы. А проблемы всегда в уме. И от ума.

## Выгоды и алчная прибыль, чтобы выжить

Выгоды — одна из составляющих беды. Как в примере с пчёлкой ранее, выгода формируется после того, как что-то не получилось.

Не получилось что-то чаще всего из-за ума. А затем ум же закрывает этот недостаток оправдываясь.

Если у ума получается вызвать эмоции у других людей и манипулировать ими, то он приобретает некий бонус. Или даже два.

1. Не заметили, что я трус.
2. Я им «впарил» ситуацию вранья и они меня дали конфетку. Лохи!

С этой поры человеку этому конец. И не выбраться ему из этого, пока не дойдет то, что его подвёл ум. Ум подвёл человека и зачем-то человек защищает Ум и получает свой собственный конец.

Послушайте, это самоубийство же. Проще сказать «Я трус и я боюсь пчелу», достать эту пчелу из памяти и стереть там заряд. И не будет больше страха пчелы и самой её тоже не будет.

Почему люди выбирают эту тупость? Потому что ум защищает их и ему нужно выжить.

Но дело еще хуже: получив конфетку уровень выживания увеличивается. И теперь это становится правилом. Если мы «облажались» — мы выкрутим ситуацию, активировав эмоции у других и под шумок получим конфетку.

Манипуляция паразитов в действии. Как вам это?

И это — вторичные выгоды, как их описывают в других практиках и техниках.

Выгода, которая лежит поверх травмы, как говорят. Но выгода лежит не поверх травмы, а внутри ума, **поверх собственного провала ума.**

Прибыль же, за которой гоняются люди, имеет подобную основу. Постоянная неудача в выживании приводит к тому, что деньги становятся предметом выживания.

Нет денег — нет выживания. Есть деньги — есть выживание.

Кто решил, что без денег нет выживания? Вы? Нет. Ум. Только он может помнить, что где-то там записано примерно следующее: «Нет денег — нет еды».

«Не дадим еды» = «Угроза выживанию». И наплевать кто это сказал и где это было сказано. Угроза есть! Что делать? Ум решает: атаковать всех, забрать больше денег!

Преступность тут же. Принцип тот же.

Конечно мы с вами не будем путать прибыль, как жажду иметь, которая идет от ума, с прибылью от деятельности, которая основана обычно на групповом действии. И тогда прибыль, это статистика успеха. Мы заработали столько-то миллионов. Отлично. Всё идет по плану. Вот вам ваша доля, господа хорошие.

В этом варианте нет дрожащих рук с целью захватить побольше денег. Нет жажды. Есть план и действия. Нет эмоции и нет выживания. Есть коллективная игра и цели, которые надо достичь.

Итого:

1. **Вторичная выгода** или просто «выгода». Это же и есть - выгода быть жертвой. Выгода быть слабым. Это — манипуляция. Паразитная форма защищающегося ума.

Решается разбором ситуации и признанием «Даже если я трус и убежал от бабочки...» и так далее.

2. **Прибыль**. Мне нужна прибыль!!!! Жажда получить всё и сразу и прямо сейчас. Признак проблемы «могу умереть без денег». Значит активен ум.

Решатся признанием «Даже если я подохну с голоду и убью голодом всю свою семью и они мне этого никогда не простят и я себе этого тоже не прощу, то ...» и так далее.

Кроме всего этого, иногда есть разновидности в словах, типа «Это выгодно мне, я буду это делать». Всё это повышение собственного выживания. Отличается от алчности рациональностью мышления и трезвым взглядом.

Примеры:

«Ваше предложение выгодно. Ваши выгоды я тоже вижу и это справедливо, но давайте поправим этот пункт. Что скажете?».

Это алчность или нет?

«Ваше предложение дерьмо, потому что вы тоже получаете прибыль».

А это?

«Нет денег, нет стульев!».

А это?

«Я бегаю как белка в колесе, а деньги — у них! Что за?».

Это?

«Я сделал всё это! Я!!!!!!! Деньги мне!!!».

А это?

«Вы провалили наше дело. Виноваты вы все!!! (потому что у меня нет денег теперь)»

Как это?

Итого. Всё, что имеет прямое или скрытое «Я», которое должно «ВЫЖИТЬ» и желательно прямо СЕЙЧАС, то это всё ум. Только он боится умереть. А точнее, вы уже знаете — это просто его воспоминания.

Вот варианты:

Вторичные выгоды, основанные на собственной жалости и предыдущем провале от действий самого ума. Ум слепил выгоду чтобы получить прибыль от собственного провала.

Жажда иметь прибыль сейчас. Это ум. Наличие активной линии внимания на проблемах в уме. Все проблемы всегда только в уме.

Страх умереть (без денег/еды и т. д.). Ум. Вы же сейчас не умираете? Так зачем бояться? А когда умрете будет поздно бояться. Какой смысл вообще бояться? Всё равно умрете.

Собственные неудачи и видимая несправедливость — ум. Потому что ум не может проиграть на основе его записей и он должен выжить. Видя трагедию, как не срабатывает шаблон, он обвиняет в несправедливости и терпит неудачу (и вы тоже её теперь терпите, вместе с ним).

\* \* \*

И всё это еще раз подтверждает тот факт, что наличие зарядов в памяти делает ум идиотом, реактивным глупцом, который активирует у себя самую злобную программу - «ВЫЖИТЬ».

То есть именно идея «ВЫЖИТЬ» в уме является корнем зла. А заряды в уме — это детонаторы. А без детонаторов ни одна бомба не взрывается.

## Перфекционизм и идеализм

Эта штука — прямой выходец из ума.

«Я» - как искусственная личность, живущая в потёмках мозга, живёт по шаблонам в памяти. Значит там, в памяти, есть эмоциональная ситуация, в которой также присутствует «ВЫЖИТЬ».

И всё, понеслось:

«Это не качественный товар, верните мне деньги!»

«Я не буду это есть, уберите меня отсюда»

«Только я могу всё сделать хорошо»

И это может быть всё записано так, что вы не осознаете. И, скорее всего, это записи из детства.

Идеализм и требование всего лучше ничто иное, как жертва, которую надо обслуживать. Может быть это фильмы про раненных солдат?

Может быть. Но ковырять эту тему лучше всего полной проработкой прошлого. И всё это мешает идеалисту и всему окружению тоже. Сильно мешает. На себе знаю.

Поэтому, если вы видите в себе эту беду и это мешает, то снимите также, как и других главах. Вот и всё.

И хватит ругаться, что эта глава тоже быстро закончилась, и это не по законам жанра.

## Жертвы и самопожертвование

Жертва, это способ получения выгоды. Алчной прибыли. Или, что равнозначно - получению выживания.

Точно как и в главе про «Выгоды» самопожертвование включается, чтобы сыграть старый шаблон поведения.

Ну а как же! Надо убежать от пчёлки, чтобы рассказать историю и получить убежище под юбкой матери. И конфетку.

И шаблон не срабатывает раз, не срабатывает два. Полностью разочарованный ум лезет под бронетранспортёр где-то на площади! Вся страна воеет «Жертва!!! Вы допустили жертву!!!».

И пусть даже умрёт такой человек, но он отработал свой шаблон. Его признали жертвой. Он — прав! Наивный.

Жаль только конфетку он не получит, если перестарался.

Но скорее всего он без ноги где-нибудь будет или без руки. И будет получать конфетки. Отсутствие ноги или руки добавит к нему веры, что «Жертвой быть выгодно». И будет получать конфетки ровно до тех пор, пока ему не скажут «Ты надоел». Но тогда он включит старую пластинку «Как ты можешь меня обижать, я же жертва! А ну вперед, принеси мне конфетку, или ты не видишь что у меня руки нет!?»

Вся красота и изящность манипуляций состояниями жертвы — перед вами.

И не ищите в жертве человека разумного, его там давно нет. Есть только машина в режиме «Выгода от состояния жертвы». Потому что машине-то всё-равно как это выглядит наружу, ведь главная директива там:

**«ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ!»**

Забавно, что машина также прекрасно знает, что состояние манипуляции

может прекратиться. Поэтому ей страшно — потенциально она может умереть и поэтому мёртвой хваткой держит других людей за горло.

Самое ужасающее состояние для человека разумного — это быть жертвой. Он сам себя закатает в гроб и всё окружение за собой потянет. И это одна из самых тяжелых форм от которой трудно избавиться. Потому что это состояние становится смыслом жизни.

Но есть еще одно, лучшее решение для жертвы, с точки зрения её же, это взять за горло само государство и обязать его платить им. Ведь тогда будет обеспечено выживание. Вот и всё. Никакой пользы государству от него нет, но выживание жертве есть. И больше его ничего не волнует.

И если кто-то из читателей - жертва, то пожертвуйте сейчас состоянием жертвы. Ради эволюции всей планеты. Проявив смелость и гуманизм — жертва может вытащить из себя занозы своего ума. И никто не будет бывшую жертву наказывать или судить за эту ошибку. Потому что некому судить.

Тем не менее, жертвы — это паразиты общества. И зло в обществе всегда только(!) от них. И они самые жестокие манипуляторы. Нравится вам это или нет — это факт.

Практически вся остановка развития происходит по причине наличия жертв. Они сделают всё: притворятся нежными, незаметными, будут передёргивать слова, делать что угодно и пустят весь свой мозг в работу, чтобы достичь одного: **ВЫЖИТЬ**.

Они включают вам все эмоции, введут в заблуждение, подставят чужими руками, выдернут из под ваших ног почву.

Это самая величайшая тупость людей, которую только можно встретить.

И именно поэтому медиа делает программы для жертв. Чтобы сидели и не вылазили в мир, пока другие люди делают его лучше.

Мы сейчас с вами посмотрели в самое ядро того, о чем даже боятся говорить. Но боятся говорить именно потому, что жертва встаёт и начинает поливать всех направо и налево самым мощным дерьмом, на



которое только способен человек вообще.

Потому что право быть жертвой даёт им выживание.

То, ЧЕГО ИМ НА САМОМ ДЕЛЕ НЕ ТРЕБУЕТСЯ!

Поразительная деградация.

## Белка в колесе или те же самые грабли

Белки разные и всякие «горки», одинаковые события, одинаковые люди. Похожие ситуации, одна и та же проблема повторяется. Ничего не меняется к лучшему. И так далее. Эдакая закольцованность событий.

«История повторяется» - отсюда же. «День сурка» - вот он.

И всё это драгоценный ум. И его память. Он достаёт что-то оттуда, видит где-то опасность и водит человека по кругу, чтобы бы чего-то там избежать. Чего-то там и где-то в прошлом!

Пластинка заикается на одной дорожке и не может остановиться.

Примените к этой ситуации все техники из данной книги, одну за другой. Игла пластинки должна сорваться и польётся музыка. Наконец-то.

Если, после применения техник, шаблон «пластинка» стабильно сохраняется, то в этом случае возможен гипноз или же подобное внушение. Проще говоря — внешнее командное влияние, которое так или иначе попало в голову и сидит там крепко. Это может быть и нечто другое, такое как родовая травма или даже генетическая память рода.

К сожалению, эта огромная тема выходит за пределы настоящей книги, но вы сможете найти нужные материалы и связаться с другими людьми на нашем сайте.

Для проработки инцидентов, которые никак не выходят на поверхность и не «обнуляются», есть специальные мгновенные техники и техники глубинной проработки прошлого, которые, к сожалению, не могут быть здесь указаны по ряду независимых от автора причин.

## Намерение

Как вы помните про усатых проказников, в самом начале книги, намерение творит настоящие чудеса.

Согласно моим последним наблюдениям, намерение работает даже потому, что отключает шаблоны ума и необходимость использовать ум для демонстрации состояния «жертвы».

Когда есть намерение чего-то достичь и намерение достаточно мощное и чистое, это происходит просто потому, что снимается луч внимания с той области памяти, на котором оно держалось.

Поэтому намерение можно использовать как полезный инструмент для:

1. Достижения целей, которые вас манят.
2. Для резкого поворота в жизни, когда надоело старое и пора браться за новое.

Намерение, это не желание. Желание — это ум.

Намерение, это безоговорочное стремление к цели, смысл достижения которой совпадает с вашим личным стремлением, а также вполне может совпадать с вашим предназначением и тем, что вы уже делаете в своей жизни.

Некоторые люди боятся использовать намерение, потому что оно действительно сильное средство.

Например: Юноша играет на скрипке с детства.

Никто ему не наставил в голову шаблонов в стиле «Только дураки играют на скрипках» или «Скрипкой денег не заработаешь», он успешно развивается и написал себе несколько собственных набросков.

Жизнь идёт дальше и он может легко вписаться в какой-нибудь оркестр. Но как-то не получается. Но он считает, что сможет попасть в состав,

стоит только ему еще немного подучиться.

Задвинув такое намерение жизнь (те самые группы поддержки за кулисами) начинает менять для него декорации. И сценарий тоже.

Хрясь! Скрипка ломается. Больно. Она же — рабочий инструмент. Ужаснувшись ситуации, он сказал себе «на то Воля Бога» и увидел попавшее ему на глаза объявление. Убрав внимание со скрипки он обратил внимание на газету, которую кто-то из близких бросил на стул. И что-то странное происходит, его глаза всмотрелись в эту газету. Что-то дёрнуло его её развернуть и вот! Он увидел его! Вот оно! Объявление «Оркестр ищет скрипку, телефон, адрес»! Они ищут его уже неделю! Надо успеть, надо собираться в дорогу...

– «И скрипка-то старая была ужасная. Как полено. Как я на ней играл?», - думает наш герой, когда ему дали новую. И он уже никогда не откажется от этого нового звучания.

Вот вам пример, как намерение ведет к результату. Этот же пример красив также тем, что он показывает нам: а сработали ли в вас интерпретации? Примерно такие: «Ну всё, конец. Скрипки нет, цель не достичь» или «Это как это? Я сломал себе жизнь намерением. Жизнь несправедлива!». На случай таких умственных выводов я добавил туда «на то Воля Бога», чтобы наш герой не пошел пьянствовать в соседний бар и заливать горечь утраты этого барахла. От такого барахла, что соседи уже выли, когда же она сломается.

И чудо случилось. Ибо чудо, это не то, что ждёт ваш Ум развешивая везде ярлыки.

Но где же тут намерение? Намерение — творить то, что хочет вся его структура, как существа, полностью. Это можно сказать как «МЫ ХОТИМ» этого.

Не то, надоевшее обуглившееся от злости «Я», которое ни на что не способно вообще, а некое более огромное - «МЫ». И «МЫ» - это всё, что ВЫ и есть.

Как минимум «МЫ», это:

1. Вы. Наблюдатель всего. Отчасти Творец. Актёр.
2. Робот-тело, которое никогда не против развлечься и достичь результатов для хозяина.
3. Мозг со всеми его изгибами и крутыми поворотами. И, конечно же, с инстинктами. И даже та самая часть системы интеллекта, породившая себе «Я». И само «Я» тоже тут.

МЫ решили: «Надо играть в оркестре!». И, получай, красавчик!

Обратите внимания, намерение не имеет ничего общего с желаниями «Я». Совсем ничего общего. «Я» настолько мелко тут, что оно входит в состав всего мозга и не может перечить вышестоящей и могущественной системе.

Намерение можно назвать как «Согласованное стремление получить определенный результат или цель». Согласованное где? В ВАС.

Не хотел было писать это, но всё равно добавлю, с легкой руки невидимого парня, который пишет эти строки моими руками:

Комплект игроков, в одной только этой сцене, которые отвечают на реализацию намерения или действуют:

4. Ангелы — хранители.
5. Бог (Автор и Режиссер).
6. Другие Высшие Силы.

И даже:

7. Другие люди (соседи: сломай скрипку наконец и пойдя в оркестр играть).
8. Родные и друзья, подкинувшие газету (кто-то: лови объявление, малыш!).
9. Редактор газеты (это объявление должно быть тут).

И еще тысячи действующих лиц, большинства которых мы вряд ли увидим в глаза.

И я упомянул далеко не всё, кем вы являетесь и кто вам помогает в реализации намерения.

Намерение — запускает процесс.

Не ожидая и не терпя его, просто оставайтесь в намерении, как вода остаётся в море. Делайте то, что кажется правильным делать и всегда знайте, что «на то Воля Бога». Без суеты и спешки поступайте так, как вас ведет Вы Сам. Ибо спешка и суета - тоже от ума.

И всё начнёт получаться.

Причем чаще всего — само.

И это настоящее волшебство.

## Ожидания, желания и обиды

Это боль миллионов людей. Они так ждали подарок — а его нет. Они так хотели конфетку, а её не дали. Они так хотели миллион денег, а их никто не даёт. Беда!

Самая жестокая тема, когда у человека разваливаются ожидания. И не более жестокая, когда они ожидания есть.

Для начала давайте составим список, чего вы ждете от жизни, от людей, от себя. Этот список позже можно будет обработать.

Напишите здесь или на листе бумаги, всё, что вы ждете. Например, я жду, что мне заплатят. Я жду, что меня будут любить. Я жду, что мир будет милостив ко мне.

Или даже так: я жду от людей только плохого. Или так: я надеюсь, что войны не будет. И не забудьте вот такую силу: я жду, что меня люди будут любить.

Всё, что вы ждете, это разрушительно потому, что если вы ждете плохое и оно не исполнится, вы его добьете, чтобы исполнилось. И именно в памяти всё это. И на основе памяти формируется будущее. И каждое разрушенное ожидание — это боль и обида до глубины души и на все времена.

Поэтому, не забудьте собственный список обработать также, как мы это делали с вами ранее. А еще лучше — заняться этим списком вплотную и навсегда вытащить обиды, ожидания и разруху их памяти.

Теперь немного объяснений:

**Ожидание** — это попытка дожидаться реализации желания.

**Желание** — это стремление получить лучшее выживание.

Выгода — форма лучшего **выживания**.

Стремление к выживанию порождает желание, которое порождает ожидание.

Если ожидание сломлено — желание разрушается, выживание под угрозой.

Тут-то и включаются инстинкты и прочие побрякушки.

Более кратко, можно сказать, что люди играют в лотерею: Сбудется или не сбудется **лучшее выживание**. Любит — не любит? Выживу — не выживу? Получу — не получу?

Мне дальше главу писать? Или можно уже закончить?

Феноменальная глупость Ума пытаться желаниями симитировать намерение и выражает желание. Сколько лично я, автор этих строк, это ни пробовал — никогда не получалось. Как будто всё напротив — любое желание не исполняется и всё тут. Хоть тресни — нет, как назло.

А ожидание этого желания — пытка. Так как Ум сам живёт в нулевом пространстве не имеющем времени (он просто компьютер), то он хочет всё и сразу. И желания должны быть исполнены сразу. Но этого не происходит.

Между делом видя, что намерения исполняются, Ум думает, что сможет переиграть ситуацию и сует вам Желание. Но это желание ума. Выжить должен только ум. Выживания не существует нигде, кроме как в уме.

Это простой шаблон, в котором есть выживание. Допустим, это «Дали конфетку, когда я рассказал эмоциональную историю с убийством жуткой пчелы». Сработало десять раз в разных ситуациях. Теперь это крепкий шаблон. И есть желание, представим: «А давай заработаем миллион рассказывая истории», - которое нашептал ум.

И вот, наш человек, согласившийся, теперь выступает со сцены и рассказывает истории, а в него летят тухлые помидоры и народ требует вернуть деньги за билеты.

«Как так? Почему не работает? Я ждал денег (конфетку), а их нет!».



Пора звать маму и рассказать ей эту грустную историю: «МАМА, меня обидели на сцене!». Если мама не придет — второй разрыв шаблона!

Ожидание было прервано. Жестоко. Шаблон разломан. Ум в шоке. Что делать? Как теперь жить? Плакать и обижаться, конечно же. И тем самым еще больше укрепить это в уме.

Но есть попытка вызвать телевизионщиков и дать им интервью о том, какие плохие зрители, заработать на этом себе имя и попробовать всё-таки получить нашу конфетку.

Телевизионщики услышали, сказали «Не прикольно» и не пришли.

Бац, снова неудача! Взрыв мозга! Жизнь летит под откос. Как это возможно вообще, чтобы такое со мной случилось?

«Жизнь — это кошмар», - решает он.

Но если ВЫ не спали в это время, где-то в корпусе своего механизма, то вы бы сказали «Видимо рассказы мои были неправильными, надо спросить у людей, почему им не понравилось». И занялись бы разбором полётов и, вполне вероятно, нашли бы решение. Или обнаружили, что занятие было полностью неудачным и прекратили бы проект.

Но даст ли вам это сделать ваш собственный Ум? Даст, вы же читаете эту книгу.

Что мы видим, давайте посмотрим еще раз.

Есть желание — требуется получить нечто выгодное, это есть в шаблоне. Если ожидание прерывается тем, что Желаемое не получить, будет боль и досада.

Если ожидание выполняется и удалось развести толпу, будут деньги и слава.

Вот в эту лотерею и играют люди. Они пытаются угадать, а сработает ли шаблон, чтобы реализовалось желание.

Выдвигают желание: Миллион!

Включают шаблон.

Ожидание, напряжение, сбудется — не сбудется?  
Ожидание длительное... И тут Бац! Хрясь! Провал.

Успешны лишь случайности, когда умение, записанное в шаблоне, оказалось полезным людям. И тогда этот шаблон приносит и удачу, и славу, и деньги. Но на моей практике их всего три процента. Девяносто семь терпят неудачу.

И не надо сейчас бросаться и записывать себе в голову чужие шаблоны. Смотреть как живут миллионеры и записывать себе их поведение. Что сработало у них, вряд ли сработает у вас. Это очередная попытка получить прибыль с помощью шаблона.

С помощью шаблона ума вы не получите исполнение желаний так, как хотелось бы. Потому что шаблон — это воспоминание. Это заезженная пластинка.

Намерение сделать что-то, что вы мечтали всегда сделать — вот это будет работать.

А чтобы Ум не мешался под ногами, надо поступать сразу двумя путями.

1. Чистить по ходу эмоции. Например: «Скрипка сломалась».

Первая мысль «Скоты! Как же теперь я буду жить?». Ответ: «на то Воля Бога». И затем сверху на неё: «Даже если я скрипач без скрипки и я вообще больше ничего не умею, то я...»

Ну вы знаете, как поступить.

2. Использовать методики очищения прошлого. Потому что шаблоны — это прошлое. И всегда так и было. Есть шаблон? — привет тебе, прошлое. Используя шаблон вы живете в прошлом. То есть — в воспоминаниях! Чистите воспоминания, пока еще не накопили их так много, что буквы будет трудно различать из-за черноты перед глазами.

Итого. У нас есть намерение. Гасим пыл Ума техниками и продвигаемся на пути к поставленной цели.

Не думаем как. Любая попытка думать «КАК???» - Ум. Он не знает «как», вот и всё. Шаблона нет! По дороге, может быть, будут ломаться скрипки и рваться струны, а может и не будет. На всё Воля Бога, вот КАК мы поступаем! И незачем гадать.

И тогда ум сидит тихо и чудеса становятся возможны.

Помните парня, который вылетел на дорогу на роликах? Ума там не было совсем, правда?

\* \* \*

Кстати, а вы обратили своё внимание на интересную вещь: есть четыре злых собаки, которые выносят человека из огня и воды. Но лишь одна атакует? А три — убегают.

Потому что спасение для них - цель. И для инстинктов — она тоже такая же - ВЫЖИТЬ.

Но инстинкты НЕ ИМЕЮТ эмоций. Они просто вытащат вас. Остановят время. Кинут вас через трёх-этажный автобус и потом еще через двенадцать троллейбусов и приземлят максимально мягко.

Но не Ум. Ум перепутает всё, что можно, чтобы выжить. И в итоге напортачит. Обычно он всё делает неправильно, когда оперирует шаблонами. И Ум может держать активной картинку перед глазами, чтобы ВКЛЮЧАЛИСЬ инстинкты, если вы — не послушный и не хотите выживать.

Это срабатывает потому, что визуальная цепь, по которой гоняются видео из глаз, из воображения, и записи из памяти — одна и та же.

И эти собаки ума не видят разницы. Но тот, кто разницу всегда видит — это ВЫ.

Содержите свой Ум в чистоте и собакам не будет повода бежать.

А сейчас, в этой главе, как раз время, чтобы сказать следующие слова:

**Я намереваюсь иметь ясный ум и видеть различия. И я выбираю видеть различия во всей жизни и наслаждаться ею. И на всё, что происходит, есть Воля Бога.**

\* \* \*

Ожидания, что называется, «выносят мозг» многим начинающим бизнесменам. Они «ждут» результата, а его нет. Как будто умышленно. Ответом на это будет «не ждать».

Но, кажется, падает мотивация когда не следует ждать больших результатов, или, прибыли завтра же. Так вот ответ будет как раз в этом: не ждать.

Людям может придти в голову идея обмануть себя и сделать вот такой хитрый ход: ждем неприятность и делаем дела по её предотвращению.

Если неприятности нет — разочарование, но жизнь удалась и деньги есть. Если неприятность произойдет — будет чувство успеха, что развалилось всё, что нужно было развалить, но без денег.

Однако, в этом случае, ожидание неприятности чревато и может стать, своего рода, программой. Как, например, автору этих строк, подобная шалость развалила несколько хороших партнерский отношений и он был горд и прав, но с провалом.

Ответом будем: не ждать. И чтобы убрать это самое ожидание, поможет, так называемая, обработка полярностей (то есть — крайностей).

И вот её легкий вариант:

Задаем себе вопрос: что произойдет, если ожидаемое случится. И составляем список всех больших плюсов. В стиле «Заработаю денег миллион!» или «Стану звездой!»

Затем задаем себе вопрос: что произойдет, если ожидаемое НЕ случится. Если НЕ произойдет. А-а-а-а! Это самая боль и есть. А мы терпим и составляем список всех больших минусов, провалов и поражений, которые могут произойти. Такие как «Всё будет зря и я себя не прошу!», «Я выкину

на ветер несколько лет жизни», «Умру с голоду» и так далее, до самых невероятных страхов, какие только могут быть.

Получившийся список проигрываем старым добрым способом. Например, так: «Даже если я буду работать два года и никто никогда не купит у меня мой продукт, то я всё равно .. люблю себя!». И играем так, пока не обнаружим, что нам становится несколько наплевать на то, что мы получив в результате. И именно такой подход снимает ожидание. И тогда всё получается, а если не получается — тоже хорошо.

Попробуйте проделать это с любым вашим ожиданием. Например, с ожиданием поступления денег в ближайший месяц. Вы заметите улучшения ваше восприятия ситуации.

Выглядит несколько парадоксально, но это работает.

## Доверие и недоверие

Отсутствие доверия к людям и всему мирозданию точно также держится на воспоминаниях. Когда-то увиденное или прочитанное, как шаблон, держится в голове.

Например, человека обманули с деньгами. Он ожидал, что ему заплатят, а ему не заплатили. Товар взяли, а денег не дали.

В такой ситуации сильно страдает выживание. И самооценка, потому что не предусмотрел последствия. Сожаление, обида.

Эти эмоции зафиксируют ситуацию в памяти. Следующее, что будет происходить — это уменьшение доверия к людям. Любая ситуация с платежами будет изначально рассматриваться, как потенциальное преступление.

Это породит различные системы «проверок», «перепроверок», «предоплаты за товары» и тому подобные ухищрения для того, чтобы сохранить своё выживание. И может довести до крайности, что людям будет неудобно или даже невозможно покупать у такого человека.

Более того, однажды обманутый теперь клеит на всех ярлыки: потенциальный обманщик.

С таким багажом недоверия далеко не уплыть. Особенно тогда, когда недоверие было к высшим силам. И такой пример легко найти. Например, вы ждали божьей милости и помощи, а её нет. Она не пришла. Задумываясь о причинах, почему не было помощи, появляется событие и эмоция: бога нет, надеяться не на что. И активируется выживание «без бога». Мол, если он не пришел на помощь один раз, то какой смысл этой помощи ждать.

Что же делать? Ответ прост: доверять.

Звучит страшно? Конечно. Потому что это рвёт шаблон, в котором записана эмоция и страх «что кинут», то есть страх остаться без выживания.

Однако ответ будет именно в том, чтобы доверять. Но не так, что деньги положили на стол и ушли, проверяя людей на предмет доверия. Кто-то из них заберет деньги, потому что не знает об этом.

Вы применяете необходимые меры безопасности, например, не оставляете свою банковскую карту везде. И, одновременно, доверяете.

Например, вы в магазине покупаете что-то и вам нужно дать карту продавцу. Насмотревшись фильмов вы можете испугаться, что продавец карту считает и потом что-то по ней купит. С такой паранойей далеко не уехать, особенно, если у вас нет наличных с собой. И вот вы стоите и ругаетесь с продавцом, что не дадите ему карту в руки. Со стороны это выглядит очень смешно.

Такая же ситуация легка и в ресторане, где можно отдать карту официанту, чтобы рассчитаться.

Можно сказать, что всё недоверие основано на воспоминаниях. Именно плохие события из памяти активируют еще одну интересную вещь: они увеличивают значимость, важность, того, что вы когда-то потеряли. Например, деньги. И чем больше вы их теряли по разным причинам, чем сильнее вы будете держаться за них. Это выглядит и правда очень смешно. Некий человек прячет кошелек, чтобы никто не увидел, сколько в нём денег. А денег в таком кошельке, обычно несколько копеек. И почему все это? Да потому, что человек так много терял или очень много видел потерь (а уму всё равно, кто терял), что теперь всегда боится их потерять. Продолжая так жить он доведет себя до состояния, когда денег не будет, потому что боль от возможной потери - убивает его сильнее.

Давайте еще раз проглядим этот материал, чтобы он был очень понятен для вас. И расширим его.

Возьмем для примера деньги, как очень яркий атрибут.

Говорят: кто не рискует, тот не пьет шампанское.

То есть тот, кто рискует, всего-навсего доверяет ситуации и людям, потому что и выбора-то у него нет. Он не может «не доверять», иначе сделки

может не случиться, а сделка такая ему ценна, ибо сулит ему, допустим, миллион.

И как следствием такого риска вдруг окажется его резкий взлёт и богатство. Он рискнул? Да, он пошел против своих воспоминаний в ситуации, когда мог бы сделать шаг назад. То есть позволил себе порвать свой шаблон в уме и выйти за его пределы.

А если бы его «кинули»? Что же, на всё Воля Бога.

Уловили?

Итак, доверие и недоверие — это полярности (дуальности), ровно как и другие, которые подвешивают вас в состоянии некой неопределенности. Это расщепление вашей целостности и есть.

И висят они в воспоминаниях. То есть в памяти. И в них есть угроза выживанию. Таким образом видно, что если бы в памяти не было таких записей, то и доверие было бы на высоте. И как следствие этого — **уменьшенная важность денег**, и как следствие уменьшенной важности денег - **их изобилие**.

С другой стороны, совсем без доверия вы ничего не сделаете и такая ситуация может «запереть» в ступоре: так доверять или нет?

Для решения такого конфликта можно сделать следующее.

1. Представляем, что будет, если оказанное доверие не будет исполнено. Например — потеря денег. Взвешиваем, насколько это убийственный вариант. Или выживем? Да или нет?
2. Представляем, что будет, если оказанное доверие будет исполнено. Например — сделка на большую сумму. Это выживание перевешивает страх потери денег из пункта №1?

И решаете исходя из этого.

К слову, доверие — это ожидание, что исполнится выживательная сторона в возможной ситуации. Не рассмотрев противную половину вы обрекаете



себя на мучения.

Но самый лучший способ, который есть: это обнуление полярности вообще. Тогда появляется здравомыслие. Устранение полярности такого рода, как «доверие — не доверие» убирает эту дилемму из ума вообще. И сделать это можно с помощью проработки всего прошлого, то есть — пересмотра всех зарядов в памяти и с обнулением, конечно же, полярностей.

## Мнения других людей и сомнения

Это одна из громадных и обширнейших тем. Однако, для наших целей, будет достаточно лишь коротко рассмотреть некоторые из них, которые «негативно влияют». Чтобы понять, как это работает. И понять, в чем причина и как это решить.

Итак, «мнение других людей» запросто может сформировать поведение, например — ваше. Может значительно, или даже целиком, повлиять на ваш выбор в жизни и на всё ваше будущее.

Например, вам говорят «Не делай так, потому что...», то вас буквально отговаривают делать что-то по той причине, которая есть в опыте говорящего. Даже в том случае, если это был не его опыт, а кадры из какого-то сериала.

Иными словами говоря, когда мнение стороннего лица, будь оно умышленное или нет, направлено на остановку вас, то оно запросто может остановить. И мозги получателя начнут соображать по-другому и решения поменяются разительно. Вплоть до отказа продолжать какое-либо занятие. И, вполне может быть, приведет к решению прекратить что-то делать раз и навсегда.

А если вам говорят «Ух ты! Какая крутая идея, продолжай!», если это было сказано искренне, то это не менее легко воодушевит и придаст массу сил. И если оно оказалось красивой ложью, оно всё равно воодушевит. И не важны последствия, мотивация уже высокая и дело делается, даже если оно не принесёт никакой прибыли вообще.

Вы узнаете то, о чем я рассказываю?

На примере некого хобби, которое человек планирует продолжать, но несколько не уверен в этом:

1. Если он получил одобрение, значит всё время и средства не были потеряны зря. Это кому-то нравится. Тяжелые времена пройдут. Уверенность поднимается.

Вывод: Стоит продолжать занятие.  
Одобрение.

2. Если получил «Фу» и хобби не понравилось хоть кому-то, значит смысла продолжать нет. Или смысл значительно уменьшается. Чем больше людей сказало «Фу», тем вероятнее остановка.  
Нет одобрения.

Как будто принятие выбора застряло на двух чашах весов. И мнение других людей может склонить любую чашу в сторону. Достаточно высказать любое из них и дело будет сделано. Какая сторона перевесит — тот выбор и будет принят. Точно, как в примере выше. «Фу» - и хобби будет заброшено. «Круто!» - и занятие продолжится.

От простой, казалось бы, оценки со стороны, радикально меняется вся жизнь. За одну секунду будущее человека становится выбранным. Но, погодите. Секундочку. У меня есть вопрос. А КЕМ оно было выбрано? Правильный ответ: другим человеком.

На окончательный выбор также оказывает влияние и сила авторитета человека, чье мнение попало на эти весы. И чем больше авторитет и уважение, тем больше «вес» мнения.

Например: «Всем не нравится мое хобби» - может легко зазвучать после того, как было получено мнение матери, которая уже некоторое время выказывала своим видом неодобрение. Одна такая озвученная мысль матери как «Хватит уже этим заниматься, это трата времени» может оказаться решающим словом и будет выглядеть так, как будто сказала вся страна.

Если вы имеете авторитет, очень важно быть осмотрительным со своими речами, в особенности — дающими оценку и намекающими на выбор.

На этом этапе мы видим: неуверенность легко склоняется любым внешним мнением в любую сторону. Если одного мнения мало — то двести голосов точно склонят это мнение в сторону.

В чем же тут дело? Что за робот внутри вас?

А в том, что само по себе сомнение, неуверенность — это неспособность ума сделать выбор. Но какой-то выбор надо всё-таки сделать. Но не получается. Неуверенность в решениях. «Правильно» или «неправильно». И так далее. Сомнение.

Сомнение возникает тогда, когда набор информации с одной стороны уравнивает другой набор с другой стороны. В вашем уме. И выглядит это так:

1. Делать — 100 пунктов.
2. Не делать — 100 пунктов.

Сомнение и есть. Попробуй пойми, что выбрать, когда значения равны.

Поэтому, любое мнение со стороны, особенно авторитетное, запросто сделает выбор за вас.

Идём дальше.

Желание получать мнение от другого человека, как способа решать свою неуверенность, также может стать и привычками. Сюда входят «копирование шаблонов поведения», ожидание помощи со стороны, ожидание знаков, указов судьбы, копирование других привычек и так далее. Иными словами говоря, человек потихоньку превращается в зависимую марионетку. Сам.

Более того, это стремление «получать мнение» вырождается в неспособность принимать собственные решения. А ответ как раз в обратном — нужно самому принимать решения и делать осознанный выбор. Но об этом мы еще поговорим, а пока давайте посмотрим на краешек того, во что это всё может превращаться:

Две подруги на рынке.

- Я не знаю, купить или не покупать это, как ты думаешь?, - спрашивает женщина «А» свою подругу «Б».

Подруга «Б» внимательно осматривает вещь и сообщает:

- Я бы купила. Симпатично. Мне нравится. Покупай, - выдвигает своё мнение подруга «Б», считая, что тем самым помогает. Ей-то нравится. Это её мнение. Всё честно.

«А» покупает. У неё в запасе есть «отмазка»: если не понравится, выбор был не мой.

Спустя какое время женщина «А», говорит своей подруге «Б»:

- Я посмотрела и померила. Оказалось — полная ерунда. Там плохо, тут плохо. Всё не так! В итоге пришлось выбросить. Жаль, конечно, что заплатила 3000 рублей за эту половую тряпку.

«Боже мой. Я теперь должна 3000 рублей, что ли? Или у меня безвкусица? Я — ничего не понимаю в моде? Почему ей не понравилось, я неправильная?», - подумает подруга «Б» и примет какое-нибудь уничтожающее решение. Например: никогда больше не помогать.

- Ты выбросила это? Может мне отдашь?, - пытается спасти ситуацию «Б», готовя в уме три тысячи рублей и очень тщательно всё проверить потом.

- Уже на тряпки порвала, - заключает «А», сделав слегка недовольное лицо...

...

Здесь можно провести глубокий анализ ситуации и выявить целый клубок хитрых мыслей, которые пробежали в уме нашей «женщины А». И их может быть огромное количество, однако на лицо один четкий факт: она повесила ответственность за выбор на своего «советчика», чтобы в случае неудачи получить хотя бы моральную прибыль и не признать свою ошибку, таким образом сохранив некоторую власть и контроль подруги «Б».

Чтобы не задерживаться на этой истории и не впадать в рассуждения, продолжаем наше исследование и идём в лобовую.

Как решить сомнение, если не спрашивать мнения других?

Например, как выбрать «делать» или «не делать», когда нет ни одного

другого фактора, который бы помог выбрать? Но есть очевидный путь — спросить мнения у других?

Ответ сложный, проще его разложить на варианты. Вот так:

**Путь первый**, логический, для тренировки ума: проводить анализ самостоятельно, в том числе и получая информацию от других людей. Найти всю информацию, какая только есть и самостоятельно сделать выбор на основе всей полученной информации.

**Путь второй**. Намного проще и тоже с аналитикой:

- а). Две недели не делаю дело и смотрю на результаты.
- б). Две недели делаю и смотрю на результаты.

Суть та же: найти свой собственный ответ.

**Третий путь**. Решать сомнение и неуверенность путём снижения важности обеих сторон на чашах весов. То есть мы снижаем ключевой параметр в ситуации и в возможных последствиях.

Давайте, я напомним, как это выглядит в уме. Например:

- а). За «делать» выступает 100 единиц важности.
- б). За «не делать» выступает 100 единиц важности.

Или:

- а). За «я справлюсь» выступает 350 единиц информации: 250 знаний, 100 важности.
- б). За «я не справлюсь» выступает 353 единицы информации: 252 знаний, 101 важности.

Грызёт смутное сомнение, что можно «не справиться»?

Путь заключается в том, чтобы оставить мыслительную машину. И чтобы это сделать, надо убрать значимость из любого решения и из всех возможных вариантов.

То есть мы убираем один из самых ключевых параметров, из-за чего ум активировался и замер без решений.

Рассмотрим это детальней.

Если есть неуверенность какая-то, то в ней обязательно присутствует важность. Важность связана с выживанием, как вы уже узнаете или скоро узнаете. И какой бы кривой путь логики не был, получаем, в итоге, что-то такое:

1. «Сделать» = ... = ... = Выживу. Качество выживания 105 пунктов.
2. «Не сделать» = ... = ... = Выживу. Качество выживания 105 пунктов.

То есть уму не выбрать. Одинаковый уровень важности. Теперь придется просить мнение у других людей и искать больше информации, проводить анализ и сделать выбор. Чтобы сломить это состояние и сделать хотя бы так:

1. «Сделать» = ... = ... = Выживу. Качество выживания **109** пунктов.
2. «Не сделать» = ... = ... = Выживу. Качество выживания 105 пунктов.

Теперь ответ уму очевиден: сделать! 109 лучше, чем 105. И чем больше разрыв, тем больше ум решит в пользу БОЛЬШЕГО выживания. Если «не делать» наберет значительно больше очков — ум убедит вас не делать. Чем больше перевес — тем убедительнее выбор.

Но можно поступить еще проще.

И это - принять и разрешить существовать обоим вариантам! Отдавая предпочтение самому плохому варианту развития событий.

И как вы уже знаете, ум отключается везде, где есть ваше принятие и ваша любовь. То есть ум не работает, когда вы в безопасности и когда ни одна из ситуаций не угрожает вам. Включая и те ситуации, которые идут из ума. Так давайте сделаем любой вариант развития событий — безопасным и любимым. И произойдет чудо.

Пример:

1. «Сделать» = ... = ... = Выживу. Качество выживания 105 пунктов. 200 неизвестных будущих вариантов. Уровень опасности 50.
2. «Не сделать» = ... = ... = Выживу. Качество выживания 105 пунктов. 200 неизвестных будущих вариантов. Уровень опасности 50.

Мы поступаем так:

«Даже если я сделаю это и ничего не получу, зря потрачу время и деньги, потеряю полжизни, то я всё равно люблю и принимаю себя.»

и добавляем:

«Даже если я не сделаю это дело и потом буду жалеть и рыдать, что не сделал, и потеряю таким образом миллион денег и всех родных, то я всё равно люблю и принимаю себя.»

Какое решение будет сейчас, вы уже поняли? Вот такое: да наплевать какое!

И, о чудо, вы осознаете, надо ли вам делать это дело или нет. Оно, как будто само, придёт в голову. Свалится с неба. Например: я сделаю это, потому что всегда хотелось это сделать! И сделаете. Потому что ума тут нет.

Что же произошло? Ушла важность (о которой будет следующая глава). А с ней отключился и цепной пёс.

Вот так легко можно решать сомнения и неуверенности. Попробуйте, чтобы сказкой не казалось, приобретите личный опыт.

А вот ситуация, когда сомнение немного другого толка. В таких ситуациях запросто возникнет нужда во мнении других людей. Да еще и очень срочно оно нужно!

Проблема: У человека есть неуверенность в себе. Он не видит себя со стороны и не знает, хорошо или плохо он держится на сцене. Здесь рождается небольшой страх провала, боязнь сказать лишнее и поступить неправильным образом. Страх забыть текст, пукнуть и так далее.



Вариант обычный: Нужны подтверждения со стороны, что он выглядит хорошо и ведет себя хорошо. Мнения других людей, которые вселят в него необходимую часть уверенности и успокоят взбесившийся ум.

- Скажите мне, как я выгляжу?, - бешено вопрошает он.
- Прекрасно, мой дорогой, - получает ответ.
- Уф, я пошел... - и выходит на сцену.

Вариант современный:

Шаг первый.

Играем текстами: «Даже если я уверен, что я выступлю как полный идиот и перепутаю все слова и надо мной будут ржать всем залом, то я всё равно люблю и принимаю себя.»

Шаг второй:

Если всё еще есть нужда во мнении других людей, то теперь его можно узнать. Но, скорее всего, этой нужды уже нет. Но тем не менее, спросить можно.

- Скажите мне, как я выгляжу?, - ради забавы спрашивает он.
- Как будто вчера ты гулял всю ночь, мой милый, - получает ответ.
- Ахах, круто. Я пошел... - и выходит на сцену.

\* \* \*

Для закрепления этого большого вопроса.

Любое сомнение, неуверенность, трудность выбора решается так:

1. Принимается любой вариант, путём принятия их всех, включая самые невероятные и опасные.
2. Сообщаем это себе, что мы любим себя, даже если всё плохое в мире уже случилось.

Ум отключается. И тут же появляется нужное решение.

\* \* \*

Почти все сферы жизни так или иначе пересекаются с мнениями других людей. Без этого не было бы общения. И развитие личности происходит благодаря обмену мнениями или только получения чужого мнения.

Множество граней может быть затронуто:

Общение между людьми.

Обучение, новые знания.

Задачи, которые требуют совместного решения.

Политика.

СМИ.

Религия.

Войны тоже тут.

И многое, многое другое.

Если вы желаете больше пообщаться на эту тему и высказать своё мнение, услышать других, то добро пожаловать на форум книги.

\* \* \*

## Спор

Мало имеет отношения к рассматриваемой проблеме, однако должно быть рассмотрено.

Спор, это когда мнение одного человека не совпадает со мнением других. Например, одни уверены что надо «не делать», тогда как другой может быть полностью уверен, что «делать надо».

Иными словами говоря, у одного человека чаша весов «делать» заполнена, а у других - «не делать». Ни одна из этих точек зрения не является неверной. И не является верной. Это просто мнения, основанные на их опыте. На их воспоминаниях.

Чтобы решить любой спор достаточно выслушать аргументы другой стороны и принять решение, примерно такого смысла: их аргументы

приносят больше пользы для всех нас? Если ответ «да», то их мнение принимается. Или они принимают мнение на этой же основе.

Таким образом, часть воспоминаний всех участвующих лиц утрачивают свою силу и помечается в умах как «менее полезное». Более полезное легко принимается умом.

Стоит понимать, что решение спора без конфликтов не только улучшает общение и понимание между людьми, сближает их и делает более дружелюбными, но еще и меняет саму жизнь всех участников, приближая их к сделанному в споре выбору.

Выбор на основе «наилучшее для всех нас» делает жизнь, следовательно, лучше.

Если же кто-то не хочет выходить из спора, можно смело сказать, что он «завис» на каком-то очень ярком и эмоциональном воспоминании. Там, где точно есть выживание или угроза выживанию. И заряд такой в памяти столь мощный, что сознание человека почти полностью выключено. В этом случае перед вами активированная система самообороны и все её системы защиты своего носителя. Просто смените тему беседы в другую область и псы начнут успокаиваться.

## Важность

Это самый разрушительный признак. Если вы чувствуете, что есть что-то очень важное для вас. Такое важно, что не отпускает. Или даже такое, что вы жить без этого не можете. Возможно, что вы войну начнете ради этого. И вот это-то как раз и убивает.

Чем важнее что-то, тем больше оно заряжено. Оно буквально блокирует всё, что только можно. Важность — это сильнейший заряд, который, конечно же, содержит эмоцию.

Видите теперь ту ловушку, в которую люди сами себя засунули?

Важность, величайшая важность чего-либо содержит в себе как раз те две вещи: эмоцию и выживание.

Когда вы уберете с любой важности заряд, освободится внимание, и эта область перестанет создаваться постоянно. Это может вызывать сильнейшие «качели», как будто разваливается целая реальность. Рушатся старые устои и разваливается прошлый взгляд на мир. Это может быть предельно впечатляющим. Примерно как попасть из одного мира в другой. А декорации — те же.

Это именно то состояние, которое люди не всегда могут принять. Однако сейчас вы вполне готовы, чтобы разобраться с этим и начать, наконец-то, жить, как вы и мечтали всегда.

Вот оно:

Любое «важное» содержит выживание (вполне возможно, что неосознанное).

Кажется, что без него не выжить (оно обязательно несёт в себе выживание).

Сильный заряд (где заряд — там прошлое).

И теперь человек получает в реальности: заряд, эмоцию и важность. Но не то, что он действительно хотел бы получить.

Результат: жизнь в прошлом, и реальный мир виден через кривые отражения неизвестных записей в памяти. Которые, к тому же, еще и бьют больно.

Такой расклад вам не нужен, я прав?

## Деньги. Богатство и бедность

Это тяжелейшая из тем, поэтому я оставил её на закуску. Дело в том, что на тему денег можно написать целые доклады и вывести тысячи работ. В действительности так много всего нагромождено вокруг денег и они так важны (читайте предыдущую главу), что мой рассказ может разорвать реальность читателю совершенно полностью. Особенно, если он не подготовлен и не сделал ни разу упражнения из этой книги.

Поэтому я отнекиваюсь и не буду излагать здесь многотомные материалы, которые разжевали бы все финансовые проблемы человечества и их истоки, но направлю вас на нужный путь.

Вот нам некоторые «полярности», которые, скорее всего, есть.

1. Деньги = Выживание
2. Деньги = Обладание (иметь)
3. Деньги = Власть
4. Деньги = Преимущество
5. Без денег = Смерть (страх умереть).

А также: долги, жадность, страх неизвестного, выгоды и прибыли. И даже банальную лень. При этом голова у людей забита всеми этими предрассудками так плотно, что из-за всей грязи не удаётся увидеть, где же деньги лежат.

Более того, сюда вплетена такая идея как «Экономия», в стиле «не покупай ничего дороже». Не плати людям. Всё должно быть бесплатно. И тому подобное. И их может быть - миллионы комбинаций.

Всё это поштучно разгребать не хватит и целой жизни. А львиная доля этих программ, убеждений лежит на бессознательном уровне. Сверху оно прикрыто выгодами от состояния нищеты. Вы не верите? Например «Дайте мне это, но имейте в виду — я - бедный студент». Или «Я не могу за это платить, дай мне это бесплатно, ибо никто у тебя ничего не купит». Или «Не могу заплатить — в мире кризис». Но всё это прикрытия «Экономии», «Жадности» и целью «Иметь Деньги = Выжить».

Но всё окажется в разы проще, когда вы начнете вычищать весь мусор из своей черепной коробки. Настолько всё просто на самом деле, что если у одного из читателей денег море, он пожмёт мне руку в знаке согласия.

Но вся беда этого в том, что каждый раз подобные поступки людей вбивают в их собственные головы убеждения подобные таким: Денег нет, Я — бедный, Деньги — это лишнее. И так далее. Список этот может быть длиной в километры! И это также вырабатывает привычку быть бедным, извлекая из неё другие виды выживания. Это и есть дно.

Важно отметить, что изобилие и финансовая независимость — это не отшельничество и это не преступность. Но не бравада своим положением и не доминирование над другими людьми. Это лишь лёгкое отношение ко всему и минимальный уровень важности деньгам. И никаких отказов от денег совершать не надо.

Вся эта невероятная гора мусора зашита в головы людей. Буквально. И не было раньше никаких шансов разобраться с этим, кроме лишь чуда.

Поэтому, герои вы мои, если хотите самостоятельно разгрести тему денег, то вам просто необходимо начать любить себя со всем тем финансовым положением, что у вас есть. И вы обнаружите, что вы ненавидите себя за это. И принимайте себя с этим. И вы обнаружите, что вы ненавидите в людях именно то, что хотели бы иметь, но не имеете. И так далее.

Это длинный путь, но тем не менее, он приводит к успеху.

Быстрый путь — это убирать все прошлые отпечатки в собственных мозгах, включая и такие вещи, как генетические и родовые программы. И сегодня это тоже можно сделать. К счастью. И это более прямой путь.

Вот вам еще раз вся денежная боль одной строкой:

Куча убеждений в голове подтверждается каждый день, из чего приходится извлекать иную выгоду и оправдывать себя за всё сделанное ранее, и даже за то, что не осознается.

Нищета — это ложный путь. Сегодня каждый может быть успешным.

Потому что такова игра, в которую вы играете по сей день.

И никому не выгодна бедность людей, кроме тех, кто приобрел выгоду от неё, имея её.

Теперь вы должны ясно осознавать, что изобилие — это стандартное состояние. А бедность — искусственное.



## Часть Третья

### Используемые Техники

Эта часть книги содержит техники, упоминаемые в ней. Кроме того, здесь приведены техники, которые расширят ваши знания и умения еще больше.

#### Театр+

Находясь в парке или в другом спокойном природном месте, солнечным днём, присядьте удобно на удобную поверхность так, чтобы ни место, ни ваша одежда вас не отвлекали.

Убедитесь, что вам не помешают несколько минут.

Теперь смотрите на любой большой объект, типа дерева или здания. Рассматривая его представьте, что это — декорация. Всё остальное вокруг, объект за объектом — декорации.

Это просто объекты, которые кто-то расставил для оформления этого места.

Наблюдая за окружением вы сможете обнаружить, как ваше поле зрения расширяется.

Обращайте внимание на то, что это сцена, обнаружьте для себя, что объекты — действительно декорации. Сидя на месте, используя только наблюдение. Вы можете увидеть, что объекты высокого качества и выглядят, как действительно реальные.

Время для вас может остановиться. Наслаждайтесь.

Оставайтесь в этом состоянии сколько захотите, попутно отмечайте для себя, как меняется ваше отношение ко всему и насколько всё проще, чем казалось ранее.

При появившихся прохожих рекомендуется прекратить упражнение и начать сначала позже.

## Принятие себя | Любовь к себе

Изначально идёт от так называемых «простукиваний» по линиям меридианов тела. Автор данной книги использует её в очень простой вербальной модификации, без простукиваний, которые не более чем аттракцион.

В этой книге она приводится именно в этом исполнении и работает даже по электронной переписке.

Формат техники очень простой, и уже описывался выше:

**«Даже если всё идет хуже некуда, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя».**

**«Даже если я завтра подохну, то я всё равно, абсолютно, целиком и полностью люблю и принимаю себя».**

## Благодарность

Методика «Благодарения» простая. Когда вы благодарите что-то, вы это принимаете и фиксируете это. Оно перестанет «плавать без времени». И как только вы делаете это частью себя, оно уже не может вас беспокоить.

Разновидностей этой техники множество. Вы можете благодарить Бога, себя, людей, деньги, конфетки. Всё, что угодно. И особенно то, что у вас болит. Примите это и оно перестанет донимать.

Например: **«Я благодарю деньги за то что они помогают мне жить легче и с удовольствием».**

Например: **«Я благодарю нищих за то, что они показывают мне, что я вижу нищету, а значит она есть во мне».**

Например: **«Я благодарю богатых людей за то, что они показывают мне, что я их вижу и значит тоже так могу».**

## На то Воля Бога

Простая и могущественная методика, которая мгновенно отключает ум. Когда рвутся шаблоны или начинаем «мусолить» какую-то проблему. Или ждём чего-то. Или паникуем. Или не знаем, что будет. И когда под угрозой выживание, берем и говорим: на это Воля Бога!

И так как Воля Бога явно сильнее любого ума и подтверждает уму, что сила выше его есть — всё становится тихо и спокойно.

Пример: **Значит на то Воля Бога!** - и ум, содрогнувшись, резко уменьшается в размерах.

## Призыв намерения

**Я намереваюсь \_\_\_\_\_ например, быть красивой(ым), и пусть это войдет в мою жизнь легко и свободно и наилучшим для ВСЕХ НАС образом.**

Помните. Выдвижение намерения не означает, что вы будете на печке лежать всю жизнь. Вас могут «вести», чтобы вы делали нужные дела. Как будто подсказки начнутся и кто-то «направляет».

Интересным моментом в этой технике является фрагмент «ВСЕХ НАС». «Эго», как эгоист, не может желать всем нам добра и выключается. И когда отключение ума произошло вы идете делать то, что и намеревались.

## **Другие техники, практики, методика**

Здесь я приведу список самых глубоко и наиболее мощно работающих техник. Поиск этих технологий и их проверка заняли много времени и множество испытаний, что называется, на «собственной шкуре».

Именно эти техники и многих десятков показали самые высокие и ощутимые результаты.

### **Метод Поток**

Уникальный способ очистки прошлого от воспоминаний, шаблонов и негативных эмоций используя собственное подсознание для этого. Автор книги применял данную технику на практике и она показала наилучший результат, как по скорости, так и по глубине работы. Она идёт первой в этом списке по силе и глубине воздействия.

Автор — Эдуард Алимский.

### **РПТ**

Технология мгновенного исцеления, которая позволяет быстро устранять блоки и включенные инстинкты. Имеется уникальный курс «Перерождение», который позволяет пересмотреть весь цикл зачатия и рождения и убрать так называемые «травмы» из записей, которые вы не помните сознательно. Об этом лучше узнать на специальных семинарах.

Автор - Саймон Роуз.

### **Техника эмоционального освобождения**

Методика, часть от которой красной линией идёт по данной книге. Техника имеет множество разновидностей, в том числе и авторскую, приведенную здесь. Изначальные корни уходят далеко в прошлые

исследования и имеют несколько различных наименований. Мной отклонено всё, кроме слов, что даёт ей возможность практического использования и мягкого воздействия.

Автор Гари Крэйг и другие лица.

## **Тета-хилинг**

Работа с подсознанием методом визуализации в состоянии тета-волн мозга. Мягкая техника. Медитация. Здесь же вы напрямую можете посетить «Седьмой план» бытия и познакомиться с Творцом. Вы можете самостоятельно изучить технологию по книгам автора или посетить семинары.

Автор — Вианна Стайбл.

## **НЛП**

Классическая технология, которая объясняет, как работает ум. В нейролингвистическом программировании очень много полезного. В этой практике есть польза, хотя я не могу назвать её легкой для освоения и применимой с первой секунды. Очень обширная технология. И на мой взгляд, чрезмерно усложнена.

\* \* \*

Если читатель собирается заниматься своим освобождением более массово и более глубоко, то ему пригодятся все указанные здесь методики.

Заходите на сайт книги, что бы получить больше современных техник и быть в курсе всего.



## Заповеди современности

Это не религия и не законы. Это наблюдения.

Я привожу их тут, чтобы вы могли ими делиться и применять их. Чтобы охладить пылкий Ум в его борьбе с вами. И вас в борьбе с ним.

### Благодари за всё

Если чувствуется, что за это благодарить не надо — благодари! Благодарить не значит отдавать деньги или душу. Порой достаточно сказать «Благодарю!», осознавая этот факт благодарности. И всё. Осознание тут играет роль. А не материя.

### Прощай

Другие люди ведут себя иногда под влиянием Ума. Вы это знаете. Обижаться на них нельзя, ибо они не ведают, что творят. Увидели нечто ужасное, слышали про себя плохое — простите их. И примите это событие для себя, потому что оно появилось в вашем мире, а значит именно это вы в себе НЕ принимаете. И не важно что это. Примите обязательно и оно уйдет. Не прощая и не принимая оно сохранится в Уме. Как в накопителе тех частей, которые вы в себе не приняли. И ведь по факту Ум это и делает.

### Отпускай проблемы

Все проблемы от Ума и в Уме. И никогда нигде более. Увидели проблему? Ну её к черту, занялись чем-то другим и выполнили техники из этой книги по «отбиранию луча обратно». Прочистили память и: Какая проблема, говорите?

### Мечтая не жди

Мечты, равно как и намерения, ваш ум не воплотит. Вы уже видели, какая компания работает, когда вы выдвигаете именно намерение, а не желание. Не лезьте, позвольте им выполнить их работу. Это их работа и есть. И они выполняют её. Намного лучше чем Вы, сидящий в голове. И ни в какое

сравнение не идет с тем, чем мог бы сделать Ум.  
Выдвинули намерение? Оно правда ВАШЕ?  
Отдайте эту мечту парням из техподдержки. И не ждите. Они сделают это наилучшим для вас образом. Даже если не сделают, то будет лучше.  
Поступая так, вы не будете сломлены и мечты сбудутся.

### **Прошлого нет**

Всё прошлое, что вы можете помнить — это записи в уме. Значит всё, что от ума — всегда прошлое. Держитесь настоящего и если тянет в прошлое — глушите его.

Шаблон, по которому действуете или вспылили — это признак прошлого. Если ждете чего-то — тоже самое, это шаблон пытается выполниться. То есть ждете то, чего нет и может не случиться.

### **Живи свободно**

Заикливание на чем-либо — это захват внимания. Появилась долбёжка в голове в стиле «Как это решить?». Отберите внимание обратно от ума и решите это воспоминание приняв его и/или обнулив техниками.  
Ковыряние в этом результата не даст. Вообще. Ни разу еще не дало.

\* \* \*

Я предлагаю вам, дорогой читатель, расширить эти заповеди, приняв участие в этом на сайте книги. Не потому, что я их не знаю, а потому, что это может быть предельно полезным документом для будущих поколений.

Принимайте участие!

## Молитвы современности

Это тоже шаблоны для молитв, которые вы заполняете так, как вам нужно по ситуации. Эти молитвы разрывают шаблоны ума и делают другие невероятные вещи.

### Благодарение

«Мы благодарим Творца за \_\_\_\_».

Или «Благодарю Творца за \_\_\_\_».

Благодарить можно за всё и просто так тоже.

Особенно удивительно работает, когда благодарите за «плохое». Шаблон Ума трескается по швам и распадается. Благодарят за то, что приносило боль. Это не для ума. Но проблема-то как раз в нём и была.

Благодарите за всё. Всех. Включая себя. Можно благодарить, погружаясь в лёгкий транс.

\* \* \*

### Мы желаем счастья вам

Как в песне — вы всем сердцем желаете людям счастья. Про себя это делается, не публично. Хотя, если вы сделаете песню — пришлите её нам послушать!

Вы как-будто посылаете людям свою любовь окинув весь мир своим внутренним взором (хотя бы свой город).

И также желаете людям всего того, чего вам не хватает, как вы думаете. В огромных количествах посылая это миру.

Например:

«Я желаю всем людям столько денег, чтобы всем им хватило на всю жизнь и еще осталось» - и отправляете эту посылку в мир, представив, что она достигает пункта назначения. И там радость. И вы лично проверяете (в своих представлениях), что денег у них предостаточно и даже больше и они выживут с гарантией в сто процентов. Любое сомнение исключается тем, что вы набиваете им денег в руки и карманы еще больше. Так много, что они не лезут уже никуда. И вы засовываете им под подушку, в ботинки, везде, куда еще лезет. И пополняете им счета и устанавливаете курс валют наилучшим для них образом.

В этот момент шаблон ума может крикнуть окончательно. Вот и чудно.

Затем забываете об этой молитве и одновременно визуализации, пока снова не захочется это сделать.

\* \* \*

## Прощение

Прощения — действительно как молитва. Может вызвать ведра слёз. И всё это потому, что на других людях есть эмоциональные заряды. Не прощения. Откуда они появились? Да нам и не важно. Мы просто берем человека, который «плавает перед глазами» или того человека, с которым никак не получается наладить общение, и «погрузившись в контакт» с ним:

**«Я прощаю «Имя», и посылаю тебе моё прощение и мою любовь. Прости и ты меня».**

Добавляем:

**«Я прощаю себя за то, что не понимал(а), что этот человек таким образом может мне помогать. И я люблю себя».**

Как правило, сделанное осознанно, это упражнение склонно менять отношения в лучшую сторону. И даже кажется, что люди меняются.

Можно усилить действие методом «принятия себя», которое описано выше: «Даже если я не могу простить этого человека, то я всё равно ...».

\* \* \*

Мы приглашаем вас составлять современные молитвы на нашем сайте вместе с нами. Чтобы они были доступны для всех тех людей, кто не особо-то хочет понимать смысл жизни, но жить хочет.

Возможно к этому моменту, когда вы читаете книгу, там уже есть много нового. Проверьте.

Принимайте участие!

## **Миссия человека**

**Наблюдая играть.**

## Заключение

Мы с вами знаем, что эмоция удерживает событие в памяти. Даже то, которое вы не помните.

Удерживаемое событие — это шаблон поведения (реакция), обязательно содержащее выживание (не важно кого).

Ум окрашивает все события и факты в негативный оттенок. Потому что он и есть хранилище негатива. Он так оберегает людей, чтобы не столкнулись с негативом.

Если вы поймали у себя автоматическую эмоцию, которая произошла как будто «из ни откуда», то погасите её, используя техники из книги и другие тоже. Эта эмоция не ваша, это просто воспоминание.

Сама же эмоция появляется от ожиданий и шаблонов ума. Что-то не случилось так, как записано в памяти и разрыв — боль, утрата, всё летит под откос, жизнь не удалась. И это снова зафиксировано в уме. Это и есть деградация.

Не ожидайте выживания, говорите «на всё Воля Бога» и «всё происходит наилучшим для всех нас образом». И если что-то идёт не так, как записано в уме, ум не знает, что это может быть лучшим решением. Он этого не узнает, пока это не произойдет. Потому что это не по шаблону.

Ваши истинные эмоции вызываются по вашему намерению. Без автоматических срабатываний. Хотите — плачьте, хотите — смеетесь.

### Почему всё это произошло?

Ради увлекательной роли «Я должен выжить» кто-то решил играть мученика. Внутри театральной системы корчить рожи в пытках над собой, потешая зрителей.

Это место - просто театр. Взгляните вокруг.

**Вот вся цепочка** произошедшего, кратко:

Появляется идея о необходимости выживать. Эффектная роль воина-героя.

Появляется ум, который теперь делит всё на полярности «плохое — хорошее», используя «Я» и призмы восприятия «выживаю (хорошо) — теряю выживание (плохо)».

Теперь можно сражаться за «хорошее» против «плохого».

Записывается только «плохое», с целью — выжить и чтобы было с чем бороться, тем самым создавая это в реальности.

Против чего сражаетесь, то и получаете в реальности, направляя на это внимание.

Герой падёт в муках сражений с самим собой. И захочет снова решить эту проблему в следующей жизни.

**Решений два, на самом деле:**

1. Продолжать разыгрывать драму биомашин и дальше, пока все зрители не покинут театр окончательно и бесповоротно и Актёр останется в гордом одиночестве.
2. Убрать заряды эмоций в записях ума, перестать создавать ужасное будущее на основе, мягко говоря, не менее поганого прошлого.



## **Ключ к выходу из лабиринта ума**

**ЖИВИ, ПРЕКРАТИ ВЫЖИВАТЬ,  
КАК АВТОМАТИЧЕСКОЕ ЖИВОТНОЕ**

Чтобы было легче:

**НЕ ЖДИ**

**НЕ ОЦЕНИВАЙ**

**ЛЮБИ СЕБЯ**

**БЛАГОДАРИ**

**ПРОЩАЙ**

**ДЕЙСТВУЙ НАИЛУЧШИМ ДЛЯ ВСЕХ ОБРАЗОМ**

**ПОСЫЛАЙ ДРУГИМ УСПЕХ И ПРОЦВЕТАНИЕ**

**УПРАВЛЯЙ ЭМОЦИЯМИ**

**И НА ВСЁ ВОЛЯ БОГА**

## Благодарности

Всем авторам, тренерам, терапевтам, которые действительно помогают людям. Которые были упомянуты здесь или не были. Всё равно спасибо.

Вам - человеку, который ищет выход из темницы собственного ума и находит его в наших человеческих трудах.

Богу, за то, что вёл меня на этом пути.

Моей супруге Стелле, которая прошла этот путь со мной.

Матери, за то, что дала жизнь и выдержала мою войну с умом.

Сайт Роберта Прайма и раздела для книги «**Освобождение Сознания**»:

<http://robertprime.ru>



При любых вопросах или сомнениях, пожалуйста, перейдите на наш сайт и свяжитесь с нами.