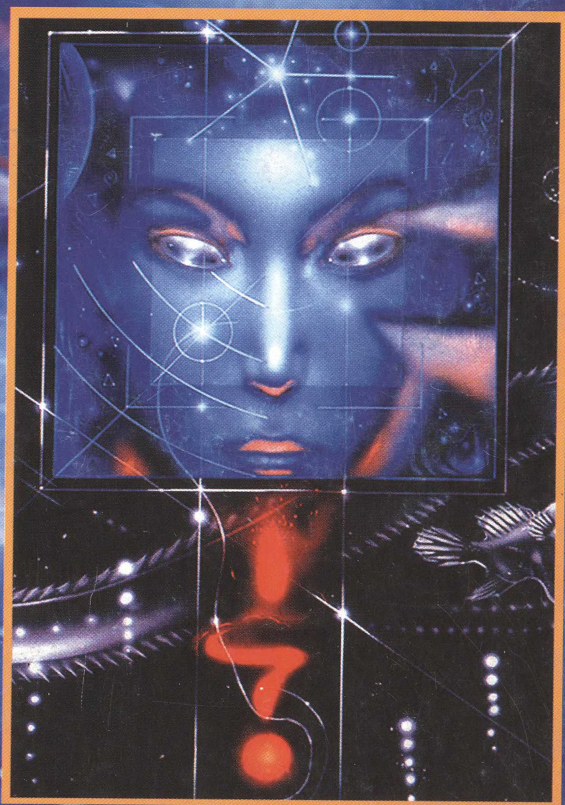


Уильям Хьюитт

ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

для начинающих



Откройте силу своего разума!

**PSYCHIC
DEVELOPMENT**
for Beginners

William W. Hewitt

Llewellyn Publications

Уильям Хьюитт

**Психическое
развитие
для начинающих**

Москва
2005

ИЗДАТЕЛЬСКО
ТОРГОВЫЙ ДОМ
ГРАНД  **Фант**
пресс

УДК 159.962
ББК 88.6 (7США)
Х98

Хьюитт У.

Х98 Психическое развитие для начинающих / Уильям Хьюитт. — Пер. с англ. Е. Сергеевой. — М. : ФАИР-ПРЕСС, 2005. — 192 с. — (Для начинающих).

ISBN 5-8183-0879-0 (рус.)

ISBN 1-56718-360-3 (англ.)

Все люди в большей или меньшей степени экстрасенсы — утверждает автор этой книги и предлагает техники, развивающие способности к ясновидению, телепатии, астральным путешествиям, целительству, общению с животными, тонкими телами и духами.

Приведенные в книге 44 упражнения и 28 практикумов помогут разработать и освоить программу персонального развития. Примеры из жизни одаренных экстрасенсов подскажут, как использовать эти навыки в жизни.

Для широкого круга читателей.

УДК 159.962
ББК 88.6 (7США)

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

«Translated from»
PSYCHIC DEVELOPMENT FOR
BEGINNERS Copyright © 1996
William W. Hewitt
Published by Llewellyn Publications
St. Paul, MN 55107 USA
www.llewellyn.com

ISBN 5-8183-0879-0 (рус.)

ISBN 1-56718-360-3 (англ.)

© Издание на русском языке, перевод на русский язык, оформление. ФАИР-ПРЕСС, 2004

Сандре Вешке и Нэнси Мостед за всю помощь, советы и дружбу, которую они даровали мне за годы моего сотрудничества с «Левеллин Пабλικейшенс». Они изо всех сил старались оказать мне огромную помощь самыми различными способами.

ВСТУПЛЕНИЕ

Все мы обладаем определенными врожденными способностями, но большинство людей никогда не развивают и не используют их.

Я отнюдь не великий экстрасенс, о которых вы читали в журналах или которых видели по телевизору. Я всего лишь обыкновенный человек, как и вы. Я сам научился развивать свои врожденные экстрасенсорные способности, порой до поразительной степени, и в этой книге я передам вам ценную информацию и приведу упражнения, которые дадут вам возможность развить такие же способности у себя. На страницах книги я поделюсь с вами несколькими опытами, чтобы дать вам представление о том, что такое мир экстрасенсорики.

Вы поймете, что эта психическая сфера на самом деле достаточно проста и удобна, и сможете достичь большего или меньшего прогресса — по вашему желанию.

Это простая и откровенная книга не требует каких-либо значительных интеллектуальных усилий или специальных талантов и способностей. Единственным требованием является восприимчивый ум и дух авантюризма.

В книге содержится информация о реальных экстрасенсорных опытах (моих собственных и других, о которых мне лично известно) и даны ментальные упражнения, повышающие чувствительность, для выполнения вами. Каждый личный опыт имеет заглавие и номер.

Было ли у вас когда-нибудь предчувствие, которое оказалось верным? Знали ли вы когда-либо, кто вам звонит, до того, как подняли трубку? Испытывали ли вы когда-нибудь внезапное желание делать или не делать что-либо, и только

позже обнаруживали, что вам следовало бы прислушаться к этому желанию?

Был ли у вас случай, когда вы чувствовали, что он уже имел место, хотя знали, что его никогда не было? Это называется *deja vu* (дежа вю) и является действенным экстрасенсорным опытом. *Deja vu* может быть следствием определенных факторов.

Например, у вас был такой же или сходный случай в вашей прежней жизни. Все случаи предыдущих жизней находятся в вашей памяти, и они вам доступны. Случайное столкновение со сходным случаем в этой жизни может вызвать память о случае из предыдущей.

Ваш разум готовился к событию заранее и записал его. Затем, когда событие действительно произошло, оно выглядело как воспроизведение записи.

Если вы испытывали что-либо похожее на эти предчувствия или ощущения, у вас был простейший, самый главный экстрасенсорный опыт (шестое чувство). В данной книге мы будем опираться на этот основной уровень, чтобы научить вас делать то, что вы не считали для себя возможным.

Практикум. Случай № 1

Воронка от артиллерийского снаряда

Мой отец провел восемнадцать месяцев на фронте во время Первой мировой войны. Вот экстрасенсорный случай, который произошел с ним во время сражения.

Отец и восемь его товарищей жались друг к другу в огромной воронке от артиллерийского снаряда, пытаясь защититься от яростного пулеметного огня, который сотрясал воздух над их головами.

Внезапно отцу стало тревожно в этой воронке. У него возникла непреодолимая потребность выбраться оттуда, хотя в том, чтобы покинуть безопасное место, не было никакого смысла.

«Не делай этого, Шорти, — советовали его товарищи. — Тебя убьют».

Некая невидимая сила подтолкнула его, и он по-пластунски выполз из воронки. Отец знал, что пули свистели в дюйме от его головы. Он прополз на животе менее ста метров до пня, остатка большого дерева без верхушки, и укрылся за ним от огня неприятеля.

Он оглянулся назад и увидел, как артиллерийский снаряд разорвался в той самой воронке, которую он только что покинул. Все его товарищи погибли.

Отец прислушался к своему внутреннему голосу и спасся от смерти.

Всегда следуйте своим предчувствиям, внутреннему голосу и благодарите их.

Есть множество вещей, которые вам необходимо знать до начала реальных ментальных упражнений, чтобы усилить и повысить чувствительность вашего шестого (экстрасенсорного) чувства. Вам нужна информация о том, кем вы являетесь в общей системе живых существ. Вам требуется узнать немного больше о жизни, альтернативах и о том, что представляют собой экстрасенсорные опыты.

Я надеюсь, что эта книга поможет вам выявить ваше шестое чувство и усилит все ваши чувства так, что вы сможете раскрыть себя в качестве практикующего экстрасенса и наслаждаться жизнью во всей ее полноте, как это сделал я и как продолжаю делать. На самом деле я надеюсь, что вам удастся добиться гораздо больших успехов, чем мне.

Как вы воспользуетесь упражнениями и материалом данной книги, зависит от вас. В книге нет тестов, домашних заданий и оценок. Эта книга — в точности то, что вы из нее извлечете.

Вы можете пойти дальше, сделав экстрасенсорное развитие делом всей вашей жизни, и достичь многого или не сделать совсем ничего. Это ваш собственный выбор!

Сделанный однажды выбор нельзя стереть из памяти. Книга адресована тем из вас, кто следует выбранному пути до конца, используя собственные возможности для того, чтобы сделать мир лучшим местом для себя и для жизни других.

Эта книга перенесет вас в измерение экстрасенсорного сознания и покажет, как конструктивно использовать это измерение для собственного блага, для блага других людей и, в конце концов, для всего общества.

Это экстрасенсорное измерение чрезвычайно значительно и полезно. Его может достичь любой желающий проявить самодисциплину, потратить ежедневно немного времени на изучение этого измерения и тренировать свои врожденные экстрасенсорные способности, которые есть у каждого. Вначале вы можете повысить чувствительность ваших пяти чувств (зрения, слуха, обоняния, осязания, вкуса), потому что ваше мощное шестое чувство использует пять основных сенсублизированных чувств, чтобы дать вам возможность испытать поразительное экстрасенсорное измерение вашего сознания.

Экстрасенсорная сила столь эффективна, что было бы безответственным бросаться развивать ее без того, чтобы сперва не получить представление о себе самом, о жизни, о взаимодействии с другими людьми, ответственности, альтернативах, правах и многом другом. Эти вопросы будут обсуждаться, чтобы обеспечить ваш успех, требующий ответственного отношения, так как вы являетесь гражданином Вселенной.

Не каждый будет развивать экстрасенсорные способности исключительно по этой книге. Тем не менее вы узнаете достаточно, чтобы понять, как продолжать развивать их до конца жизни. Некоторые испытают огромный экстрасенсорный рост, прочитав эту книгу, просто потому, что они обладают значительными врожденными способностями, которые уже схожи с их здравым сознанием. У всех нас разные врожденные экстрасенсорные способности. Поэтому все, что происходит или не происходит, определяется тем, кем вы являетесь. К тому же те, кто тренируется более усердно, развиваются быстрее и эффективнее, чем те, кто упражняется бессистемно, от случая к случаю или не учится вовсе.

Многим людям известны модные слова, ассоциирующиеся с психическими феноменами: ясновидение, ясно-

слышание, астральное путешествие, измененное состояние сознания, телепатия, психометрия и т. п. Это похоже на знание цены любой вещи без представления об ее истинной ценности.

Хотя в книге приведены краткие описания многих из этих известных терминов, но она не о редких модных словечках, которые вы можете использовать в разговоре, чтобы произвести впечатление на собеседников. Используйте ваши экстрасенсорные способности, чтобы помочь себе самому и другим, а не пустить пыль в глаза. Возможности психики следует использовать для жизни, а не для того, чтобы быть центром внимания. У тех, кто неправильно их использует или злоупотребляет ими, они исчезают.

Несколько определений терминов

Вот мои определения нескольких терминов, которые я использую в этой книге, чтобы помочь вам без труда понять, что в точности обсуждается.

Мышление — это энергия; оно создает все. Основной, непоколебимый закон физики гласит, что энергия, однажды созданная, никогда не может быть уничтожена. Энергия может видоизменяться, но никогда не может быть ликвидирована; она всегда существует где-то в какой-либо форме. Как экстрасенс, вы можете использовать ваши мысли для контакта с другим мышлением в мировом разуме. Мышление является совокупным интеллектом, и ваше мышление — это вы сами. Ваше мышление не является материальным и никогда не погибнет. Оно использует мозг как линию связи между вами и другим интеллектом в мировом разуме.

Вы можете использовать ваши мысли, чтобы они стали причиной неких действий. Замечание для благоразумных: будьте весьма осмотрительны в том, о чем вы позволяете себе думать. Мне кажется, вы можете понять почему.

Экстрасенсорная способность — это возможность добыть-ся доступа к информации, энергии или силе мирового разума и использовать полученную информацию, энергию или силу.

Мировой разум — это всеобщий интеллект, сознание, креативность и сила всего мироздания, Вселенной. Вы всего лишь крошечная частичка мирового разума, как и любое другое создание, которое существует сейчас, существовало когда-то или когда-либо будет существовать. Наш Создатель даровал нам привилегию быть частью его сферы интересов, которая и является мировым разумом. Тренируя нашу экстрасенсорную способность, мы можем взаимодействовать с различными интеллектами в мировом разуме.

Разум — это ваш мозг, он является составной частью вашего тела, и по существу это суперкомпьютер с фантастическим объемом памяти. Ваш мозг умирает вместе с гибелью тела. Далее в этой книге мы обсудим, как функция мозга связана с вашим экстрасенсорным чувством.

Высший разум и сверхсознание — эти термины я иногда использую для того, чтобы упомянуть о части мирового разума, которая сама по себе является линией связи между вашим мышлением и мировым разумом.

Подсознание — это часть вашего сознания, которая использует специфический частотный диапазон мозговых колебаний, волн для множества экстрасенсорных функций. Позже об этом будет рассказано подробнее.

Астральное тело, дух — это относится к находящемуся вне физической оболочки наделенному интеллектом существу, разуму без тела — такому, как ангел, привидение и т. д.

Шестое чувство, интуиция, творческая способность — эти термины я использую поочередно согласно подразумеваемым значениям.

Ваша роль

Данная книга о вас, о вашей собственной деятельности, о том, как вы взаимодействуете с другими людьми и вашим окружением, как вы сами определяете свою собственную судьбу, о вашем успехе или неудачах. Здесь описывается, как вы можете осознанно осуществлять выбор, чтобы изменить вашу жизнь к лучшему и дать этому выбору осуществиться.

Книга расскажет о ваших альтернативах и ваших действиях, а также об обязанностях, которые вы должны выполнять.

Эта книга о том, как улучшить вашу жизнь и весь мир.

Вы как личность и в самом деле значимы. Хорошо это или плохо, но вы сами по себе имеете важное, несомненное значение. Возможно, вам уже приходилось слышать об этом прежде, но вы восприняли данную информацию, не поняв ее. Наверняка вы сможете извлечь пользу, услышав вновь то же самое, но сказанное другими словами и с иной точки зрения на вашу жизнь.

Идеи, представленные в этой книге, собраны для того, чтобы отозваться глубоко внутри вас и помочь вам избавиться от мертвой середины. Другими словами, я надеюсь нанести ментальный удар по вашим тылам, чтобы подвигнуть вас на действия, которые будут обогащать всю вашу жизнь: от наиболее простых, земных мгновений до осознания событий всемирного значения.

Эта книга просто и доступно показывает, что и как следует делать. На самом деле, действия свершения полностью зависят от вас.

Наш мир — это общество индивидуумов, стабильность и красота этого мира напрямую зависят от каждого из нас. Тем или другим способом вы, иногда сами того не ведая, влияете на прочность нашего мира.

«Вы, должно быть, просто обманщик. Я всего лишь незначительная старая дама, живущая за счет социального обеспечения. Мое влияние состоит только в том, чтобы действовать энергично!»

«Оставь это, Мак. Я вожу такси в Биг Эпл (Биг Эпл — Большое Яблоко (Нью-Йорк). — *Прим. ред.*) И все мое влияние заключается в том, чтобы принять решение о том, каким путем лучше проехать через Манхэттен».

«Я всего лишь студент-первокурсник. Я не мог даже стать председателем курса, не говоря уже о выполнении чего-нибудь действительно важного».

Нет, я не ошибся. Я говорю о вас, «незначительная старая дама», и о вас, водитель такси, и о вас, студент. Я обращаюсь к каждому из вас во всем мире, вне зависимости от общественного положения, уровня умственного развития, экономического статуса, расы, религии, цвета кожи, политических убеждений или национальности. Все вы в одинаковой степени важны, и ни один из вас не более и не менее важен, чем другой. Каждый из вас обладает силой, которая находится за пределами вашей самой смелой фантазии. Вы используете или не используете эту силу, которая определяет, помешаете ли вы тому, чтобы земля была обезображена войнами, голодом, преступлениями, страданиями, болезнями, злом, несправедливостью и т. п., или поможете обезобразить землю.

«Я никогда, даже в гневе, никого пальцем не тронул», — можете возразить вы.

Но вам лично нет необходимости делать что-нибудь, чтобы быть ответственным за нежелательный результат. Вы также должны нести ответственность за результат, если вы откажетесь делать что-нибудь, что могли бы сделать.

Помните аксиому: «Благими намерениями вымощена дорога в ад», но не забывайте, что все, что требуется для существования зла, — это бездействие хороших людей. Гитлер принес миру огромные разрушения потому, что какое-то время миллионы людей ничего не делали, чтобы остановить его. Наконец, над большинством праведников обоего пола так надругались, что они стали защищаться и породили еще большие разрушения, чтобы остановить Гитлера. Это следовало сделать, но печальная правда состоит прежде всего в том, что подобного положения не должно было быть вообще.

Большинство людей в мире — это хорошие люди; все могут быть потенциально хорошими, если таков их выбор. Тем не менее мир далек от совершенства. Почему?

Потому что те, кто мог сделать выбор, чтобы исправить или предотвратить зло, не сделали этого. При всей их порядочности (честности) они бездействовали из-за своего неведения (невежества). Они просто не знали, что у них есть выбор и что у них есть сила.

Здесь и теперь я говорю вам, что у вас на самом деле есть выбор и у вас есть сила. Эта книга исследует альтернативы и показывает, как вы можете развивать и тренировать вашу силу.

У нас всегда есть выбор относительно уровня нашей жизни и нашей роли в обществе. Проблемы часто возникают от того, что мы не осознаем, что обладаем силой осуществить наш выбор и определить нашу собственную судьбу.

Это реально. И это правда. Всем вам нужно осознать правду и использовать ее, попасть в ее течение, находиться с ней в гармонии, быть созвучным, принимать ее и таким образом изменять мир к лучшему.

Вполне ли вы счастливы? Возможно, нет. Правда состоит в том, что вы не должны быть несчастны.

Есть ли на Земле ненависть? Да. Правда же состоит в том, что ее не должно быть. Ничто на Земле не существует без причины, будь то личная или общая, коллективная причина. Все может измениться, если мы каждый в отдельности или все сообща решим действовать.

Изменить мир довольно просто, но это требует личной непоколебимости. Эта книга позволит вам начать действовать, а остальное зависит от вас.

Я собираюсь взять вас в сознательную область экстрасенсорного сознания и показать, как вы можете создать свою собственную действительность. Я покажу вам, как вы можете изменить свою жизнь, жизни других людей и, в конечном счете, весь мир, пусть даже в небольшой степени.

Некоторые из доступных вам опытов — такие, как телепатическая связь, предчувствия или интуиция, экстрасенсорные феномены и другие, подпадающие под категорию

паранормальных явлений, — являются эзотерическими (то есть известными или понятными лишь посвященным). В этой книге обсуждается именно такое использование способностей вашего разума.

Другие доступные вам опыты — такие, как наиболее выгодные действия в повседневных делах, выбор наилучших возможностей в вашей ежедневной жизни, постановка психической цели и изучение того, как попасть в течение с энергией таким образом, чтобы на самом деле улучшить вашу жизнь хотя бы в малой степени, — являются практически. Вот почему эта книга посвящена практической способности использования вашего разума.

Эзотерический и практический подходы не так далеко отстоят друг от друга. Они полностью совместимы, и когда вы закончите читать эту книгу, то увидите, как оба подхода смешиваются в одну чрезвычайно мощную созидательную силу.

Альтернативы

Сотни раз в течение дня вы делаете выбор, управляя своей жизнью. Это выбор пары обуви или еды, попытки найти новую работу или отказ от этих попыток, а также как добиться внимания со стороны того, кто вас интересуется, и как тратить деньги. Этот личный выбор вскоре, а зачастую и немедленно влияет на вас. Вы полностью ответственны за сделанный выбор и полученные результаты. Если ваш выбор плох, то вы получаете неблагоприятный результат. Если выбор хорош, вы получаете превосходный результат. Это ваш выбор, и вы несете за него ответственность.

Разве не здорово было бы, если бы вы чаще могли делать удачный выбор и реже плохой? А разве не было бы еще лучше, если бы вы делали только удачный выбор и никогда не делали неправильный? Разве не хорошо было бы делать только хороший выбор в свою пользу?

Хорошие новости! Есть способ научиться менять ход событий в свою пользу, чтобы сделать лучший выбор. На са

мом деле вы можете пойти дальше простого получения преимущества и перевеса в свою пользу. Как ни удивительно, вы можете сделать выбор и затем воплотить это в действительность. И больше вам не придется просто надеяться на то, что все закончится хорошо; теперь вы можете добиться того, чтобы все шло и заканчивалось хорошо. Эта книга посвящена тому, чтобы научить вас действовать именно так.

Некоторые из ваших альтернатив могут быть частью коллективного выбора группы людей, которые сообща направляют их мысленную энергию и делают выбор общей цели. Эта группа может состоять из членов одной семьи, вместе планирующих, как провести отпуск. Вы все здесь знаете друг друга, и каждый из вас преследует личную цель. Результат вашего выбора будет сразу же ощущаться, и он повлияет на каждого из вас лично и непосредственно.

Однако и другие альтернативы будут содействовать общему выбору группы, которой вы даже не знаете. Когда вы голосуете за кандидата *X* на общенациональных выборах, вы должны сделать выбор, совпадающий с выбором миллионов других избирателей, которые также голосуют за того же кандидата *X*. Вы даже не знаете тех людей, которые сделали такой же выбор. Как этот выбор может повлиять или не повлиять на вас — это более сложный вопрос, чем персональный выбор, — такой, как смотреть или не смотреть сегодня фильм.

Эти общие ваши альтернативы во всех отношениях столь же важны, как и ваш личный выбор. Вы в той же степени ответственны за общий ваш выбор и его результаты, как и за ваш собственный выбор.

Кроме того, хорошей новостью может считаться и то, что вы можете повернуть ход событий в свою пользу в этих коллективных ваших альтернативах. Эта книга даст вам ключ к пониманию того, как это происходит, и заставит вас понять, каким образом.

Если вы не довольны собой, не представляете, кто вы такой, где вы находитесь, что вы делаете, не думайте, что за это ответственны другие. Вы одни в ответе за это. Только

вы можете изменить любой аспект вашей жизни, который вам на самом деле хотелось бы изменить. Ключом к этому служат слова: «Хотеть на самом деле». Многие люди хотели бы что-то изменить в своей жизни, но не прилагают к этому никаких усилий. Однако одного желания недостаточно. Как говорил мой покойный отец: «Положи свои желания на одну руку, а на другую положи навоз. Наблюдай и увидишь, которая из них наполнится быстрее». Если ты только надеешься на желания, то ты в своей жизни намереваешься собирать навоз. Удобрение хорошо для выращивания грибов, но не для улучшения жизни людей. Позже в одной из глав я объясню, как создавать экстрасенсорную чашу целей, чтобы помочь вам добиться того, чего вы действительно хотите.

До тех пор пока вы готовы продвигаться выше ступени желания, оно остается хорошим началом для развития. Превратите свое желание в четко определенную конструктивную мечту, отпустите эту мечту к высшему разуму ради результатов и затем доведите до конца с наилучшим творческим воздействием, делающим мечту возможной. Всегда прочно удерживайте эту мечту в голове, так как вы должны выполнять определенные действия для создания вашей реальности.

Что, если вы потеряете руку в автокатастрофе и захотите вернуть ее назад? Как вы сможете превратить это желание в действительность?

При всем желании вы не сможете вырастить другую руку, так как это не соответствует физическим законам. Морская звезда может отрастить новые конечности для замещения утерянных, но люди не способны на это. Это всеобщий (универсальный) закон. Это приводит нас к очень важному выводу: чтобы ваши желания стали действительностью, вы должны следовать всеобщему закону. Именно таково положение вещей.

В лучшем случае вы можете получить взамен некую разновидность искусственной руки или нанять кого-нибудь, кто бы помогал вам. Но вы физически не можете вырастить другую руку.

Вот четыре элемента, необходимые для достижения цели:

1. Иметь желание (пожелание).
2. Создать мечту (визуализировать ее).
3. Обратить мечту к высшему разуму (вера и передача) в процессе удержания визуализации.
4. Предпринять конструктивное действие (взять под контроль и управлять своей мечтой).

Представим это в виде формулы:

$$\text{Желаемое} + \text{мечта} + \text{вера} + \text{передача} + \text{действие} = \\ = \text{успех}$$

Мы установили, что вы действительно можете изменить в вашем мире то, что хотели бы изменить, и сформулировали некоторые основные правила для этого. Теперь мы переходим в другое измерение для осуществления желаемых изменений.

Измерение, в которое мы собираемся войти, называется измененным состоянием сознания в психической сфере.

ИЗМЕНЕННЫЕ СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ

Гипноз — это название метода, который дает вам возможность изменить состояние вашего сознания, чтобы достичь некоторых желательных целей. Другое название этого метода — медитация. Молитва — это еще одно название. Существует и множество других вероятных названий. Но как бы вы ни называли этот метод, он достаточно успешен, если вы понимаете, что делаете, и действуете верно.

Я обойдусь без всяких других названий и буду говорить только об измененных состояниях сознания, а также о том, как вы можете научиться достигать их и использовать в вашей экстрасенсорной деятельности.

Существует два вида измененных состояний сознания: вредный и полезный. Вредное измененное состояние сознания вызывается алкоголем и наркотиками. В этом состоянии вы не контролируете себя, и у вас складывается ложное представление о самом себе. Вы находитесь в физической и психической опасности. Опасности подвергается ваше здоровье. Вы можете, к вашему ужасу, стать одержимым другим разумным существом, оно может овладеть вашей сущностью. Пожалуйста, не экспериментируйте с этим видом изменения сознания. Вы можете все потерять и не приобрести взамен абсолютно ничего. Эта книга не пропагандирует чего-либо вредного.

Очень благотворное измененное состояние — вот то единственное, о чем эта книга. Мы созданы Творцом способными к измененным состояниям сознания, чтобы использовать их для своей пользы. Мы испытываем эти измененные состояния каждый день совершенно спонтанно (вскоре мы рас-

скажем об этом подробнее). Что нам хотелось бы обсудить, так это то, как добиться этого измененного состояния, когда мы хотим этого, и потом использовать возможность осуществлять желательные изменения в нашей жизни. Это благоприятное измененное состояние достигается без применения каких-либо наркотиков, лекарств или других веществ. Оно достигается с помощью использования вашей врожденной способности контролировать собственное сознание.

Цель данной книги — дать вам возможность стать независимым, что предпочтительнее, чем быть зависимым, и полностью контролировать вашу собственную жизнь всегда в согласии с альтернативами, решение которых вы для себя выбираете. Вам больше нет нужды подчиняться прихотям и желаниям других людей. Вам больше не надо отказываться от части вашей личности, ваших мечтаний, ваших целей, чтобы удовлетворить кого-то другого.

Интересовались ли вы когда-нибудь, почему некоторые браки являются основой фундамента дисгармонии, разногласий, несчастья, отсутствия чувства удовлетворения, в то время как другие гармоничны и счастливы? У каждого может быть вполне удачный брак, если он знает, как его сделать таким. У вас есть право на счастье, на полноценную жизнь.

Интересовало ли вас когда-нибудь, почему некоторые люди не способны добиться даже незначительного успеха в работе? Они ненавидят свою работу, или не понимают, чего от них ожидают, или не в ладу с начальником. А другие люди в любой ситуации поступают правильно. Они любят свою работу, понимают, чего от них ожидают, и всегда ладят с боссом. Каждый может иметь работу, которая ему нравится и в которой он может добиться успеха. У вас есть право получать удовольствие и преуспевать в работе.

Интересовало ли вас, почему некоторые люди постоянно нездоровы? Если что-то происходит неподалеку, им всегда достается. Если они попадают в автокатастрофу с участием множества людей, именно они оказываются наиболее серьезно травмированными. Однако другие люди крайне редко

или вообще никогда не болеют. Именно они выходят из аварий без травм или вовсе никогда не попадают в них. Вы не должны быть больными или травмированными. У вас есть право быть здоровыми и свободными от боли.

Интересовало ли вас, почему некоторые люди всегда идут не в ногу с происходящим вокруг? Они находятся в неподходящем месте и в неподходящее время. Они едут на эскалаторе вниз, когда им нужно попасть на верхний этаж. А другие люди всегда плывут по течению, и кажется, что они неуязвимы. Они находятся в нужном месте в нужное время. И если такой человек нечаянно попал на эскалатор, едущий вниз, то можете заключать пари, что он или она найдет внизу двадцатидолларовую купюру. И вы всецело по собственному выбору будете или гармоничны, или дисгармоничны. Вы можете запрограммировать самого себя на гармонию. У вас есть право быть гармоничным.

Интересовало ли вас, почему только у немногих, избранных людей есть паранормальный опыт? Они способны гармонизировать с другими умами, получать информацию от неких мистических источников. Они могут разумно взаимодействовать с умершими, совершать поступки, которые часто рассматриваются как что-то сверхъестественное. А другие люди кажутся не в состоянии идти и одновременно жевать жевательную резинку, так что пусть оставят занятия паранормальными опытами. У вас есть врожденная способность к этому? Значит, у вас есть право попасть в экстрасенсорный мир. И вам не нужно ничье разрешение испытывать счастье, достижение, знание, чувство удовлетворения и так далее.

Люди не обогащают свою жизнь таким способом, потому что они не знают, как это сделать. Они продолжают пытаться плыть против течения, вместо того чтобы узнать, как плыть по течению и использовать принцип природных энергий, который является частью их существа. Они не знают ни своих прав, ни своих способностей, они отказываются от них и взамен испытывают несчастье.

Есть еще один важный фактор в испытании полноты жизни — ответственность. Когда у вас есть право, оно может

быть реализовано только при условии, что вы принимаете на себя ответственность за это право и несете ее. Обладание правом бессмысленно, если не увеличивать степень своей ответственности, чтобы утвердить это право.

Книга обращает внимание на ваши права и показывает, как развивать и использовать врожденные способности и осознавать не только ваши права, но и ответственность; и то, как вы поступите с вновь приобретенными знаниями, и будет вашим выбором. Таким образом, в добавление к правам и прирожденным способностям мы будем иметь дело с ответственностью и выбором альтернатив, и все в связи с областью экстрасенсорного опыта.

Гипноз часто представляется как существование основного достижения в использовании разума для решения проблем или движения к цели. Курильщик подвергается гипнозу и перестает курить. Загипнотизированный не чувствует боли при хирургическом вмешательстве. Неудачник подвергается гипнозу и становится победителем. Что может затмить такие захватывающие события, как это?

Гипноз, безусловно, является удивительным, мощным инструментом. Я практикую в клинике как гипнотерапевт и верю в огромную пользу гипноза. Однако я верю также, что гипноз — это только начало, а не конечная цель. Вхождение в психическую область предполагает опыты и достижения, которые изумляют разум. Как имел обыкновение говорить покойный Эл Джонсон: «Вы все еще ничего не видели».

Небоскреб вашего сознания

Небоскреб — это очень высокое здание из стали, цемента и стекла. В нем есть цокольный этаж и много других. И на каждом этаже есть что-то особенное. На лифте вы можете быстро добраться до любого этажа, который вы хотите посетить.

Ваше сознание подобно этому небоскребу. И в нем есть цокольный и много других этажей. Каждый этаж —

это определенный уровень сознания, подсознания и сверхсознания, знаний и способностей. Ваш разум сотворен из чистой, разумной энергии вместо стали, бетона и стекла, из которых построен небоскреб. Ваш лифт — это ваши усовершенствованные возможности попасть по желанию на любой уровень собственного мышления.

Упражнение 1

Мысленная экскурсия по небоскребу вашего сознания

- ♦ Представьте, что вы стоите перед бесконечно высоким небоскребом, который олицетворяет ваше сознание.
- ♦ Посмотрите вверх. Вы не в состоянии увидеть крышу небоскреба, она исчезает в облаках.
- ♦ Вы знаете, что ваше сознание бесконечно, подобно этому небоскребу.
- ♦ Теперь войдите на первый этаж и осмотритесь вокруг.
- ♦ Вы видите множество дверей офисов. На одном прикреплена табличка «Самосохранение». На других находятся таблички «Еда», «Кров», «Потомство». Когда вы смотрите на все эти двери, то осознаете, что этот первый этаж вашего сознания относится к основным предметам первой необходимости для жизни и выживания. Вы хорошо знаете этот этаж.
- ♦ Напротив вестибюля вы видите расположенные рядом две двери. На одной табличка «Только вниз», а на другой «Только вверх».
- ♦ Шагните к лифту с надписью: «Только вниз» — и войдите в него.
- ♦ Позвольте дверям открыться, когда лифт остановится, но не покидайте его. Только постарайтесь рассмотреть все через дверь.
- ♦ Вы увидите двери с надписями: «Жадность», «Жестокость», «Ненависть», «Гордыня», множество других дверей со столь же нежелательными надписями. Вы осознаете, что это ваше низшее «я», что были на этом уровне

- в прошлом много раз и что слишком хорошо знакомы с ним. Вам здесь не нравится.
- ♦ Вы испытываете здесь неприятные ощущения и клянетесь никогда не возвращаться сюда.
 - ♦ Теперь закройте дверь лифта и запирайте на ключ вход на этот цокольный уровень. Бросьте ключ вниз, в щель между лифтом и шахтой. Теперь вы уже не можете достать его. Позвольте лифту вернуться на первый уровень.
 - ♦ Выйдите из лифта.
 - ♦ Повернитесь, закройте дверь и повесьте на нее большой крепкий замок, который нельзя взломать. Вы больше не будете использовать эту кабину лифта, идущего только вниз.
 - ♦ Теперь войдите в лифт, направляющийся наверх, и дайте ему подняться на второй уровень.
 - ♦ Откройте дверь, идите по коридору и отмечайте двери этого второго уровня. На одной надпись: «Мечты», на другой — «Предчувствия». Вам эти двери знакомы. Вы здесь бывали прежде.
 - ♦ Здесь есть также множество дверей без опознавательных надписей; вы еще не знаете по опыту, что скрывается за ними.
 - ♦ Вернитесь в лифт и поднимитесь на третий уровень.
 - ♦ Здесь дверь заперта. Вы пока не можете видеть то, что есть на этом уровне.
 - ♦ Скажите себе, что найдете ключ к замку, чтобы однажды суметь открыть эту дверь.
 - ♦ Вернитесь на второй уровень.
 - ♦ Вы осознаете, что теперь больше осведомлены о самом себе. Вы знаете, что у вас есть низшее «я» и негативные чувства, которые бы вам никогда вновь не хотелось бы испытывать. У вас имеется некоторое представление о следующем уровне наверху. Вы также знаете, что есть сотни уровней вашего высшего «я», двери на которые вы еще не смогли открыть.
 - ♦ Вы клянетесь найти способ посетить эти высшие уровни и испытать то, что скрыто на них.

- ♦ Обойдите небоскреб вашего сознания и еще раз пристально взгляните в него. Отметьте, как он неизмеримо высок. Вы завершили мини-экскурсию по вашему сознанию и хотите узнать больше.

Мы воспользуемся мысленными упражнениями, которые позволят открывать все уровни вашего высшего «я», чтобы таким образом помочь вам действовать в области экстрасенсорики.

Так как вы идете все выше и выше по уровням вашего мысленного небоскреба, то будете сталкиваться со все более и более усложненными и эзотерическими опытами. На каком-то уровне вы насытитесь всеми опытами в области сознания, на следующем уровне начнется область подсознательного. На некотором более высоком уровне понимания вы столкнетесь со сверхсознанием и т. д. Единственный предел в вашем восхождении — тот, который вы сами для себя определяете. Если вы не хотите выйти за пределы двадцатого этажа, то и не выйдите. Самый верхний этаж — полная просвещенность, осуществление, познание и претворение в жизнь.

Как туда попасть

Чтобы достичь более высоких уровней вашего умственно-го небоскреба, вы должны научиться снижать действующие частоты вашего мозга до тех пор, пока не сможете перемещаться на необходимый уровень. Для этого вам нужны простое расслабление и методы визуализации, которые будут исследоваться в этой книге.

Ваши мозговые частоты колеблются бесчисленное число раз каждый день, изменяясь спонтанно в ответ на возникающую в этом необходимость. Есть время, знакомое всем нам, — то, когда мы вечером засыпаем. Положите голову на подушку, закройте глаза, и ваш мозг автоматически начнет снижать обороты, так что вы можете отдохнуть, увидеть

сны и восстановить силы. Процесс сна необходим нам, чтобы поддерживать умственное и физическое здоровье и баланс сил.

Ганс Бергер, использовавший электроэнцефалограф в 1929 году, обнаружил, что, когда у человека были закрыты глаза, его мозг начинал генерировать постоянные волны со скоростью 8—12 циклов в секунду. Он назвал их альфа-волнами мозговых волн. Впоследствии были выделены другие типы мозговых волн — тета-, бета- и дельта-волны. Они были обнаружены в связи с изучением различных функций деятельности мозга, включая экстрасенсорный опыт. Эксперты в общем сходятся во мнении относительно этих мозговых волн и их назначения, но они не согласны в оценках точных границ диапазона каждого вида волн. Кто-то определяет диапазон альфа-волн от 8 до 12 циклов в секунду, кто-то — в 7—14 циклов в секунду и т. д. В следующих ниже положениях я представлю общую концепцию, которая, как мне хочется верить, приводит к консенсусу в отношении этих мозговых волн. Обладая этой информацией, вы сможете лучше понять, что экстрасенсорные способности — часть каждого из нас с самого рождения.

Бета-волны. Когда мы бодрствуем и выполняем наши повседневные обязанности, наш мозг работает прежде всего в бета-частотном диапазоне, приблизительно 12—15 циклов в секунду. Большая часть нашей деятельности происходит при частоте бета-волн приблизительно 20—25 циклов в секунду. Это область нашего сознания. На этом уровне деятельности мозга мы рассуждаем, принимаем решения и выполняем ежедневную работу, которую мы должны делать.

Альфа-волны. Частотный диапазон альфа-волн мозговой деятельности составляет приблизительно 6—14 циклов в секунду. В этом диапазоне волн возможны дневные мечтания и ночные сновидения. Гипноз большей частью также осуществляется в диапазоне альфа-волн. И наибольшее число экстрасенсорных опытов происходит в этом диапазоне волн.

Тета-волны. В диапазоне приблизительно между 4 и 8 циклами в секунду мы обнаруживаем область тета-волн. Представляется, что здесь записываются наши эмоциональные переживания. Это также мощный диапазон, с которого вы можете начать экстрасенсорные опыты.

Дельта-волны. Область дельта-волн встречается в частотном диапазоне ниже 4 или 5 циклов в секунду при полностью бессознательном состоянии или вхождении в область подсознания.

Цикл сна. Когда вы засыпаете, ваш мозг быстро выходит из цикла бета-волн, проходит через области альфа- и тета-волн и оказывается в области дельта-волн, где вы остаетесь на короткий промежуток времени. Как правило, вы способны перейти из диапазона бета-волн в область дельта-волн за 30 минут, затем оставаться здесь в течение 30–90 минут. После этой стадии ваш мозг проходит в область тета-волн, затем в область альфа-волн, где вы некоторое время видите сны. После одного периода сна ваш мозг переходит назад в диапазон тета-волн, затем в область альфа-волн для более полного погружения в область сновидений. За восьмичасовой период сна вы можете провести 30–90 минут в диапазоне дельта-волн, 30–60 — на уровне тета-волн и остальную часть времени — в области альфа-волн.

Это иллюстративный цикл сна. Он будет отличаться у разных людей и даже меняться каждую ночь у одного и того же человека. Хотелось бы отметить как важный факт, что измененное состояние является настоящим феноменом. Вы проходите через такие состояния каждый день.

И даже когда вы бодрствуете, ваш мозг на короткое время будет часто работать в области альфа- и тета-волн. Например, если вы пораните палец молотком, прибывая гвоздь, ваш мозг опускается в область тета-волн, чтобы сделать запись о боли. Или, скажем, вы изучаете и пробуете запомнить некоторый материал. Вы заглядываете в текст, чтобы сделать запись материала в вашем сознании в диапазоне альфа-волн.

Как достичь измененного состояния. Все, что вы должны сделать, чтобы стать экстрасенсом, — это узнать, как сознательно заставить ваш мозг входить в диапазон альфа- или тета-волн и как оставаться там без сна так долго, как вы хотите. Хотя это легко описывать, но для достижения подобных навыков требуется небольшое усилие и дисциплинированность. Кроме того, чтобы стать экстрасенсом, нужно нечто большее, чем изучение навыков. Все эти темы будут рассмотрены в книге. Наиболее важно помнить в этом отношении, что Ганс Бергер обнаружил, как мозг автоматически начинает производить альфа-волны всякий раз, когда человек закрывает глаза. Это дает вам громадное преимущество, ведь достичь экстрасенсорного уровня мышления совсем нетрудно: вы только закрываете глаза, просто стараетесь расслабиться и выполняете упражнения визуализации.

Визуализация. Это ключ к достижению диапазона тета-волн по желанию и затем использованию этого состояния, чтобы заниматься экстрасенсорными опытами. Недавно я заставил вас предпринять визуальную экскурсию по небоскребу вашего сознания. И далее мы будем связаны с визуализацией в значительной степени.

Стрелок. Для того чтобы стать хорошим практикующим гипнотерапевтом, вам нужно превзойти возможности собственного мозга.

В старину на Западе стрелок непрерывно практиковался до тех пор, пока его инстинкты, глаза, руки и пистолет не становились единым целым. Он доходил до того состояния, когда действовал автоматически, совсем не думая. Стрелок становился превосходно отлаженной машиной, способной действовать с точностью и аккуратностью быстрее, чем в том случае, если бы у него было время подумать.

Вы должны научиться обращаться со своим разумом так же, как и стрелок с револьвером. Вы можете оказываться

в той точке, где вы меняете состояние сознания, так быстро, как стрелок, чей револьвер всегда оказывается наготове раньше всех. Вы запретите себя на необходимом уровне вашего сознания так же безошибочно, как прицеливается вооруженный человек. Когда вы придете в согласие с самим собой, тогда и станете специалистом. Не ожидайте, что это случится после прочтения данной книги. Становление специалиста — это занятие на всю жизнь, возможно, даже не на одну.

Эта книга научит вас, как стать, так сказать, экстрасенсорным стрелком, как отточить ваше восприятие до глубокого осознания, но тренировки всецело зависят от вас. Если вы хотите стать экстрасенсорным стрелком, то должны тренироваться, тренироваться и тренироваться каждый день. Механизмом тренировки является визуализация.

Разум. Наиболее сложным для многих людей является осознание того, что такое разум. Очень распространено неправильное представление о том, что разум и мозг — одно и то же. Это не так.

Мозг представляет собой физическую совокупность субстанций, нервов, химических, крови и клеток, находящихся в черепе. Мозг подобен суперкомпьютеру. Он может запоминать, обрабатывать информацию и выполнять все виды мыслительных процессов. Когда его вместилще, наше физическое тело, умирает, мозг также погибает.

Разум — это всеобщая разумная энергия, которой мы сами и являемся. Пока мы находимся в нашем физическом вместилще, разум использует наш мозг. Разум не физическая субстанция, он принадлежит духовному или психическому миру, и он никогда не умирает. Разум определяет, кто мы такие.

ПОВЫШЕНИЕ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ПЕРВЫХ ПЯТИ ЧУВСТВ

Мы рождаемся с шестью чувствами: зрение (глаза), слух (уши), осязание (кожный покров), обоняние (нос), вкус (язык и рот) и шестое чувство (ум, мышление), которое можно было бы также назвать интуицией или инстинктивным чутьем. Шестое чувство может быть чрезвычайно сильным, и все же лишь очень немногие люди постоянно развивают или используют этот ценный подарок нашего Создателя.

Если правда была бы известна, большинство из нас не развивало бы также и другие пять чувств до сколько-нибудь значительной степени. В этой главе мы рассмотрим методы повышения чувствительности наших первых пяти чувств, потому что шестое чувство использует все другие пять чувств время от времени в дополнение к собственным экстрасенсорным способностям.

Как же стать более чувствительным к внешним и внутренним стимулам? На то, что я предлагаю, потребуется всего несколько секунд или минут в день, и тренировки должны осуществляться до тех пор, пока вы не будете удовлетворены тем, что настройка на стимулы стала естественной частью вашего поведения. Тогда уже не будет необходимости в сознательных тренировках, потому что вы приведете себя в состояние постоянной повышенной чувствительности.

Зрение

Большинство экстрасенсов используют зрение в своей работе. Есть два вида мысленного зрения, или видения.

Первый вызывает внутреннее видение изображений, явлений или существ. Второй — видение изображений, сцен или существ вне вашего разума; примером служит видение появления привидения (призрака, духа).

Я лично еще не видел духов, хотя у меня были многочисленные случайные встречи с ними; я ощущаю их присутствие, общаюсь с ними, и в двух случаях физически ощущал их прикосновения, но тем не менее не видел. Однако я и на самом деле весьма часто вижу изображения в моем сознании, на экране внутри моей головы. Следующий случай — это превосходный пример психического зрения, или видения.

Практикум. Случай № 2

Использование мысленного зрения, или видения

У меня были два глубоких спонтанных экстрасенсорных опыта один за другим в течение нескольких недель, которые навсегда изменили мою жизнь. Первый случай произошел приблизительно за два месяца до того, как Соединенные Штаты сняли ограничение цены на золото (которая держалась на уровне приблизительно тридцать пять долларов за унцию), позволили ей стать «плавающей» на мировом рынке и сделали так, чтобы ее уровень определялся ежедневными колебаниями цен на фондовой бирже. Насколько я помню, это было в начале 1970-х годов.

Я работал в крупной компании по производству компьютерного оборудования менеджером по публикациям, где сорок семь человек представляли мне отчеты. Мир экстрасенсорных явлений меня не особенно интересовал.

Однажды в понедельник один из моих служащих (я называю его Гарри) вошел в мой офис, чтобы поговорить о некоторой проблеме, связанной с работой. Я сидел за столом, работая над какими-то документами. Когда я взглянул на него, чтобы поздороваться, то приобрел мгновенный опыт, отличный от всего, что было со мной когда либо прежде.

Это сравнимо с тем, как если бы кинопроектор, находящийся позади моей головы, показывал кино на внутренней части моего лба. В этом фильме присутствовал Гарри, совершающий накануне попытку самоубийства и проглотивший большое количество пилюль. Я видел, что он потерял сознание. Потом жена (я назову ее Роза), квалифицированная медсестра, нашла его, и Гарри срочно отправили в больницу, где ему промыли желудок. Роза работала в этой больнице, и ей удалось сохранить этот случай в тайне. Чтобы избежать возникновения каких-либо подозрений, на следующий день Гарри вышел на работу. Все это пронеслось в моей голове всего за несколько секунд.

Я был так поражен, что сидел какое-то время совершенно ошеломленный, уставившись в пространство и размышляя об увиденном. Наконец я понял, что Гарри говорил со мной, и я не знал о чем.

«Извините, Гарри, — пробормотал я, — я обеспокоен. Не могли бы вы повторить?»

Гарри начал говорить, и то же кино снова возникло в моей голове, я увидел его опять. Я не понимал происходящего, но видение было слишком реальным и ярким, чтобы его игнорировать. Я встал, подошел к двери и закрыл ее. Потом я сел на стул возле Гарри.

«Гарри, у вас есть личная проблема, о которой нам следовало бы поговорить?» — спросил я. «Нет! Нет! Все прекрасно», — сказал он. Но его внезапная заметная нервозность подсказала мне, что он лгал. И снова я увидел то же кино. Решив отбросить предосторожность, я прямо спросил у Гарри: «Скажите, вы пытались покончить с жизнью вчера?».

Гарри побледнел и начал плакать. Я позволил ему выплакаться.

«Но как вы узнали об этом? — сумел наконец он выговорить. — Это Роза позвонила вам, не так ли?»

«Нет, Роза мне не звонила. Как я узнал об этом, это не важно. А вот что по-настоящему важно...»

Я был прерван в середине предложения другим кино. Оно показало Гарри, использующего оружие, чтобы успешно

совершить самоубийство в следующее воскресенье. У него был план, который ему не помешают осуществить.

Я закончил прерванное предложение: «...то, что вы не доведете ваш план до конца в следующее воскресенье».

«Господи! Как вы могли узнать об этом?» — и он задрожал и начал плакать снова.

Когда самообладание вернулось к нему, я начал произносить слова, которые передавались через меня. Я чувствовал, что эта информация поступила в мой мозг извне. Казалось, я обрабатывал эти сведения и просто произносил слова, озвучивая их.

«Гарри, я знаю, что вы испытываете сильную боль и что вы хотите умереть. Это ваша жизнь, и вы можете предпочесть умереть, если вы хотите этого. Вы имеете на это право. Но вы также имеете и другое право. Это право жить, и вы никогда не думали об этом. Я дам вам обязательство, если вы дадите мне ответное. Дайте мне две недели вашей жизни. Не убивайте себя в течение двух недель. В течение этого времени позвольте мне предоставить вам медицинскую программу. Кроме того, я хочу, чтобы вы были в моем офисе каждый день от часа до трех для беседы. Если вы все еще будете желать смерти по истечении этих двух недель, я не стану вам мешать. Я обещаю никого не предупреждать и не пробовать остановить вас. Я прошу многого. Вы терпите эту боль в течение сорока лет. Вы можете потерпеть еще две недели?»

«Вы не скажете?» — «Я обещаю».

«Хорошо. Я даю вам две недели», — сказал он.

Я немедленно отвел Гарри к врачу компании, который начал применять программу терапии.

Когда я вернулся в офис, мне стало интересно, о чем мне говорить с Гарри, когда он начнет ходить ко мне каждый день для бесед. Все, что я сказал Гарри, было лишь механическим повторением слов, полученных мной из некоего разумного источника. Безусловно, у меня не хватало знаний или практических навыков, чтобы справиться с этой ситуацией. Однако мои опасения рассеялись, когда Гарри стал приходить ко мне каждый день. Как только он закрывал

дверь и сел, мой невидимый источник интеллекта предоставлял мне необходимые слова. Я мог чувствовать, как они проникают в мой мозг. Гарри и я учились вместе.

По истечении двух недель Гарри вошел ко мне, чтобы сообщить о своем решении.

«Билл, — сказал он, — я все еще выпутываюсь из затруднительного положения и не чувствую себя в безопасности. Мне предстоит пройти долгий путь. Но мысль о самоубийстве теперь находится в самых отдаленных уголках мозга. Я хочу жить. Спасибо за то, что помог мне узнать о моем праве жить».

Эпилог. Гарри и по сей день жив и счастлив. Он вырастил детей и нашел смысл жизни. И все это произошло потому, что я позволил себе действовать в качестве контактера — открытого канала для передачи информации, исходящей от высшего разума.

В то время, конечно, я еще не знал, что именно делал. Я не имел представления о том, что случилось. Размышляя об этом всю неделю, я выбросил этот случай из головы как некую разновидность непостижимой случайности. Как же мало я тогда знал!

Но высший разум не прервал со мной отношений, как показал мой второй самопроизвольный экстрасенсорный опыт. Я расскажу о нем далее в этой главе.

Упражнение 2

Повышение чувствительности вашего зрения

- ♦ Ночью, без освещения, осмотритесь вокруг, изучите и идентифицируйте формы предметов, которые вы видите. Тренируйтесь в постели, на улице, в вашем дворе, прогуливаясь по тротуару, по окрестностям, находясь в кемпинге и т. д.
- ♦ Поскольку вы идентифицируете каждую форму, говорите (или мысленно, или вслух, как вы предпочитаете): «Это то, что (название объекта) напоминает в темноте».

- Я повышаю чувствительность моего зрения, чтобы точно распознавать объекты в темноте и при любом освещении».
- ♦ В течение светового дня, в любом месте или в любое время, найдите несколько секунд, чтобы понаблюдать за тем, что находится вокруг вас.
 - ♦ Мысленно повторяйте то, что вы видите, и говорите: «Я обучаю мой внутренний разум всегда точно следить за окружающей обстановкой».
 - ♦ Говорите: «Я приказываю, чтобы мое подсознание всегда предупреждало меня о том, что я должен видеть для моей пользы и защиты, так чтобы я мог полностью задействовать свои экстрасенсорные возможности».

Предыдущая методика иллюстративна. Вы можете использовать ее так, как она изложена, или придумать собственное упражнение, чтобы достичь того же самого создания условий для проявлений ваших экстрасенсорных возможностей.

Это разновидность упражнений, которые вам, возможно, захочется делать каждый день в течение нескольких секунд, потому что так возрастает понимание окружающей среды и повышается чувствительность ваших экстрасенсорных способностей.

Вы будете поражены, обнаружив, как много существует вокруг вас вещей, о которых вы сознательно не были осведомлены. Хорошие наблюдательные способности — прекрасное, ценное качество.

В следующих главах мы будем иметь дело с визуализацией, чтобы еще улучшить ваше видение, развить экстрасенсорное зрение в вашем сознании. Визуализация является, вероятно, самой значимой из всех способностей в выполнении экстрасенсорной работы.

Слух

Когда вы слышите что-то мысленно, это называют ясно-слышанием.

Яснослышание — это способность слышать внятные сообщения из источников вне нормального диапазона восприятия.

Ниже следует подробный отчет о моем единственном опыте яснослышания (способности воспринимать голоса). Это был опыт спонтанный и очень успешный.

Практикум. Случай № 3
Использование мысленного слуха

Спустя несколько недель после того, как закончилась история с Гарри, я был один в офисе, где всегда много канцелярской работы. Гарри больше не занимал моего сознания.

Кто-то сказал: «Продайте сейчас же полностью все акции компании». Это было сказано мягко, но властно.

Я огляделся вокруг, чтобы увидеть того, кто вошел в мой офис, но никого не было. Я не обратил на это внимания и возвратился к работе.

«Продайте сейчас же полностью все акции компании». На сей раз голос прозвучал громче и ближе.

И снова никого вокруг. Я встал и заглянул в приемную, но и там также никого не было.

Я сел и некоторое время обдумывал сказанное. Я рассуждал, что продажа капитала была бы глупым шагом. Я купил акции, составляющие основной капитал моей компании, стоимость которых почти восемнадцать лет вычиталась из выплачиваемых мне сумм. Стоимость основного капитала теперь составляла почти четыреста долларов за акцию, и эти акции могли рассматриваться как наиболее ценные и сильнейшие на рынке. И я вернулся к моим бумагам.

«Продайте сейчас же полностью все акции компании!» Теперь это уже прозвучало как приказ.

«Нет!» — резко ответил я мысленно.

«Разве я был не прав насчет Гарри?» — пророкотал голос.

У меня встали дыбом волосы на голове. Без каких-либо колебаний я поднял трубку телефона и набрал номер моего друга, который был брокером на бирже.

«Дон, немедленно продай мои акции».

В течение двадцати минут Дон пытался отговорить меня от этого. Не имело никакого смысла продавать эти акции сейчас, они только продолжали бы расти в цене.

Я настаивал на своем, и наконец он сказал: «Ну хорошо, Билл, я выставлю акции на продажу. Но скажи своей жене, что я был против этого. Я бы не хотел, чтобы она поссорилась со мной из-за этого».

«Ну а теперь, — продолжал он, — что бы ты хотел, чтобы я сделал с полученными деньгами?»

Голос сказал: «Сделай новое капиталовложение, проинвестируй их заново». Я так и повторил Дону: «Сделай новое капиталовложение».

«Какое? Во что бы ты хотел вложить деньги?» — спросил Дон.

Я сделал паузу, чтобы услышать, что мне скажет голос насчет того, во что вложить деньги, но не услышал подсказки. Я почувствовал себя дураком: ведь ничего не знал о фондовой бирже и рынке акций.

Чтобы не выглядеть полным идиотом, я сказал: «Расскажи мне о некоторых возможных эмиссиях».

Дон начал рассказывать мне об эмиссиях, но я не видел в них смысла. Случайно он упомянул об одной из эмиссий, о которой я никогда не слышал, и голос сказал: «Купи эти акции».

«Приобрети на мои деньги эти акции», — сказал я.

«Билл, ты сошел с ума. Это неустойчивое предприятие с высокой степенью риска. Ты можешь потерять все в мгновение ока». Он потратил следующие двадцать минут на то, чтобы отговорить меня.

В конце концов Дон уступил и отдал приказ брокеру купить некое число ценных бумаг по определенной цене. Основной капитал был вложен в золотые прииски в Южной Африке.

Эпилог. Двумя днями позже цена акций, которые я продал по цене около четырехсот долларов за акцию, упала до

самой низкой отметки. Она снизилась до ста девяноста долларов за акцию за один только день. Я продал акции по высокой цене. Это произошло за несколько лет до того, как акции полностью восстановились в цене.

Несколько дней спустя правительство США повысило цены на золото, и они быстро начали расти. Мои золотые акции стремительно выросли в цене, в соотношении три к одному, и подорожали еще.

Немногим более шести месяцев спустя, в то время когда я работал, голос сказал: «Продай». Без каких-либо возражений я продал акции и получил значительную прибыль.

Затем произошло непредсказуемое событие: в результате серии реорганизационных мероприятий и методов управления после восемнадцати лет работы в компании меня уволили.

Мой доход от акций после биржевых операций с ценными бумагами дал мне возможность жить в течение следующих четырех лет, во время которых я путешествовал, учился, стал практикующим в клинике гипнотерапевтом, профессиональным астрологом, усовершенствовал свои психические способности, занялся чтением лекций по экстрасенсорике, начал путь к тому, чтобы стать впоследствии успешным писателем и лектором. Таким образом, высший разум совершенно преобразил мою жизнь. С этих самых пор каждый мой шаг я сверял с полученным мной руководством свыше и приобрел поистине потрясающий опыт. В этой книге я поделюсь с вами своими знаниями, чтобы помочь вам в учении, но эта книга всего лишь верхушка айсберга.

Я не имею представления о том, как развить способность слышать голоса, и не сказал бы об этом, даже если бы знал, как это происходит (хотя вкратце объясню). Тем не менее я верю, что настоящее умение слышать голоса — редко встречающийся дар, и это умение всегда возникает спонтанно. Существуют определенные психические расстройства, которые служат причиной того, что люди слышат голоса. Но это не яснослышание. Может быть, очень непросто объяснить разницу, вот почему я не мог бы рассказать, как это делать, даже если бы знал.

Правило большого пальца руки. Если вы слышите голоса, которые приказывают вам совершать поступки, причиняющие вред, они представляют собой помрачение ума и не являются яснослышанием. Никогда не убивайте ни одного человека и ни одно живое создание, если голос приказывает вам сделать это. Настоящее яснослышание всегда предоставляет ценную информацию, которая никому не может причинить вред.

Голос извне, который приказал мне продать мои акции и реинвестировать деньги в африканские золотодобывающие прииски, не принадлежал человеческому существу, говорящему со мной. Это был голос откуда-то из мирового сознания, и я слышал его, без преувеличения, так, как если бы это была физически реальная личность, стоящая рядом и разговаривающая со мной.

Умение слышать может стать эффективным экстрасенсорным инструментом, хотя я не думаю, что это происходит очень часто. Однако вам нужно повысить чувствительность, и вот несколько советов, как это сделать.

Упражнение 3

Повышение чувствительности вашего слуха

- ♦ Когда вы ложитесь спать, полежите спокойно пару минут. В постели мы обычно перестаем обращать внимание на все звуки, если они не такие громкие и надоедливые, что приходится напрягать слух, чтобы их расслышать.
- ♦ Вместо этого сконцентрируйтесь на всех слышимых звуках и попробуйте идентифицировать их.
- ♦ Слушайте внимательно. Вы можете расслышать, как работает холодильник или как падает кусочек льда.
- ♦ Возможно, по улице проезжает автомобиль. Попробуйте определить: это легковой автомобиль, грузовик или мотоцикл?
- ♦ Может быть, вы слышите звук пролетающего самолета: это реактивный самолет, вертолет или самолет с обычным двигателем?

- ♦ Некоторые голоса могут доноситься из других комнат дома или с улицы: это голоса взрослых или детские голоса?
- ♦ У вас есть общее представление о звуках вокруг вас. Распознавайте любые ночные звуки, включая звук вашего собственного дыхания и биения сердца или звуки, издаваемые вашим партнером, если он находится рядом. Не пропускайте ничего. Тренируйте ваше слуховое восприятие, чтобы стать чувствительным ко всем звукам, особенно к приглушенным, которые могут заглушаться другими, более громкими звуками. Когда экстрасенсорное сознание общается с вами, это часто смягченный звук, и его можно заглушить, если вы не будете очень восприимчивы к распознаванию всех звуков.
- ♦ Проведите несколько минут утром, прислушиваясь подобным образом к звучанию мира вокруг вас. Повышайте вашу чувствительность к утренним звукам.
- ♦ Слышите ли вы, как доставляются газеты, приглушенный шум транспорта, щебет птиц, звук сирены издалека?
- ♦ В течение дня слушайте звуки, окружающие вас: телевизор или играющее неподалеку радио, звонок телефона, поезд вдалеке, лай собаки.
- ♦ Составьте представление обо всех звуках, которые вы различаете.

Потренировавшись однажды несколько минут в этом упражнении и увеличив чувствительность вашего слуха в восприятии звуков, вы обнаружите, что внешние звуки не отвлекают вас, если только вам не надо идентифицировать определенный звук для своей пользы.

Если вы всегда будете сознательно отмечать про себя все слышимые звуки, можно сойти с ума. Нам же нужно уметь не обращать внимания на звуки, которые не надо слышать, чтобы мы могли остаться в здравом уме и концентрироваться на том, что мы делаем. Но нам необходимо сохранять

в подсознании отпечаток всех звуков так, чтобы при наличии важных звуков наше подсознание предупредило нас об этом.

В третьем случае я описал, как концентрировался на канцелярской работе в офисе, когда мое подсознание предупредило меня и внутренний голос приказал мне продать мои акции и реинвестировать вырученные от продажи акций деньги.

Чтобы подстраховаться и убедиться, что вы и на самом деле услышите звуки, когда это будет важно, запрограммируйте свое подсознание.

Вот пример программы, которая даст вам общее представление о программировании. Вы можете видоизменить программу, чтобы она вас устраивала.

Начните с положения лежа в постели с закрытыми глазами, пока вы вслушиваетесь в звуки ночи.

- ♦ Скажите самому себе (я всегда говорю громко, если только не более благоразумно говорить с самим собой мысленно): «Сейчас я вслушиваюсь в звуки ночи».
- ♦ «Звуки, которые я слышу, являются...» (приведите названия звуков, которые вы слышите: проезжающий мотоцикл, храп вашего партнера и т. д.).
- ♦ «Я слышу и идентифицирую эти звуки, чтобы повысить слуховую чувствительность к восприятию звуков так, чтобы я мог практиковать более результативно как гипнотерапевт».
- ♦ «Я приказываю своему подсознанию всегда предупреждать меня о любых звуках, которые мне необходимо услышать для моей безопасности или пользы и для совершенствования моего экстрасенсорного взаимодействия со всем разумом в мировом сознании».

Используйте подобную процедуру, когда бы вы ни повышали чувствительность слухового восприятия.

Вы можете не говорить громко вслух, если не хотите. В действительности временами благоразумнее говорить только мысленно (про себя), например находясь в пригородном автобусе по дороге на работу.

Когда есть возможность, закрывайте глаза для создания краткой программы по повышению чувствительности, так как это обычно является более действенным, чем когда глаза открыты.

В следующей главе мы поговорим о том, как развить экстрасенсорные способности для программирования своего сознания, чтобы позволить себе изменить его и работать с открытыми глазами. Пока же я бы рекомендовал для выполнения упражнений работать с закрытыми глазами, когда это возможно.

Это не означает, что ваше программирование не будет действенным, если во время его глаза будут открыты. Это означает только, что вам, возможно, придется практиковаться с открытыми глазами чаще, чтобы достичь тех же самых результатов, которые могли бы быть достигнуты при закрытых глазах в более короткие сроки. Не падайте духом, выполняйте самопрограммирование наилучшим образом, как только вы можете, и это сработает.

Большая часть наставлений, которую я вам здесь даю, также применима ко всякому другому программированию. В последующих примерах я уже не буду повторять указания столь подробно, как делаю это здесь.

Вы можете создавать ваши собственные инструкции по программированию, удовлетворяющие вас самих. Примеры, приводимые мной в книге, можно менять, чтобы они лучше отвечали вашим личным потребностям. Но, разумеется, при желании вы можете использовать мои указания без изменений, так, как они приведены здесь.

Когда вы достигнете определенных успехов в развитии своих экстрасенсорных способностей, вы обнаружите, что необходимо быть гибким в использовании применяемых вами методов. Чем дольше вы будете изучать экстрасенсорную практику и практиковаться, тем больше вы обнаружите характерных функций, применяемых для использования ваших экстрасенсорных ощущений, которые вы можете изменить и упростить.

Обоняние

Далее я расскажу о паранормальном случае, в котором мое экстрасенсорное сознание предупредило меня в сверхъестественной ситуации с помощью сильного аромата роз, чтобы привлечь мое внимание. Я читал о подобных случаях, когда некоторые острые ароматы предупреждали человека об опасности.

Практикум. Случай № 4

Использование мысленного обоняния

В 1980 году зима в Колорадо была очень холодной и суровой, с температурой ниже 0 °С, с обильными снегопадами.

Я сел в машину, чтобы ехать на работу, где, как смежник, заполнял техническую документацию для компании обрабатывающей промышленности.

Когда я выезжал на дорогу, моя машина внезапно наполнилась сильным ароматом свежих роз. Я остановился в недоумении и повторно глубоко вдохнул аромат.

Безо всякого сомнения, это был аромат сотен роз. Но как такое могло произойти? Никаких роз ни в моем автомобиле, ни на снегу не было.

Ввиду всех паранормальных случаев, которые со мной происходили в предыдущие годы, я знал, что произошло что-то, чего я не понимаю. Я изменил свое сознание и спросил громко вслух: «Что это такое?».

Немедленно я получил ответ. Это была моя покойная свояченица, умершая совсем недавно, пару недель назад. Она говорила мне спасибо за использование гипноза для облегчения физических страданий в последние недели ее жизни и таким образом давала мне знать, что теперь с ней все в порядке. Я улыбнулся, сказал: «Я тебя люблю», и запах роз начал постепенно ослабевать и исчез совсем.

Одним из приносящих наибольшее удовлетворение использований экстрасенсорных возможностей является кон-

такт с умершими людьми, которых мы любили, как это случилось со мной в этой ситуации.

Несмотря на то что запах может быть не тем экстрасенсорным опытом, который возникает часто, он остается очень ценным для экстрасенсорной информации, и вы потратите немного времени, чтобы повысить чувствительность обоняния.

Упражнение 4

Повышение чувствительности вашего обоняния

- Расслабьтесь и вдыхайте в течение нескольких секунд через нос воздух, чтобы определить, какие запахи и ароматы вас окружают.
- Попробуйте провести это упражнение в ресторане или на вашей кухне. Откройте несколько контейнеров с такими специями, как корица, тмин или базилик, и нюхайте их. Понюхайте также различные продукты в вашем холодильнике.
- Понюхайте воздух, когда вы нажимаете на педаль газа в машине.
- Когда вы определяете запахи, мысленно говорите себе, что именно вдыхаете. Скажите что-нибудь типа: «Я повышаю чувствительность обоняния для использования и развития экстрасенсорных способностей и сейчас вдыхаю...» (назовите запах).

Возможно, вы будете удивлены, открыв для себя, сколько многими тонкими, едва различимыми и едкими запахами вы сталкиваетесь каждый день.

Осязание

Вероятнее всего, вы экстрасенсорно испытаете способности вашего осязания (физическое ощущение вашей кожи)

при случайном столкновении с каким-либо духом. Вы можете также получить физические ощущения через кожу, если занимаетесь экстрасенсорным целительством.

В следующем случае ощущение высокой температуры моих рук возникло при совершении экстрасенсорного исцеления.

Практикум. Случай № 5

Использование мысленного осязания

Из всех моих психических опытов в моем представлении этот является самым экстраординарным. В то время моя жена работала на условиях неполного рабочего дня у посредников по продовольственным товарам, представляя различные продукты питания. Однажды она встретила женщину (я назову ее Нэнси), мужу которой в тот день его лечащий врач сказал, что ему осталось жить всего два месяца. У ее мужа (назову его Тома) была кишечная инфекция, которая, говоря без преувеличения, смертельно отравляла организм и была неизлечима. Инфицированный участок кишечника можно было удалить хирургическим путем, но организм Тома был настолько ослаблен, что, по словам врача, возникала вероятность смерти пациента на операционном столе. Спасительная хирургия убила бы его, однако он также мог умереть без хирургического вмешательства. Замечательный выбор, ничего не скажешь!

Мою жену Ди так тронула история Нэнси, что она вечером, придя с работы домой, спросила: «Билл, почему ты не поможешь этому человеку?».

«Но что я могу сделать? Если врач сказал, что надежды нет, я не знаю, чем я могу помочь».

«Я видела, как ты помогал людям. Случалось, что ты только поговоришь с человеком, и ему становится лучше. Всего лишь позвони Нэнси и попроси ее и Тома заехать к нам сегодня вечером. Я дам тебе ее номер».

И Ди дала мне листок бумаги с номером телефона. «Я не знаю этих людей, — сказал я. — И я не знаю, что мне делать».

«Всего лишь позвони. Ты придумаешь, что сказать».

Я никогда не мог ни в чем отказать жене, поэтому позвонил и пригласил Нэнси и Тома к нам. Позже я узнал, что моя жена сказала Нэнси, что я позвоню и приглашу их к нам. Этим объясняется готовность этой пары прийти и их появление в нашем доме менее чем через тридцать минут после нашего разговора.

Физическое состояние Тома было ужасным. При росте 1,82 метра он весил меньше 40 килограммов. Казалось, у него не было мышц, мускулов, Том походил на скелет, обтянутый мертвенно-бледной кожей. С запавшими и пустыми, как у мертвеца, глазами, он был настолько истощен, что почти не мог передвигаться, лишь волочил ноги. Плечи его поникли. Обе руки были покрыты струпьями от множества приобретенных инфекций. Защитных сил организма не хватало даже на заживление ранок от уколов. Было нетрудно понять, почему врач сказал Тому, что он умрет на операционном столе. Мой мозг пронзила мысль о том, что даже мертвецы выглядят лучше. Передо мной был ходячий труп.

Мы вчетвером устроились поудобнее в гостиной для беседы. Ди принесла чай. У меня не было представления о том, что делать или говорить. Я лишь подумал о том, что, возможно, мог бы его загипнотизировать, а что потом?

Мысль о гипнозе возникла сразу же, как только я начал беседовать с Томом. Он был глухим на оба уха на шестьдесят пять процентов. Когда я сидел прямо перед ним и медленно выкрикивал слова, он улавливал каждое третье слово из четырех сказанных. И что было делать? Я не знал, как загипнотизировать того, кто не может меня слышать, и уверен, что не смог бы воздействовать гипнозом на человека, который мог следовать только моим письменным указаниям.

И тогда я сделал то, что я делаю всегда, когда не знаю, как поступить. Я откинулся назад, расслабился и изменил сознание, погрузившись в область тета-волн. Я мысленно обратился к высшему разуму с одним только словом: «Помоги!».

Помощь пришла сразу же, и это было как раскат грома в моем сознании. Я получил полное представление о том, что мне делать. Говоря откровенно, то, что мне было подсказано делать, являлось лишенным всякого смысла, но я давно уже научился не сомневаться в указаниях, получаемых мною от мирового разума. Я просто делаю то, что мне говорят.

Я отвел Тома в смежную комнату и показал ему жестом, чтобы он уселся в откидное кресло. На бумаге я написал для него записку, где было сказано: «Откиньтесь на спинку кресла и расслабьтесь. Закройте ваши глаза и не открывайте их, пока я не прикаснусь к вашему лбу». Он выполнил мое указание.

Затем я поднял руки (чтобы его голова оказалась между ними) и поднес их к его голове с двух сторон, не касаясь ее и держа руки на расстоянии около 4 сантиметров. Затем я начал медленно перемещать руки вниз, сканируя тело Тома целиком. Почти тотчас мои руки стали горячими, как если бы их погрузили в горячую воду. Чем дольше я сканировал, тем горячее они становились, потом стали совершенно красными и отекли. Я сканировал его с помощью рук около десяти минут. Затем вдруг мои руки стали прохладными, и к ним возвратился нормальный цвет. Я знал, что закончил, поэтому прикаснулся ко лбу Тома.

Том вскочил с кресла: «Боже мой, что вы сделали? Я весь пылал как в огне, но это не было больно. Я чувствую себя отлично».

Его кожа вновь приобрела нормальный розоватый оттенок, глаза блестели. И когда он пошел назад, чтобы присоединиться к нашим женам, то двигался весьма живо.

Остаток вечера Том говорил безостановочно. Когда мы обращались к нему обычным тоном, он слышал каждое слово.

Ди приготовила легкую закуску, и Том охотно поел. Его жена сказала, что он уже много дней не ел твердой пищи.

За несколько следующих недель Том поправился настолько, что его врач сказал, что теперь он сможет перенес-

ни хирургическое вмешательство. Операция прошла успешно.

Я навел Том в больнице после операции. Его руки были все еще покрыты струпьями в результате инфицирования. По-видимому, все защитные силы его организма были направлены на восстановление самых необходимых функций, и струнья остались невылеченными.

«Билл, не мог бы ты что-нибудь сделать с этим?» — спросил меня Том, указывая на струнья. Я повторил ту же процедуру, которую проделал с ним несколько недель назад.

На следующее утро Том позвонил мне и сказал, что за ночь все струнья отпали, а те места, где они были, полностью зажили.

Его выписали из больницы на неделю раньше того срока, который назначил врач.

В течение следующих нескольких недель я работал с Томом непосредственно и по телефону. У него было самое отрицательное отношение и наихудшее собственное воображаемое представление об окружающих, какие мне только довелось встречать в жизни. Я сказал ему, что именно в этом источник его проблем. Я помог ему овладеть самогипнозом и научил мысленно реструктурировать самого себя. Затем я предоставил его самому себе, посоветовав, чтобы он взял на себя ответственность за свою собственную жизнь. Он не мог жить только благодаря мне, и я не имел возможности день и ночь жить ради него. Я сказал ему, что, если он вернется к своему негативизму, его состояние здоровья вновь ухудшится.

Я не взял с него за лечение ни пенни, так же как он никогда не предлагал мне оплату. Я чувствовал и продолжаю чувствовать сейчас, что это была моя обязанность и мне представилась возможность оказать помощь и поучиться. И никогда, ни разу Том не сказал мне спасибо. Однако его жена поблагодарила меня. Она сказала, что, насколько ей известно, Том ни разу никого не поблагодарил за всю свою жизнь.

В течение нескольких лет Том практиковался время от времени в том, чему я научил его, и оставался в достаточно

хорошей форме, но в конце концов он позволил себе скатиться к своим прежним негативным умозрительным моделям. Том прекратил попытки помочь самому себе. Он сделал несчастной свою жизнь, жизнь своей жены и всех, с кем он вступал в контакт.

Когда я обнаружил это, Том уже опять был на пороге смерти. На этот раз он сдался; несомненно, он хотел умереть. Ничего уже нельзя было сделать. И Том умер, но прежде он прожил шесть лет, и ему была дана возможность учиться и совершенствоваться духовно. И очень прискорбно, что он этим не воспользовался, но где-нибудь и когда-нибудь у него вновь появится такая возможность.

Нам всем дается шанс учиться, расти и испытать все, что необходимо для полной самореализации. И эта возможность будет появляться вновь и вновь, пока мы не осознаем ее правильно.

Было бы намного лучше, если бы мы с первого раза делали все правильно. Давайте сделаем этот выбор сейчас и затем будем действовать согласно ему, тогда мы сможем приблизиться к большему и лучшему.

Есть два вида упражнений, которые я бы рекомендовал для усиления вашего чувства осязания.

Упражнение 5

*Повышение чувствительности вашего осязания:
определение температуры*

Часто экстрасенс может обнаружить присутствие духа благодаря разнице температур. Обычно область возле духа значительно холоднее.

- ♦ Положите один или два кубика льда на ладонь. В то же самое время положите на другую ладонь теплый объект.
- ♦ Закройте глаза и отметьте разницу температур.

- ♦ Скажите самому себе, что вы повышаете чувствительность своего тела, чтобы физически распознавать разницу температур.

Теплый объект может быть только что поджаренным кусочком хлеба или маленьким клубнем картофеля, разогретого в микроволновой печи. Будьте осторожны, чтобы не сделать объект горячим во избежание ожогов на коже.

Используйте воображение, чтобы сравнить ощущения по отношению к другим объектам для получения контраста жар/холод.

Упражнение 6

Повышение чувствительности вашего осязания: определение фактуры

В этом упражнении вы будете прикасаться к различным предметам, мысленно говоря самому себе, что именно вы трогаете. Кроме того, скажите следующее: «Я сейчас усиливаю чувствительность собственного осязания для использования в моем развитии экстрасенсорики».

- ♦ Выберите любые предметы, включая различные продукты из холодильника, наружную обшивку вашего дома, мебель, стеклянную посуду и т. д. Используйте ваше воображение и возможности.
- ♦ Сосредоточьтесь на том, как вы ощупывали каждый предмет (неровный, гладкий, скользкий, песчаный и т. д.), и напомните самому себе, что вы усиливаете чувствительность своего осязания для экстрасенсорных целей.

Вкус

Я читал сообщения экстрасенсов, у которых во время их экстрасенсорной практики возникал горький, сладкий и острый вкус. У меня пока нет подобного опыта, со мной такого не происходило, но это может случиться с вами.

Упражнение 7

Повышение чувствительности вкуса

Сделайте паузу во время еды или питья и насладитесь вкусом того, что находится у вас во рту. Мысленно напомните себе, что именно вы пробуете, и так же мысленно скажите: «Я сейчас пробую (название продукта) и усиливаю чувствительность вкуса в моем развитии экстрасенсорики».

КАК ДОСТИЧЬ СВОЕГО ОСНОВНОГО ЭКСТРАСЕНСОРНОГО УРОВНЯ

В этой главе содержатся четыре умственных упражнения, с помощью которых вы достигните своего основного экстрасенсорного уровня. Достигнув этого уровня, вы приобретете практически бесконечный перечень психических возможностей.

Все упражнения, перечисленные в этой главе, разработаны специально для того, чтобы высвободить ваши внутренние психические и творческие способности и довести их до той степени совершенства, когда вы будете уверенно управлять своей психической энергией. Начнем с визуализации семи основных цветов спектра: красного, оранжевого, желтого, зеленого, синего, индиго (темно-синий) и фиолетового. Я использую именно эти цвета, поскольку каждый из них соответствует цвету одной из чакр. Чакрами называют семь энергетических центров эфирного тела, расположенных вдоль позвоночного столба. Читатель при желании может в будущем более подробно прочитать о чакрах, поскольку я полагаю, что для развития психических способностей глубокие познания в изучении чакр не столь необходимы. Вам необходимо лишь усвоить, что в момент визуализации основных семи цветов спектра они ассоциируются с вашим телом.

Упражнение 8

Основные цвета № 1

- ♦ Сядьте спокойно в таком месте, где вас никто не побеспокоит. Если с вами рядом находится телефон, отключите

его, пока вы делаете упражнение по визуализации. Выполнение упражнения занимает всего несколько минут, хотя вы можете продолжать дольше, если хотите.

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Сделайте три глубоких вдоха.
- ♦ Визуализируйте себя держащим семь надувных шаров на отдельных веревочках: красный, оранжевый, желтый, зеленый, синий, индиго (темно-синий) и фиолетовый.
- ♦ Выпустите шары по одному. Позвольте каждому проплыть перед вашим мысленным взором. Вы можете отпустить их в любом порядке, как вам захочется.
- ♦ Когда вы отпустите все шары, откройте глаза. Повторяйте это упражнение так часто, как вы хотите.

Если у вас возникают трудности при создании цвета, не беспокойтесь об этом. Прикрепите на шары ярлычки со словами «красный», «оранжевый», «желтый» и т. д. и скажите самому себе, что это цвета.

Если визуализация дается вам с трудом, просто притворитесь, что у вас есть шары, произносите про себя цвет каждого шара, который вы отпускаете.

Если у вас есть трудности с визуализацией, во всех приведенных ниже упражнениях следуйте примеру, который я описал в двух предыдущих главах, используя совет из нового упражнения — просто притвориться. В конечном счете вы начнете визуализировать. Некоторым людям требуется немного времени, чтобы научиться этому. Следующее упражнение является более стимулирующим.

Упражнение 9

Основные цвета № 2

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Позвольте красному шару появиться справа перед вашим мысленным взором. Разрешите ему перемещаться справа

налево и исчезать с левой стороны вашего мысленного взора.

- ♦ Затем сделайте то же самое с оранжевым шаром и продолжайте с другими шарами всех цветов спектра.
- ♦ После этого верните их в обратном порядке с левой стороны вашего видения на правую сторону.

Упражнения 8 и 9 весьма важны. Вы узнали, как:

- ♦ создать семь основных цветов;
- ♦ создать формы (овальная форма воздушного шара);
- ♦ создать и управлять движением вверх и поперек;
- ♦ быстро и просто расслабляться, позволяя вашему мозгу создавать альфа-волны, необходимые для хорошей творческой визуализации.

Следующее упражнение учит методу простой, но более глубокой релаксации, которая вызывает сильные альфа- и даже тета-волны для того, чтобы успешно осуществлять экстрасенсорную деятельность.

Упражнение 10

Более глубокое расслабление

- ♦ Сядьте спокойно в таком месте, где вас не побеспокоят. Если рядом с вами находится телефон, отключите его.
- ♦ Закройте глаза и визуализируйте солнце, которое покоится на макушке вашей головы. Визуализируйте цифру 3 в середине солнечного диска.
- ♦ Позвольте солнцу двигаться вниз через ваше тело, согревая и расслабляя его по ходу движения.
- ♦ Почувствуйте тепло и ощутите расслабление.
- ♦ Когда солнце достигнет кончиков больших пальцев ваших ног, позвольте ему покинуть тело через них.
- ♦ Затем визуализируйте солнце с номером 2 на нем, находящееся на макушке вашей головы.
- ♦ Позвольте солнцу под номером 2 двигаться через ваше тело вниз и выйти через большие пальцы на ногах, так же как и солнцу под номером 3.

- ♦ Почувствуйте тепло и ощутите расслабление.
- ♦ Затем визуализируйте солнце с номером 1 в центре солнечного диска, которое тоже находится на макушке.
- ♦ Позвольте солнцу под номером 1 двигаться вниз через ваше тело и выйти через большие пальцы на ногах, как сделали и первые два солнца.
- ♦ Теперь ощутите полное расслабление.
- ♦ Скажите самому себе: «Отныне все, что мне надо сделать для достижения расслабления на экстрасенсорном уровне, — это закрыть глаза и мысленно сосчитать от трех до одного: 3–2–1».
- ♦ Откройте глаза.

Во время этого учебного занятия вы достигли нескольких важных позиций.

Вы запрограммировали свой мозг таким образом, что, когда бы вы ни закрывали глаза и ни считали от 3 до 1, вы достигаете удовлетворительного экстрасенсорного уровня.

Вы также испытали визуализацию вместе с физическими чувствами и ощущениями (теплом и расслаблением).

Теперь вы изучаете механизмы программирования вашего мозга — визуализацию вместе с инструкциями для вашего подсознания.

Далее вы изучите пути к более глубокому, более эффективному экстрасенсорному уровню. Вы сможете быстро достигать его (почти мгновенно) как с открытыми, так и с закрытыми глазами.

Это даст вам возможность стать более эффективным экстрасенсом.

То, что требуется для визуализации, является чуть более сложным, чем ваши старания до этого момента, но если вы хотите развить свои экстрасенсорные способности, вам нужно уметь управлять сложной умственной деятельностью.

Прежде чем выполнять это упражнение, прочитайте его несколько раз, чтобы убедиться, что вы поняли его и мысленно зафиксировали его в своем сознании.

Упражнение 11

Достижение своего основного экстрасенсорного уровня

- ♦ Расслабьтесь в спокойном месте, как в предыдущих упражнениях.
- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Визуализируйте спиральную лестницу с десятью ступеньками, ведущими на нижний этаж.
- ♦ Мысленно представьте себя самого стоящим наверху.
- ♦ Сделайте шаг вниз, станьте на девятую ступеньку и мысленно скажите себе: «Психический уровень глубже».
- ♦ Затем шагните на восьмую ступеньку и мысленно скажите себе: «Здесь более глубокий экстрасенсорный уровень».
- ♦ Продолжайте спускаться по ступенькам, как это было описано выше.
- ♦ Когда вы достигнете нижней ступеньки, мысленно скажите себе: «Сейчас я нахожусь на устойчивом экстрасенсорном уровне, который я могу использовать, чтобы экстрасенсорные действия осуществлялись успешно. Я могу достичь этого уровня, как только пожелаю, с открытыми или закрытыми глазами, если сосчитаю от 3 до 1».
- ♦ Откройте глаза.
- ♦ Затем повторите все с открытыми глазами. Я рекомендую выполнять это упражнение по крайней мере один раз в неделю в течение месяца.

Теперь вы научились достигать действенного экстрасенсорного уровня по собственному желанию и считая от 3 до 1. Это занимает всего пару секунд. Когда я делаю это, образ лестницы всегда мгновенно вспыхивает в моем сознании, усиливая эффект от упражнения. Вы можете добиться того, чтобы лестница в вашем сознании появлялась при счете 3—2—1.

В следующих упражнениях я буду просто говорить вам, чтобы вы отправлялись на ваш основной экстрасенсорный уровень, и вы будете делать это на счет 3—2—1, как научились этому во время учебного занятия.

Мы будем называть достигнутое в этом упражнении состояние основным экстрасенсорным действующим уровнем. Позже вы научитесь достигать еще более глубокого экстрасенсорного уровня, но для этого все равно должны начинать с вхождения на ваш основной экстрасенсорный уровень.

Почти вся ваша экстрасенсорная практика будет выполняться на вашем основном экстрасенсорном уровне. Достижение более глубоких экстрасенсорных уровней часто бывает необходимо для специальных паранормальных явлений — таких, как возвращение в прежнюю жизнь, то есть реинкарнация, будущая последовательность событий, или предсказание, или более глубокий контакт с космическим сознанием. Об этом вы узнаете в следующей главе.

Почти все описанные в этой книге случаи из практики совершались на моем основном экстрасенсорном уровне, если только я специально не оговариваю другой.

Каждый день вы будете случайно сталкиваться с дюжиной возможностей, говоря без преувеличения, для использования вашего основного экстрасенсорного уровня, чтобы немного на практике помогать самому себе или другим.

Вот всего лишь один пример.

Практикум. Случай № 6 *Изменение избранной карьеры*

Моя младшая дочь, Эйлин, училась в последнем классе школы и собиралась поступать в университет. Основными предметами в школе были занятия по бизнесу, и она работала неполный рабочий день в качестве секретаря-делопроизводителя. В объявленном ею плане было получение степени в области бизнес-администрирования через несколько лет.

Однажды Эйлин показалась мне беспокойной и озадаченной. Я спросил ее, в чем дело, и она ответила, что не знает.

«Тогда давай выясним», — сказал я. Тотчас же и на том же самом месте я уселся на пол со скрещенными ногами и

опустился на мой основной экстрасенсорный уровень, где и начал экстрасенсорное считывание с Эйлин.

Информация поступила ко мне быстро.

«Ты на самом деле не хочешь деловой карьеры, — сказал я. — Ты обнаружила, что это работа, приносящая хороший доход, но не дающая чувства удовлетворения и стимула».

«Да, это правда», — ответила моя дочь.

«Самым ценным твоим качеством является способность учить детей, в особенности самых маленьких, и ты испытываешь чувство большой любви к детям».

«Я никогда не думала об этом, — сказала она. — Не думаю, что меня привлекает преподавание, но я действительно люблю поощрять, побуждать к действию маленьких детей».

«Я всего лишь говорю о том, каковы твои врожденные способности, как я считал их. Подумай об этом, но не поступай так только потому, что я сказал тебе об этом. И когда настанет время, сделай свой собственный выбор».

Затем я открыл глаза и ушел с моего основного экстрасенсорного уровня. Экстрасенсорное считывание завершилось.

Эйлин начала читать книги по преподавательской деятельности и разговаривать с учителями о преподавании как о будущей профессии. Иногда внутреннее пламя противоречий сжигало ее, и она приходила в замешательство.

Моя дочь получила степень бакалавра в области воспитания детей младшего возраста и лицензию на обучение малышей, чтобы вести преподавание в детских садах и младших классах. Она довольна выбранной профессией.

Становясь практикующим экстрасенсом, всматривайтесь в эти маленькие ежедневные возможности для использования ваших способностей. Вы принесете самому себе, другим, миру много добра и будете поддерживать настрой ваших навыков. Если вы хотите стать виртуозом в использовании своего сознания, вам надо тренироваться как можно чаще. Вашим кредо должно стать «Практика — вот путь к совершенству».

Возможно, прямо сейчас вы задаетесь вопросом: «А как вы осуществляете экстрасенсорное считывание?».

Все, что я делаю, — это иду на мой основной экстрасенсорный уровень и визуализирую человека в моем сознании. Затем я мысленно задаю вопросы: «Что вас беспокоит?», «Как вы себя чувствуете?», «Расскажите мне о себе» или другие, соответствующие ситуации.

Говоря коротко, я задаю вопросы, подобные тем, которые мог бы задать детектив, чтобы получить информацию. Я задаю вопросы на мысленном уровне и получаю информацию непосредственно из сознания человека, читаю его мысли. Таким образом я могу получить информацию, о знании которой сам человек и не догадывается.

Напоминаю, что все мысли вообще являются частью всемирного разума. И именно это делает чтение мыслей возможным.

Иногда информация, которую я получаю, является зримой, визуальной. Бывает, что я испытываю определенные ощущения, слышу невысказанные слова, которые возникают в моем сознании, и получаю мысленные впечатления. Их я должен перевести или интерпретировать. Обычно я истолковываю впечатления, просто спрашивая: «Что это значит?». Затем в ответ на мой вопрос я получаю более ясное понимание ситуации.

Также и вы со временем опробуете все эти способы на практике. Правда, на это придется потратить некоторое время, запастись терпением и много практиковаться.

ЭКСТРАСЕНСОРНАЯ ЗАЩИТА

Все мы руководствуемся всеобщим законом. Одним из составляющих этого закона является Закон бытия.

Согласно Закону бытия все, что бы ни происходило с вами, что бы ни окружало вас, будет находиться в полном согласии с вашим сознанием и ничем более; что бы ни было в вашем сознании, должно произойти, и не имеет значения, кто пытается остановить это; и не может случиться того, чего нет в вашем сознании.

Значит, что бы ни было запрограммировано в вашем сознании, будет создавать вашу собственную действительность, и ничего не может случиться с вами или для вас, если это не запрограммировано в сознании.

Таким образом, есть огромный смысл в том, чтобы программировать самого себя на хорошие, доброжелательные цели и мысли.

Так как наше сознание может программироваться внешними источниками, то, если мы ничего не предпримем, чтобы предотвратить какие-то ситуации, есть смысл в том, чтобы предпринять такие серьезные, какие только возможно, шаги к собственной защите от нежелательного программирования извне.

Некоторые внешние источники программирования наших мыслей являются благотворными для нас, и мы не хотим уничтожить хорошее. Например, ваш ангел-хранитель, который пытается предупредить вас об опасности, — это хороший внешний источник.

Помня упомянутые выше утверждения, вы теперь можете запрограммировать свой мозг на создание специального экстрасенсорного щита, с тем чтобы исключить все негативные или вредные программирования из внешних источников.

В нематериальном (духовном) мире одинаковое притягивается. И так, положительные энергии притягивают положительные, а отрицательные привлекают отрицательные.

Вы получаете негативную энергию из внешних источников, если вы создаете негативную энергию внутри себя, притягивая тем самым другие отрицательные.

Решение — это создание мощного щита положительного света, который может привлечь только положительные энергии и будет отражать все отрицательные. Мы также запрограммируем ваш мозг таким образом, что, как только вы будете создавать негативную энергию, она будет немедленно уничтожаться вами же, тем самым вы не допустите ее попадания во Вселенную, где она может навредить кому-нибудь. Зная о негативной энергии, которую вы производите, и ликвидируя ее, вы не будете создавать негативной кармы, и вам не придется иметь с ней дело ни в этой, текущей, жизни, ни в других, будущих.

В следующей главе мы будем обсуждать негативные энергии, демонов и низшие астральные уровни более подробно. Ваш экстрасенсорный щит будет помогать вам во всех этих ситуациях. Так как этот экстрасенсорный щит очень важен, я хочу, чтобы вы создали свой уже сейчас, даже если вам еще не до конца ясны все причины этого. Вы теперь знаете, что есть путь на основной экстрасенсорный уровень, а также то, что вы нуждаетесь в защите.

Упражнение 12

Создание мысленного щита

- ♦ Сядьте в спокойном, удобном месте. Отключите телефон.
- ♦ Опуститесь на свой основной экстрасенсорный уровень с закрытыми глазами.
- ♦ Позвольте вашему телу возникнуть в мысленном представлении.
- ♦ Создайте яркий, мощный, позитивный свет и позвольте ему полностью обогнуть ваше тело.

- ♦ Скажите себе: «Этот мощный положительный свет и есть прикрывающий меня мысленный экстрасенсорный щит».
- ♦ «Этот свет будет отражать все негативные энергии от программирования моего сознания».
- ♦ «Этот свет позволит запрограммировать мой мозг только положительным энергиям».
- ♦ «С нынешнего момента этот предохранительный щит будет со мной всегда».
- ♦ «С этого времени я буду хорошо осведомлен обо всех негативных мыслях, которые у меня могут возникнуть».
- ♦ «Я могу избавиться от своих негативных мыслей, мысленно или устно сказав: «Нет! Я не хочу так думать!» Энергия отрицательной мысли будет уничтожена положительной энергией, которая уравновесит ее».
- ♦ Откройте глаза.

Я советую вам опуститься на ваш основной экстрасенсорный уровень и визуализировать свое тело с предохраняющим щитом на следующий день после того, как вы проведете это программирование. Если ваше тело появится в пучке света, произнесите: «Это то, чего я хотел. Спасибо». Откройте глаза. Вам не нужно будет перепрограммировать ваш щит снова, пока вы не разрушите его привычным образом негативного мышления.

Однако если щит не появится, когда вы вызовете видение собственного тела в сознании, повторите упражнение 12, чтобы создать его.

Когда-нибудь при визуализации ваше тело и щит появятся, и тогда вам не надо будет перепрограммировать ваш щит. Перепрограммируйте его в том случае, если он не возникнет вместе с вашим телом.

Возьмите в привычку всегда говорить себе «нет» при возникновении негативной мысли и сразу же заставляйте себя подумать о чем-нибудь положительном.

Хорошим способом усиливать позитивное мышление является запоминание любимой положительной цитаты для использования.

Выберите такую цитату и имейте ее «под рукой» в своем сознании, чтобы при случае воспользоваться ею для уничтожения негативных мыслей.

«Каждый день любым способом я становлюсь лучше и лучше (я совершенствуюсь)» — это хорошая цитата для использования в целях уничтожения негативных мыслей.

У меня в запасе есть некоторое количество любимых цитат, которые я повторяю каждый день просто, чтобы сохранять собственный позитивный настрой и положительную направленность деятельности мозга. Вы можете сделать то же самое.

Вот вам случай, когда молодой человек почти разрушил себя потому, что он бессознательно позволил внешним силам запрограммировать себя на негативное воздействие. Мне удалось помочь ему, потому что мой экстра-сенсорный щит предохранял меня от мощных негативных воздействий, которые исходили от него и проходили через него.

Практикум. Случай № 7 *Одержимый дьяволом*

Однажды вечером, около девяти часов, зазвонил мой телефон. На другом конце линии был потерявший рассудок, обезумевший человек.

«Вы меня не знаете, — сказал он, — но я слышал о вас, и мне нужна ваша помощь. Я сошел с ума и могу совершить самоубийство, но я этого не хочу». Мне показалось, что у него азиатский акцент. Моя жена — китайка, и, хотя у нее нет акцента, у некоторых членов ее семьи он есть, так что я имею о нем некоторое представление.

«Как вас зовут?» — спросил я.

«Джонни Ким».

«Где вы живете?»

Он дал мне адрес в одном из самых криминальных, наиболее неблагоприятных районов города.

Мы поговорили немного, и до меня дошло, что у него и на самом деле серьезная проблема и что я в состоянии помочь ему.

Я сказал ему, что через полчаса буду у него.

«Ты сумасшедший! — сказала моя жена. — Эта часть города отнюдь не безопасна даже днем, не говоря уж о вечернем времени суток. Тебя могут убить или ограбить. Ты не знаешь этого человека. И ты ему ничего не должен. Если тебя убьют, что будет со мной? Ты мне обязан гораздо больше, чем какому-то человеку со странным голосом».

Я понимал ее беспокойство и страхи, но также понимал природу жизни и мое предназначение. Не существует такой вещи, как нежелание иметь предназначение. У нас всех есть предназначение от рождения, хотим мы этого или нет. Многие люди избирают для себя путь отрицания этой обязанности, игнорируя ее. Я не из их числа. К тому же я глубоко уважаю людей всех рас и культур, и многие из них переживали критические времена, так что я хотел помочь им, если мог. Но у меня не было времени на обсуждение этого с женой в такой момент.

Я крепко застегнул ремень кобуры, и мой «смит-вессон» 38-го калибра скользнул в нее. Ношение оружия было мерой предусмотрительности моей жены, демонстрацией ее беспокойства. Сам я не боялся, так как находился под охраной своего экстрасенсорного щита.

«Все будет хорошо. Не беспокойся, пожалуйста. Я знаю, что делаю».

Затем я ушел на назначенную встречу.

Комната Кима располагалась на чердаке трехэтажного дома, построенного приблизительно в начале прошлого века.

Он проводил меня в основное жилое помещение. Это была комната площадью примерно 6 на 6 метров. За исключением старого качающегося кресла в центре, в комнате вообще не было мебели. Жена Кима сидела в кресле, укачивая маленького ребенка, оба выглядели недоедающими. Единственная тусклая лампочка без абажура висела с потолка. Женщина лишь кивнула и слабо улыбнулась в ответ на мое

приветствие. Два шерстяных одеяла в дальнем углу служили убогим ложем. Несколько картонных коробок располагались в ряд у одной из стен. Я допускаю, что в этих коробках была их немногочисленная одежда и пожитки.

Самодельная перегородка частично отделяла кухню от жилой комнаты, но я мог видеть ее вполне ясно. И там тоже с потолка свисала тусклая лампочка. Обеденным столом служил ветхий складной карточный стол; пара стоящих возле него стульев появилась здесь, казалось, после распродажи имущества. Кухонная плита была двухконфорочной. Устаревшая раковина и самодельный застекленный шкафчик завершали убранство комнаты. Холодильника я не увидел.

Полагаю, у них где-то был и туалет, но я не понял, где он находится.

Ким зажег керосиновую лампу и провел меня в соседнее помещение размером немногим больше крошечного чуланчика, где нам предстояло побеседовать. Он поставил лампу на пол. В помещении вообще ничего не было. Ким принес для нас два кухонных стула, на которые мы сели.

Затем началось нечто странное. Специально говоря медленно, чтобы убедиться, что я его понимаю, Ким начал излагать то, что его беспокоило. Оказалось, он работал служителем на стоянке автотранспорта. Его заработная плата была гораздо ниже прожиточного минимума, но он не знал об этом. Ким имел право на социальное обеспечение, которое давало бы ему больше денег, но его чувство собственного достоинства не позволяло ему обращаться за материальной помощью как нищему, пока он был способен работать. Отчаянно нуждаясь в деньгах, чтобы обеспечить пропитание и приобретение предметов первой необходимости для жены и ребенка, Ким начал понемногу брать деньги из дневной выручки на автомобильной стоянке.

Он брал лишь на то немного, что было ему абсолютно необходимо, и в течение недели это составляло не более пятидесяти долларов. Но при этом у него были строгие моральные устои, и он испытывал сильные угрызения совести. Ким видел, что превращается в обыкновенного ворюшку, бо-

ялся, что его поймают и приговорят к тюремному заключению. Что тогда случится с его женой и ребенком? А если он не будет продолжать воровать, как он сможет прокормить свою семью и заботиться о ней?

Эти вопросы доводили его до неистовства, пока от страха и подавленности Ким чуть не сошел с ума. Он чувствовал, что ему надо у кого-нибудь проконсультроваться. Обычно это бывает разумным выбором, и он мог бы получить помощь. К сожалению, Ким пошел к ближайшему священнику, который также оказался неуравновешенным человеком. Священник кричал на него, говорил с ним слишком возбужденно, называл его грешником и обвинял во всех смертных грехах. Он сказал, что Ким проклят адом отныне и навсегда, он одержим дьяволом и у него нет никакой надежды на избавление.

Ким вернулся домой настолько потрясенным, что даже собирался покончить жизнь самоубийством. Он был абсолютно убежден, что в него вселился дьявол. И только вид жены и ребенка, которых он любил, заставил его решиться обратиться за помощью куда-либо еще. Ким вспомнил обо мне, поскольку видел мое маленькое объявление в персональной колонке газеты, которую он у кого-то позаимствовал, и позвонил мне.

Безусловно, мне надо было сделать две вещи. Во-первых, избавить Кима от его страха, и, во-вторых, помочь ему получить материальную поддержку.

Я изменил свое сознание, опустившись на основной экстрасенсорный уровень, и начал экстрасенсорное считывание. Я немедленно натолкнулся на мощнейшую стену страха, через которую было трудно пробиться. Так что я направил внимание на священника и рассказал Киму о том, что обнаружил. Говоря по существу, я увидел, что священник был старым человеком и испытывал чувство мучительной горечи оттого, что оказался на старости лет в этом захудалом приходе. Он чувствовал, что заслужил большее признание от церкви, к которой принадлежал. Вместе с тем в нем ощущался какой-то психический надлом, частично

из-за ухудшающегося состояния здоровья, а частично из-за негативного отношения ко всему. Этот святой отец был традиционалистом, приверженцем старой школы, который воспринимал все только в черном или белом цвете и повсюду видел зло. У него было также немало расовых предрасудков.

Я послал священнику любовь, мужество и спокойствие. Затем я переключил свое внимание на Кима.

После того как Ким услышал, что я сказал ему о священнике, волна его страха стала заметно менее мощной, и мне удалось установить с ним прочный контакт на экстрасенсорном уровне.

Скоро мне стало ясно, что он был хорошим человеком, пытавшимся сделать все от него зависящее, но не знавшим, как это сделать. Ким был очень простодушным, необразованным, неискушенным в житейских делах человеком, что соответствовало его положению в обществе. Высший разум подсказал мне, что Ким на самом деле не верит, что он одержим дьяволом.

На самом же деле Ким не был одержим, но действительно верил, что находится во власти дьявола. Поэтому высший разум приказал мне изгнать из него дьявола, чтобы он мог обрести уравновешенность и очиститься.

Я ничего не знал о процедуре изгнания дьявола, но высший разум подвиг меня на этот процесс.

Я не привожу в данной книге, как происходила эта процедура. Потенциально этот вид деятельности таит в себе множество неприятностей, при некоторых обстоятельствах это даже может быть опасным. Представляется маловероятным, что нечто подобное может понадобиться вам когда-либо, и я бы не хотел, чтобы вы экспериментировали с этой процедурой. Если вам понадобится узнать об изгнании нечистой силы, я оставлю этот эксперимент под вашу ответственность, и пусть высший разум руководит вами.

После изгнания дьявола Ким чувствовал себя прекрасно. Он знал, что отныне с ним ничего плохого не случится.

Затем я зашишнотизировал его и провел через ряд представлений и внушений для создания собственного положительного образа.

После этого я поговорил с ним об обращении с просьбой о предоставлении средств на питание и посоветовал зайти в департамент социального обеспечения. Я написал названия агентств, куда ему надо было обратиться, и убедил его, что вовсе не постыдно просить о помощи, ведь подобные агентства именно для этого и существуют. Ким сказал, что посетит представителей этих агентств утром.

Поскольку он все еще беспокоился о краже денег, я в общих чертах наметил для него план. Ему не следовало говорить о кражах никому, потому что его бы никто не понял. Вместо этого Киму надлежало брать по четыре доллара в день из своей зарплаты и незаметно добавлять их к ежедневной выручке взамен тех денег, которые он позаимствовал. Он сказал, что сделает это, и было видно, что он настроен позитивно в отношении себя самого и своего будущего.

Потом я пошел домой, удовлетворенный тем, что высший разум с моей помощью улучшил чью-то жизнь.

КАК СТАТЬ ГИПНОТЕРАПЕВТОМ

Теперь вы знаете, как достичь вашего основного экстрасенсорного уровня, находясь на котором можно совершать бесконечное количество экстрасенсорных опытов в качестве практикующего гипнотерапевта. Так же как вы развиваете и углубляете этот навык, практически нет предела и тому, с чем вы экспериментируете и что вы делаете.

Стать практикующим гипнотерапевтом — это серьезное обязательство. Этого не произойдет, пока вы не приступите к этому со всей целеустремленностью, преданностью и искренним желанием самосовершенствоваться и улучшать все, с чем вы взаимодействуете.

Все упражнения в этой книге направлены на пробуждение и углубление ваших врожденных способностей. Но не существует двух похожих людей, и неизвестно, чего именно сможет достичь каждый человек в отдельности благодаря этим упражнениям.

Но прежде мы поговорим о дополнительных упражнениях, для того чтобы узнать кое-что новое об экстрасенсорном мире. Это знать необходимо.

Экстрасенсорный мир

Как практикующий гипнотерапевт, вы будете иногда сталкиваться с удивительными случаями. Приобретая некий опыт, в дальнейшем вы сможете легко справляться с подобными ситуациями без чрезмерных забот, но в начальной фазе вашего обучения некоторые опыты могут принести вам огорчение.

Я хотел бы предупредить вас о том, что вы можете столкнуться с некоторыми необычными случаями, и мне бы не хотелось, чтобы они вас испугали и помешали вам продолжать следовать по пути развития ваших экстрасенсорных способностей. Вот один из подобных случаев, который произошел со мной.

Практикум. Случай № 8 *Неизлечимо больной ребенок*

В феврале 1972 года моя карьера практикующего гипнотерапевта находилась еще на своем начальном этапе. Ко мне пришел мужчина и попросил меня настроиться на его восьмилетнюю племянницу, которая жила в другом штате. Я не был эмоционально готов к тому, что случится.

Я изменил сознание, опустившись на основной экстрасенсорный уровень, и вызвал в своем мысленном видении образ маленькой девочки. Она появилась, и я сразу же понял, что она слабеет и умирает. Затем я увидел шкатулку с календарем на крышке. На календаре стояла дата: 2 мая 1972 года. Я зарыдал из-за смерти этой красивой девочки, поскольку был потрясен до глубины души. (Я должен был находиться в мозговом ритме тета-волн, так как это именно там записываются наши эмоции.)

Я оставался на уровне тета-волн и обследовал ребенка. Я обнаружил, что у девочки лейкемия. Затем я попытался для ее блага осуществить экстрасенсорное исцеление. Я сказал «попытался» потому, что почти в самом начале меня остановил приказ высшего разума в данном случае не вмешиваться. Ее смерть была неминуемой по причинам, которые меня не касались. Это вызвало у меня неудержимые рыдания. Мое лицо было мокрым от слез, и я чувствовал, как слезы текут по щекам, капаят на грудь и колени.

Затем, оставаясь в области тета-волн, я мысленно послал девочке любовь, мужество и покой, говоря с ней громко, пока ее образ еще был перед моим мысленным взором. Я сказал

что-то похожее на «Я люблю тебя, и Бог любит тебя, и Он посылает тебе мужество и покой, используя меня как свой инструмент». Когда я действительно ощутил, что до нее дошли моя любовь, мужество и покой и что она приняла их, я вышел из диапазона тета-волн и открыл глаза. Я все еще плакал. И мне потребовалось еще около минуты, прежде чем я смог контролировать свои эмоции и сумел начать говорить.

Ее дядя был мертвенно-бледным. По моей реакции, которую он наблюдал, мужчина видел, что происходит что-то неладное. Я рассказал ему все. Затем он поведал мне, что тоже предчувствовал плохое и поэтому пришел ко мне. Оказалось, что на прошлой неделе он навещал брата, невестку и их ребенка. Девочка стала болезненной, но родители отказывались показать ее врачу. Несмотря на то что они были людьми состоятельными в финансовом плане, тем не менее отличались скупостью. И они не собирались «выкидывать кучу денег на доктора, когда речь идет всего-навсего о легком насморке».

Я посоветовал ему немедленно отправить ребенка к врачу. Мужчина сказал, что завтра же утром вылетит в Техас, сам отведет ребенка к врачу и оплатит счет за обследование.

Несколько недель спустя дядя этой девочки связался со мной и подтвердил, что он выполнил все, что торжественно обещал. Родители предоставили ему возможность лечить ребенка до тех пор, пока он согласен оплачивать все расходы на лечение. Прогноз был ужасен. У ребенка была последняя стадия лейкемии. В мае ее дядя опять позвонил и сообщил мне, что девочка умерла 2 мая.

Вот что следует оговорить после этого практикума.

1. Вам будут встречаться случаи, которые потрясут вас. Благодаря опыту и достаточной предварительной самоподготовке вы научитесь справляться со всем, что бы вам ни встретилось. Поэтому не дайте этим опытам заставить вас отказаться от практики и продвижения вперед.

2. Вам далеко не всегда удастся помочь таким образом, как вы привыкли. Мои планы экстрасенсорного исцеления разрушила высшая сила, обладающая превосходящим мое пониманием этого случая.
3. Вы можете всегда послать любовь, мужество и покой кому бы то ни было, в любое место, в любое время без каких-либо ограничений, и это дает вам самим возможность черпать силы из щедрых запасов любви, мужества и покоя мирового разума.
4. Иногда ваши чувства при опытах в точности таковы, каковы они и должны быть, и бывает, что вы усматриваете знаки какого-то события, которые представляют краткую версию или стенограмму ситуации. В данном случае у меня были оба элемента. Быстро прогрессирующая болезнь, увядание и смерть были сокращенной версией того, что случилось в следующие несколько месяцев. Шкатулка символизировала смерть. Календарь же в точности зафиксировал дату смерти.

Вам следует быть осторожным с интерпретацией символов. В данном случае я правильно интерпретировал шкатулку в значении физической смерти. Несколько лет спустя, осуществляя заблаговременное мысленное представление, я снова натолкнулся на человека и шкатулку. И я опять интерпретировал этот символ как физическую смерть данного человека. Я ошибся. На самом же деле это означало гибель полного негативизма и разрушающих личность умозрительных моделей. Если бы я провел более тщательное и всестороннее экстрасенсорное исследование этого человека, мне бы открылась правда. Вместо этого я пришел к необдуманному, поспешному заключению только потому, что шкатулка однажды уже послужила правильным указанием смерти. Я получил ценный урок. К счастью, я не сказал о «смерти», так что вреда никому не причинил.

Поэтому учитесь на моих ошибках, будьте осторожны, основательны и всегда очень осмотрительны, оглашая смертный приговор.

Когда вы открываете мир экстрасенсорики, то можете нечаянно проникнуть в одно из низших астральных тел, в котором обитают крайне негативные энергии.

Большинству людей такие случайные встречи не принесут вреда, если только прозрение не напугает вас. Это способ справиться с первыми опытами общения с подобными отрицательными энергиями.

Я привожу это упражнение по данной критической ситуации потому, что оно подходит для всестороннего исследования. Я надеюсь, что это единственное упражнение, которое вам никогда не придется выполнять, но прочтите его просто на всякий случай.

Упражнение 13

Избавление от демонов и других нежелательных энергий

- ♦ Желательно, чтобы вы находились на вашем основном экстрасенсорном уровне, когда встретитесь с демоном или другим негативным существом.
- ♦ Если вы находитесь в обычном состоянии, опуститесь на ваш основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Укажите и затем ухватитесь пальцами за эту энергию (или, если вы предпочитаете, демона), которая вам угрожает.
- ♦ Каждый раз, когда вы указываете пальцем и хватаете, говорите «Исчезни!», и энергия будет уменьшаться на пятьдесят процентов.
- ♦ Продолжайте быстро указывать, хватать и говорить: «Исчезни» снова и снова до тех пор, пока энергия не пропадет.

Отклоняясь от темы, скажу, что это превосходное упражнение, чтобы научить ребенка избавляться от ночных комаров. Дети и так находятся на экстрасенсорном уровне большую часть времени, поэтому их не надо учить, как его достигать. Частота колебаний мозга ребенка преимущественно

но находится в области альфа-волн, вот почему дети так быстро и успешно учатся. Я сказал, что большинству людей такие встречи не повредят. Но это означает, что некоторым подобные ситуации могут причинить вред. Опасность состоит в том, что некоторые из этих энергий могут войти в вас, овладеть вашим телом. Существует только четыре пути для этого:

1. Вы не контролируете свое состояние из-за алкогольного или наркотического опьянения.
2. Вы можете пригласить энергию войти по незнанию.
3. Вы испытываете страх, что служит приглашением для того, чтобы эта энергия проникла в вас.
4. У вас есть дефект в ауре из-за некоторого серьезного расстройства психики, такого как, например, шизофрения.

С пунктом первым справиться легко. Не используйте наркотики или алкоголь в неумеренных дозах. Но даже если вы находитесь под их влиянием, это не означает, что вами овладеют отрицательные энергии. Это означает только, что риск существует и это может случиться. Лучше не рисковать.

С пунктом вторым можно справиться путем чтения этой книги и получения информации с ее помощью. Вы знаете, что энергия не может войти в вас, пока вы действительно не пригласите ее войти, поэтому не делайте таких приглашений. Так что здесь все просто.

Пункт третий можно контролировать, если вы выполните все упражнения, которые я предусмотрел. Защитный экстрасенсорный щит, который вы создали в предыдущей главе, в значительной степени поможет вам отражать атаки отрицательных энергий. Упражнение 13, которое мы только что завершили, дает вам метод избавления от демонов. И вновь повторяю: не приглашайте нежелательные энергии проникнуть в вас. Вы управляете самим собой, и никто и ничто не имеет права запугивать вас. Вас не запугают до тех пор, пока вы сами не изъявите желания позволить этому свершиться.

Я не в состоянии помочь вам с четвертым пунктом. Люди, относящиеся к этой категории, находятся в гораздо более

сильной опасности, чем люди из других групп, вместе взятых, и я не знаю, как предотвратить это проникновение, кроме как сказать, что при психических расстройствах не следует упражняться в экстрасенсорных опытах.

Давайте продолжим обсуждение отрицательной энергии, но взглянем на это в другом ракурсе.

Каждое человеческое существо в мире является источником энергии. Это относится как к положительной, так и к отрицательной энергии. Негативные энергии других людей не повредят вам, пока вы не позволите им сделать это. Ваш защитный экстрасенсорный щит поможет вам против внешнего зла.

Большее беспокойство вызывает вырабатываемая вами отрицательная энергия. Если вы вырабатываете ее, она вернется к вам. Вы не в состоянии защитить самого себя от собственной отрицательной энергии. Вы создали ее, вы владеете ею, и раньше или позже вам придется иметь дело с той или иной ее разновидностью.

Пока вы не впали в панику, позвольте мне сказать, что существуют эффективные пути нейтрализации отрицательной энергии, которую вы вырабатываете, так что вы отрадите ее поток по возвращении к вам.

В сущности, ваша преобладающая положительная энергия должна победить отрицательную.

Приведем простой пример. Вы незаслуженно отозвались о человеке, причинив ему неприятности (создали отрицательную энергию кармы), и тем самым вызвали потребность в уравновешивании позитивной энергии (кармы). Если вы ничего не сделаете, отрицательная карма так или иначе вернется к вам. Возможно, вас несправедливо оболгут или произойдет что-то подобное. Закон увеличения в десятикратном размере касается как отрицательной, так и положительной кармы, так что вы в самом деле получите в ответ в десять раз больше. Тем не менее можно избежать этого. Вы должны отвести отрицательную энергию путем создания превосходящей положительной энергии. В этом примере вы можете предпринять следующие шаги:

1. Измените состояние своего сознания.
2. Простите себя самого и попросите прощения у человека, которому вы причинили зло.
3. Пошлите любовь, мужество и покой тому, кого вы обидели.
4. Полностью исправьте ситуацию с обиженным вами человеком. Визуализируйте его с восстановленной репутацией, пользуясь возрастающим уважением со стороны других людей и т. д.
5. Запрограммируйте самого себя на немедленное получение информации, когда вы начнете вырабатывать отрицательную энергию, с тем чтобы вы могли немедленно остановить этот процесс, получив сигнал. Попросите высший разум разрешить вам лучше контролировать себя.

Вы можете повторять шаги 1, 2 и 3 в течение нескольких дней, что зависит от серьезности ситуации, причиной которой вы являетесь. Одного раза достаточно для незначительных нарушений.

Разумеется, если есть нечто материальное, что требует уравнивания, вы также можете это сделать. Например, если вы украли ящик с инструментами у вашего соседа, или верните их ему, или пошлите ему по почте анонимно соответствующую сумму денег.

Используя вашу положительную энергию, вы можете минимизировать, а иногда и устранить необходимость испытывать отрицательное уравнивание как результат вашего просмотренного поступка.

Одно предостережение: не используйте этого средства балансирования в качестве способа делать, что вам захочется (в отрицательном смысле), и затем поправлять результат. Такое поведение имеет тяжелые последствия. Ваши экстрасенсорные способности являются драгоценным даром, и длительное преднамеренное неправильное использование этого дара создает карму, которой нельзя избежать, но которую нужно пережить. Экстрасенсорную способность нужно

использовать с чувством ответственности и честности. В противном случае вам придется столкнуться с большими сложностями. Не позволяйте, чтобы это произошло с вами. И помните: у вас всегда есть выбор. И пусть ваш выбор будет мудрым.

Концепция экстрасенсорного развития

К этому моменту у вас уже должно сложиться отчетливое представление о том, что такое мир экстрасенсорики и что вам следует делать, чтобы войти в него. Для лучшего запоминания я приведу несколько положений.

1. Мысль — это энергия, которая неуничтожима, и именно мысль создает все вокруг. Вам следует научиться использовать мысль для создания результатов, которых вы хотите достичь, и для соединения с мировым разумом.
2. Чтобы активизировать ваши экстрасенсорные способности, вам нужно изменить состояние своего сознания (что означает замедление частот вашего мозга).
3. Ганс Бергер обнаружил, что человек может замедлить частоту своего мозга, просто закрыв глаза.
4. Далее опыт показывает, что умственная визуализация способствует повышению экстрасенсорных способностей.
5. У каждого человека есть некие врожденные экстрасенсорные способности.
6. Все, что когда-либо случалось или случится, зарегистрировано во всемирном сознании.

Просто отметьте: если вы замедляете частоту мозговых колебаний, закрывая глаза, то можете использовать возможности мозга и визуализации для работы в качестве практикующего гипнотерапевта.

Разумеется, для этого требуется нечто большее, чем просто закрыть глаза. Вы должны приспособить ваш мозг и чувства к выполнению того, чего вы хотите. Вы делаете это путем повторения мысленных упражнений до тех пор, пока ваш мозг

не поймет, что вы действительно хотите развить и использовать возможности вашей психики; затем ваш мозг совершит это преобразование, и вы начнете действовать как гипнотерапевт.

С некоторыми из вас это произойдет довольно быстро, у других займет чуть больше времени. Секрет кроется в настойчивости и решительности при выполнении мысленных упражнений, чтобы привести ваш мозг в желаемое состояние.

Вы обладаете встроенным механизмом, приспособляющим ваш мозг для того, чтобы действовать экстрасенсорно. Этот механизм носит название подсознания. В главе 1 я дал краткое определение подсознания. Теперь настало время для подробного обсуждения.

Ваше подсознание обладает некоторыми весьма специфическими отличительными возможностями. Частотный диапазон альфа-волн рассматривается как область, в которой действует подсознание. Помните, что, когда вы закрываете глаза, ваш мозг начинает вырабатывать сильные альфа-волны? А это означает, что, когда глаза закрыты, у вас есть превосходный доступ к своему подсознанию.

Подсознание не обладает способностью мыслить, давать рациональное объяснение или рассуждать, не знает, как отличить хорошее от плохого, правильное от неправильного. Подсознание только выполняет мысленные приказы и делает то, что ему говорят. Как послушный слуга, оно всего лишь следует приказаниям, никогда и ни о чем не спрашивая.

Если вы будете достаточно часто говорить себе, что вы тупица, нескладный идиот, ваше подсознание воспримет и истолкует это как команду к выполнению, и вы действительно начнете вести себя как тупой, нескладный идиот.

И наоборот, если достаточно часто говорить себе, что вы способны стать хорошим гипнотерапевтом и что это то, чего вы хотите, ваше подсознание поймет это как приказ, и вы начнете действовать как гипнотерапевт.

Отклоняясь от темы, скажу, что вы легко можете увидеть, какое сильное воздействие на людей имеют слова. Например, когда родители часто критикуют ребенка, упрекая его в том, что он плохой, он и вырастет плохим, потому что

то, что сказали детскому подсознанию, воплотил в действительность детский мозг.

Подведем итог. Развитие экстрасенсорных способностей является вопросом выбора. Вы программируете ваш собственный мозг благодаря информации, которая дает вам возможность действовать как экстрасенсу, когда бы вы ни захотели. С имеющимся у вас психическим щитом вы уже запрограммировали свое подсознание так, чтобы игнорировать попытки программирования другими людьми и следовать только лично вами созданной программе.

Серия простых мысленных и визуальных упражнений, приведенных в этой книге, которые вы можете выполнить за считанные минуты (или даже секунды) в любом месте и в любое время, позволит вам достичь таких высот, каких вы достойны. Под достоинством я подразумеваю следующее: чем более усердно вы практикуетесь и чем вы решительнее и настойчивее, тем большего вы сможете достичь.

На вас не оказывается никакого давления, чтобы вы выполняли любые упражнения из этой книги. Вы можете выполнять все упражнения, если хотите. Вы можете выбрать одни и не захотеть выполнять другие. Это ваш выбор.

Замысел автора этой книги состоял в том, чтобы дать вам возможность стать компетентным экстрасенсом, если вы сделаете все упражнения. Когда вы закончите читать книгу, возможно, выберете для себя пару наиболее подходящих для вас упражнений. Может быть, вы сами усовершенствуете некоторые упражнения, основываясь на том, что изучили.

Я не знаю другого, лучшего пути для развития экстрасенсорных способностей. То, что я предлагаю в книге, — это всего лишь один из способов, который действует. Путем собственных экспериментов я открыл множество путей войти в экстрасенсорную реальность. Некоторые из этих способов представляются обманчиво простыми, если вы уже достигли важного уровня экстрасенсорной деятельности.

Я уверен, что вы тоже сможете развить свои собственные методы, раз вы начали использовать экстрасенсорные способности как полагается.

Если вы сведете все сказанное воедино, вы поймете, что становление гипнотерапевта сродни решению проблем, своих собственных или чужих. Все практические опыты, описанные в этой книге, решали те или иные проблемы.

Часто я упоминаю о том, как мысленно послать любовь, мужество, покой и помощь другим людям. Это довольно легко сделать, просто настроившись на экстрасенсорный уровень, визуализируя, что необходимо сделать, и оглашая свое намерение мысленно или вслух. Чтобы послать любовь своей матери, например, просто визуализируйте ее мысленно и скажите: «Я люблю тебя, мама, и я направляю тебе любовь от всеобщего сознания».

Ниже приводится случай, когда несколько человек объединили усилия по передаче любви и помощи другому человеку. И это еще один пример того, что вы как экстрасенс можете делать каждый день.

Практикум. Случай № 9

Хирургическая операция по поводу зрения моего внука

Этот случай иллюстрирует использование энергии группы для достижения желаемого результата.

В 1983 году моему внуку Шону было 8 лет. Ему должны были делать хирургическую операцию на глазах. Обычными последствиями таких операций в течение нескольких последующих дней бывают: кровавая инфильтрация из глаза, опухание вокруг глаза, изменение цвета кожи вокруг глаза, похожее на синяк, незначительная, но ноющая боль и дискомфорт, возможна временная дисфункция, нарушение деятельности органа зрения.

Ночью и утром перед операцией я опускался на экстрасенсорный уровень и мысленно посылал Шону любовь, мужество, и покой. Я также мысленно говорил ему, что все будет хорошо и скоро он выздоровеет и полностью излечится.

Шон провел ночь перед операцией в нашем доме вместе со мной и Ди. Наша старшая дочь Джин, мать Шона, также была с нами, так что он находился в окружении трех положительных аур, наполненных любовью.

Джин и Ди настроились на значительный эффект от положительной энергии. Ди, Джин и я, каждый по-своему, посылали Шону целительную энергию, любовь и мужество, начиная с ночи перед операцией.

Мы втроем были вместе с Шоном до, во время и сразу после операции, непрерывно посылая ему целительную энергию. Я вошел на экстрасенсорный уровень, когда Шон вернулся в свою палату после операции, и, выполняя экстрасенсорное целительство, отчетливо представлял его полностью выздоровевшим, энергичным и счастливым, мысленно устраняя любую опасность, которую я ощущал.

Результаты были впечатляющие. У Шона не было абсолютно никаких опухолей или синяков. Не было кровотечений, дискомфорта и никаких проблем со зрением, вообще никаких видимых следов проведенной операции.

У него не было даже обычного расстройства желудка как результата анестезии. Анестезия прошла бесследно приблизительно через пару часов. Шон вскочил и сказал: «Я хочу домой». Его сразу же выписали, и мы пошли домой, где он начал играть, как будто ничего не случилось.

Чем большее количество человек сможет объединить свою экстрасенсорную энергию, тем более впечатляющими будут результаты. Представляется, что сила объединенных энергий увеличивается многократно.

Например, если один человек представляет силу X , то два человека при объединении усилий вырабатывают энергию в квадрате, или $X \times 2$, три человека совместными усилиями производят энергию в четырехкратном размере, или $X \times 4$, четверо — в восьмикратном размере, или $X \times 8$, и т. д. Представляется, что каждый дополнительный человек в группе при объединении усилий способен вызвать удвоение фактора силы по сравнению с предыдущим уровнем. Это вознаграждение за совместную работу, и возможности здесь поистине удивительные.

Если бо́льшая часть определенной человеческой расы верит, что находится на более низкой ступени развития по отношению к другой расе, ее представители будут коллективно производить энергию, заставляющую их самих воспринимать себя как низших, не говоря уже о людях других рас. Те же немногие, кто не присоединится к вере «низших», будут выделяться, достигнут многого и станут лидерами. Если эти немногие лидеры используют свою экстрасенсорную силу для убеждения остальной части расы в том, что они не являются низшими, стоит посмотреть на результаты. Так как поток экстрасенсорной энергии нарастает внутри данной расы в положительном направлении, начинает меняться ситуация не только с этой расой, но и во всем мире. Представители расы разорвут связи более низкого положения и заявят права на справедливое и равное место в обществе. Не звон ли это колокола? История, включая и современную, переполнена свидетельствами того, как подобное происходило во многих странах.

Человек мыслит, стало быть, он существует. Как мыслят группы людей, на том и стоит мир.

Теперь вы начинаете видеть, как можете использовать свою экстрасенсорную силу? Представляете ли вы, как достичь мира во всем мире? Видите ли вы, как сделать так, чтобы голод исчез из нашей реальности? Видите ли вы, как экстрасенсорная сила охватывает все — от склеивания незначительных обрезков бумаги до исцеления всего мира? От счастливого брака до достижения счастливого общества? От получения продвижения по службе до достижения гармонии между всеми людьми?

К концу этой книги вы начнете видеть, ощутите сочувствие, начнете слышать звуки, сообщающие о том, чем является экстрасенсорная сила.

Если этого не случится, я рекомендую вам перечитать книгу еще раз. При первом чтении вы научитесь развивать и высвобождать свою экстрасенсорную энергию. Это послужит основанием и доказательством того, что вы должны обрести некое подобие интуиции до использования этой силы.

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Упражнения, приведенные в данной главе, дают вам дополнительные возможности использовать ваш основной экстрасенсорный уровень и развивать способность к визуализации. Эти упражнения частично зависят от вашей памяти, а частично от визуализации, четкого представления о себе самом. Они закладывают основы для более серьезной работы, которая ждет впереди.

Упражнение 14

Доска, на которой пишут мелом

- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Визуализируйте доску, на которой пишут мелом (как в школе). В желобе внизу доски лежит тряпка для стирания и кусочек мела.
- ♦ Возьмите кусочек мела и нарисуйте на доске большой круг.
- ♦ Напишите внутри круга заглавную начальную букву своего имени.
- ♦ Теперь сотрите заглавную букву вашего имени, не стирая самого круга.
- ♦ Мысленно скажите самому себе: «Я могу визуализировать все, что я захочу и когда захочу».
- ♦ Затем сотрите круг и откройте глаза.

Это упражнение дает вам возможность создать что-нибудь из ничего, затем мысленно изменить то, что вы создали.

ли. Оно также помогает положительному программированию вашего подсознания, которое вы можете осуществлять, когда захотите. Ниже приводится случай, когда я создал ремонтную мастерскую для своего дома на колесах, чтобы я и моя семья смогли избежать опасной ситуации.

Практикум. Случай № 10 *Ремонт трейлера*

Моя жена, младшая дочь с собакой и я возвращались домой после загородной поездки в Скалистые горы на нашем трейлере. Был поздний вечер, и уже достаточно темно. Мы были приблизительно в 32 километрах от следующего городка. Машина как раз взбиралась по дороге на крутую гору, когда двигатель сломался. Мои усилия вновь запустить мотор успехом не увенчались. Я не мог просто оставаться здесь из-за очевидной опасности и не мог дать машине скатиться назад по извилистой горной дороге в темноте, это было бы просто самоубийством. Единственным приемлемым решением было починить неисправность, затем завести двигатель и уехать. У меня не было такой роскоши, как масса времени на починку. И что еще хуже, я ничего не понимал в автомобильных двигателях и умел только водить машину. Моя жена чрезвычайно расстроилась, да и дочь тоже. Так что я был обязан что-нибудь предпринять.

Попросив жену и дочь посидеть в тишине несколько минут, я закрыл глаза и изменил состояние сознания. Я создал образ трейлера в мысленном видении, куда перенес и группу механиков-экспертов. Я сказал им, что нужно починить машину так, чтобы мы без опасности могли доехать до следующего городка. Я дал им две минуты, отчетливо представляя группу механиков-экспертов, заменяющих детали и быстро приводящих все в рабочее состояние.

Затем я открыл глаза и повернул ключ зажигания. Мотор завелся сразу же, и я доехал до следующего городка. Когда я подъехал к станции обслуживания, мотор сразу заглох.

Станция обслуживания только что закрылась. Когда я объяснил, в чем проблема, механик быстро осмотрел трейлер, но не сумел завести двигатель. Он дал мне разрешение провести ночь позади его бензоколонки, чтобы на следующий день более тщательно исследовать машину.

На следующий день механик обнаружил, в чем дело. Стартер мотора полностью вышел из строя. Основание двигателя было разбито вдребезги. Механик вылил из него металлический осадок. Он показал мне то, что осталось от стартера. «Это повреждение не могло возникнуть за короткое время, — сказал он. — У вас просто не было возможности завести вашу машину при таком состоянии стартера».

Я рассказал ему о том, как я завел трейлер и откуда доехал предыдущей ночью.

«Это просто невозможно», — сказал он.

Наверняка в вашей жизни были случаи, когда вам нужно было совершить невозможное точно так же, как это сделал я той темной ночью на склоне горы. Используйте для этого свои экстрасенсорные способности.

Упражнение 15

Написание в небе

- ♦ Выйдите на основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Визуализируйте самолет в небе.
- ♦ Самолет оставляет за собой столб белого клубящегося пара
- ♦ Позвольте самолету написать белым паром ваше имя в небе
- ♦ Посмотрите на ваше имя, написанное в небе белыми пушистыми буквами.
- ♦ Потом позвольте ветру унести ваше имя вдаль, перенести его в космос, где вы действуете как экстрасенс.

- ♦ Мысленно скажите себе самому: «Я совершенствуюсь как гипнотерапевт каждый раз, когда я визуализирую».
- ♦ Откройте глаза.

Этим упражнением вы закрепляете в вашем подсознании программирование того, что вы являетесь успешным гипнотерапевтом.

Упражнение 16

Визуализация собственного тела

- ♦ Выйдите на основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Вызовите мысленный образ своего тела. Изучите ваше тело в деталях, спереди и сзади.
- ♦ Мысленно опишите, на что вы смотрите. Например, думайте: «Длинные светлые волосы. Маленькая родинка на левой щеке. Стройные ноги». Будьте точны.
- ♦ Изучайте свое тело до тех пор, пока вы глубоко и детально не ознакомитесь с тем, как вы выглядите со стороны.
- ♦ Мысленно скажите себе: «Я могу вызвать в своем мысленном представлении внешний вид любого человека, просто попросив этого человека явиться мне».
- ♦ Когда закончите, откройте глаза.

В какой-то степени ваша последующая экстрасенсорная работа может быть связана с людьми или касаться их, и вам потребуется часто вызывать их мысленно, в воображении, для общения с ними.

Это упражнение по изучению собственного тела обучает вас тому, чтобы вы без смущения смотрели на тела других людей.

Вы не вторгаетесь в частную жизнь человека, вызывая его в своем воображении. В действительности вы просто пытаетесь установить экстрасенсорную связь с ним. Этот человек (создание или существо), которого вы вызываете, не обязательно должен выглядеть как фотография. В действительности

образ человека может быть смазанным, неясным либо содержать лишь указание на человека, или существо, или объект. Когда вы вызываете какого-либо человека в вашем мысленном представлении, каким бы он ни был, этого достаточно для установления связи с ним.

Наиболее эффективным для того, чтобы помочь другим либо осуществить экстрасенсорное исцеление человека или другого существа, является вызов облика этого человека или существа в вашем воображении. Вот как я сделал это с собакой.

Практикум. Случай № 11

Такра

Такра, красивая самоедская лайка моей младшей дочери, серьезно заболела: у нее была смертельно опасная анальная инфекция. Всевозможные усилия ветеринаров, предпринимаемые ими в течение нескольких недель, успеха не принесли, и в состоянии Такры не наступило улучшений.

В конце концов врач сказал, что продолжать лечение бессмысленно, так как организм собаки на него не реагирует и лучше ей не становится. Такра, некогда активная и энергичная, могла лишь апатично лежать, испытывая явный дискомфорт. Она не ела и не пила. Врач сказал, что необходима операция и ее надо делать немедленно, но при этом шансы собаки на выживание пятьдесят на пятьдесят.

Моя дочь сказала: «Нет!». Она боялась, что собака умрет от анестезии, и просто не хотела, чтобы собаку оперировали. Дочь надеялась на чудо.

Она пришла ко мне, рыдая, и сказала: «Папа, вылечи Такру! Я же видела, как ты помогаешь людям. Почему же ты не можешь вылечить собаку?».

«Сделаю все, что в моих силах», — сказал я.

Сев по-турецки, скрестив ноги, на полу в центре комнаты, я закрыл глаза и изменил сознание, опустившись на новую экстрасенсорный уровень.

Мысленно я приказал, чтобы образ Такры появился в моем сознании. Призвав на помощь интеллект, я исследовал тело собаки снаружи и изнутри и исправил все отклонения, которые я заметил. Область заднего прохода была инфицирована, представляла собой сплошную красную массу гноя и крови.

Когда я действую экстрасенсорно, у меня есть все необходимое, что нужно для решения любой возникшей проблемы, потому что я мысленно создаю это. Чтобы избавить собаку от гноя, я создал мощную отсасывающую трубу, подобную той, которую используют дантисты. Ее я мысленно поместил в область нагноения и отсосал весь гной. Мысленно я соскоблил всю инфекцию металлической щеткой и очистил воспаленный участок с помощью сильнодействующего лекарства из моей мысленной домашней аптечки от всех болезней. Я пропустил всю кровь Такры через очищающий аппарат и наполнил ею тело собаки вновь. Я распылил на этот участок тела цветовой восстановитель, так чтобы он выглядел нормальным и здоровым. Затем взял шприц с надписью: «Крепость и энергия» — и сделал инъекцию. Я открыл глаза, удовлетворенный тем, что Такра вернулась в прежнее состояние здоровья.

Моя дочь немедленно пошла в комнату, где Такра лежала все это время. Она обнаружила собаку стоящей и потягивающейся, как будто та пробудилась после долгого сна. Собака бросилась к ней, желая поиграть. Дочь произвела тщательный внешний осмотр Такры. Не было заметно ни инфильтрации, ни опухолей, ни изменения цвета. Собака выглядела прекрасно и явно так же себя чувствовала.

На следующее утро дочь отвела Такру к ветеринару, где ей выдали карантинное свидетельство, удостоверяющее хорошее состояние здоровья собаки.

«Должно быть, лекарство оказало такое замедленное действие, — сказал ветеринар. — Я никогда прежде не видел ничего подобного, но что еще это может быть?»

И в самом деле, что?

То, что я здесь описал, можете делать и вы. Следующая глава даст вам толчок в упражнении по мысленному исследованию собственного тела изнутри.

При экстрасенсорном исцелении вы символически делаете то, что для вас является естественным для исправления возникающих проблем.

Например, вы можете чувствовать, что на почке есть неровности. Вы можете считать эти неровности с помощью шлифовального станка и покрасить почку, чтобы вернуть ей естественный цвет. Вы можете вылечить лейкемию, имея в своем распоряжении миллионы поедающих рак пираний, плавающих по кровеносным сосудам и жадно пожирающих раковые клетки. При запорах можно очистить кишечник с помощью закачиваемого очистителя. Поврежденный нерв — заменить хорошей, чувствительной проволокой. Ваше мощное воображение и визуализация, используемые на основном экстрасенсорном уровне, заставят паранормальную силу работать. Если вы визуализируете положительный результат действия очистительного средства на кишечник, ваш мозг и мозг реципиента переведут этот образ в естественный оздоровительный результат.

ЭКСТРАСЕНСОРНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ

Быть инструментом при экстрасенсорном исцелении, как мне представляется, — это бесспорно наиболее полезное и простое дело, которое вы можете совершать как экстрасенс.

В нескольких представленных до сих пор случаях есть основы экстрасенсорного исцеления.

Путь изучения экстрасенсорного целительства есть только один — просто осуществлять его и верить, что оно будет успешным, если это в интересах человека, которого вы исцеляете, и в ваших интересах. Вы можете найти сотни возможностей для помощи людям каждый день: прочитали в газете, что кто-то ранен в катастрофе, ваш друг ушибся или болен, член вашей семьи страдает или испытывает недомогание, любимое животное нуждается в лечении. Найдите время, чтобы мысленно проанализировать ситуацию и исправить ее.

Если вы присутствуете при исцелении, то можете также использовать силу ауры и рук (см. Практикум. Случай № 5).

Всегда оказывайте помощь, когда о ней просят. Если человек не может обратиться за помощью, допустите, что он мог бы попросить об этом, и предложите помощь сами.

Единственная целительная возможность, которой вы обладаете, — это возможность исцелиться самостоятельно. Вы не являетесь источником целительной силы ни для кого другого. Все Верховного Источника — Бога, и именно Бог наделил каждое человеческое существо силой самонисцеления.

Как экстрасенсорный целитель, вы являетесь инструментом или катализатором для запуска внутренней самооздоровительной способности человека или существа, на которого

направлена ваша энергия. Вы действуете как канал, через который Бог проводит оздоравливающую энергию.

Помочь рассмотрению перспектив экстрасенсорного целительства может следующая аналогия. В лампе есть электропроводка, прозрачная лампочка и выключатель. Отсюда следует, что лампе присуща внутренняя способность светиться. Электрогенератор компании коммунальных услуг, находящийся за много миль от дома, является источником энергии для лампы. Тем не менее лампочка не загорится, пока выключатель не включен.

Теперь замените Бога электрогенератором, здоровье накаливаемой прозрачной лампочкой, а самоисцеляющую силу выключателем. Ваше дело как экстрасенсорного целителя состоит в том, чтобы повернуть выключатель.

Вы делаете это неким мистическим образом, который сами, возможно, так до конца и не осознаете. Я знаю, что не понимаю этого.

Когда я действую как целитель-экстрасенс, то просто предлагаю себя самого в качестве посредника, контактера, чтобы повернуть выключатель. Я предоставляю самого себя, а Верховный Источник делает все остальное.

Если вы не являетесь дипломированным практикующим доктором, обладающим лицензией, не пытайтесь давать медицинские советы или действовать так, словно вы являетесь врачом по профессии.

Недавно моя жена находилась в ситуации, опасной для здоровья и угрожающей ее жизни. (Позже врач сказал нам, что ей оставалось жить не более трех часов, когда я доставил ее к нему.) Когда она заболела, я немедленно отвез ее к прекрасному врачу. Я не пытался исцелить ее экстрасенсорно. Что я действительно делал — это посылал ей свою помощь посредством создания ауры и присутствовал во время транспортировки ее к врачу. Один раз, когда она была под наблюдением медиков, я исцелил ее экстрасенсорно. Позже, в домашней обстановке, я также принимал в ее исцелении активное участие. Мое экстрасенсорное исцеление только усиливало работу врача, но ни в коей мере не заменяло ее. Моя жена выздоровела и избежала опасности — и это счастливый конец истории.

Когда вы осознаете, что являетесь частью удивительного процесса исцеления кого-то другого, — это скромный опыт. Вы отдаете себе отчет в том, что у вас лично нет этой силы, более того, вы даже не знаете до конца, что же именно делаете. Это мистический процесс. Но, несмотря на это, он действует!

Я лично знаком с гипнотерапевтом (вернее, чтобы быть более точным, бывшим гипнотерапевтом), чье самомнение выросло до такой степени, что эта женщина начала думать, что сама по себе и есть грандиозный источник мистической силы, являющийся причиной происходящего. С этого момента она потеряла свои способности — на все сто процентов!

Ее самомнение все еще велико, и она так и не осознала того, что не достигла успеха, по моему мнению, даже в одном экстрасенсорном опыте за период более пятнадцати лет. Взамен этого она получает удовольствие, рассказывая о былых заслугах. И очень жаль.

Я подталкиваю вас к тому, чтобы прилагать усилия к экстрасенсорному целительству при каждой возможности и делать это с верой и чувством наивного изумления, которое присуще ребенку. Тогда вы преуспеете в своей деятельности.

Когда вы используете свои экстрасенсорные возможности, чтобы помогать людям, которые больны или ранены, вам иногда требуется взглянуть на их внутренние органы, чтобы увидеть, распознаете ли вы какие-либо отклонения или повреждения.

Когда вы обнаружите отклонение или повреждение, вам захочется экстрасенсорно исправить это. Процесс выполнения данной задачи осуществляется с помощью любви и исцеляющей энергии, направляемой человеку, и это также помогает привести в действие защитные механизмы организма больного.

Помните: вы не должны играть во врача! (Если только, разумеется, вы не врач по профессии.)

Ваша роль в экстрасенсорном целительстве — это усиление результатов лечения, проводимого врачом. Никогда не советуйте человеку делать что-либо противоречащее советам его врача.

Прежде чем выполнять упражнения из этой главы, вы должны получить некоторые сведения о том, из чего

собственно состоит тело человека: о кровеносных сосудах, мышцах, тканях, различных органах (сердце, печень и т. д.), строении тела (скелет), сухожилиях, нервной системе, мозге, клеточном строении и т. д. Если у вас не слишком богатые познания в этой области, возьмите книгу по анатомии в библиотеке. Изучите рисунки и достаточное количество информации, чтобы получить некоторые необходимые для работы знания о строении тела.

Вы можете также просмотреть практикум из предыдущей главы, чтобы увидеть, как я справился с ситуацией с больной собакой Такрой. Это может усилить деятельность вашего собственного креативного сознания, так что вы окажетесь в состоянии исследовать тела любых существ и приводить в порядок все, что вы распознаете как неправильное.

Я не могу в точности сказать вам, как именно выглядят отклонения, потому что все мы по-разному воспринимаем и различаем их. Например, больная почка может выглядеть раздувшейся в представлении одного человека и казаться сморщенной другому. Она может показаться полной впадин, выемок, иметь трещины или быть нездорового цвета. Вы должны быть уверены в собственном интуитивном восприятии этого явления.

Как вы устраняете проблемы, является индивидуальным выбором: частичная замена органа, подобно заплатке, применение универсального, исцеляющего все лекарства. Вы можете использовать творческий подход и возможности собственного созидательного мышления, чтобы определить, как справиться с ситуацией.

Упражнение 17

Экстрасенсорное исследование собственного тела

- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Вызовите мысленно в воображении ваше собственное тело. Изучайте его изнутри с помощью своего экстрасенсо

ного мышления. Посмотрите на все: сердце, печень, желудок, кишечник, половые органы, желчный пузырь, кровеносные сосуды, легкие, нервную систему, мозг, строение костей, мышцы и т. д.

- Используйте столько времени, сколько необходимо; проведите всестороннее обследование.
- Когда вы обнаруживаете отклонения, аномалии, если таковые имеются, исправляйте их, используя свой экстрасенсорный творческий подход.
- По завершении исследования скажите: «Теперь я здоров» — и откройте глаза.

Практикум. Случай № 12 *Спросите высший разум*

Однажды во время исследования тела другого человека в моем экстрасенсорном видении я заметил, что его правый глаз сверкает, как звезда на небосклоне. Это привело меня в недоумение, и я спросил высший разум, что означает этот блеск. Ответ, полученный мною, гласил: человек, тело которого я исследовал, слеп на правый глаз, и он у него искусственный. Позже я обнаружил, что это было правдой.

Я рассказал данную историю для того, чтобы вы знали: все, что вам требуется во время ваших экстрасенсорных процедур, — это просить высший разум помочь вам, когда вы находитесь в недоумении или сбиты с толку.

Когда вы мысленно посылаете кому-либо помощь, вам не требуется говорить им, что вы делаете. В действительности так вы сможете принести большую пользу, потому что тогда человек не будет сознательно противиться вашим усилиям.

Вы можете помочь посторонним людям, незнакомым. Например, вы читаете в газете, что кто-то получил сильные ожоги во время взрыва. Экстрасенсорное проецирование здоровья, исцеления, свободы от излишней боли, смелости, веры, любви и других укрепляющих мыслей — все

это займет несколько минут вашего времени и может существенно изменить жизнь тех, кому вы помогаете.

Вы также окажетесь в выигрыше: во-первых, от сознания того, что вы действовали как надежный и ответственный гражданин Вселенной; во-вторых, потому, что каждый раз, когда вы используете свои экстрасенсорные способности, они становятся более значительными и эффективными.

Совершенствуйте свою деятельность, посылая помощь каждому человеку, который, как вы осознали, нуждается в ней.

СОЗДАНИЕ ЧАШИ ВАШИХ ЭКСТРАСЕНСОРНЫХ ЦЕЛЕЙ

Теперь у вас есть возможность использовать свой основной экстрасенсорный уровень, чтобы ставить цели и достигать их*.

Человеку свойственно простое желание быть любимым другими людьми, нравиться им. Не является необычным и такое, более важное желание, как научиться ходить после получения травмы в результате несчастного случая. У человека может быть огромное количество желаний, от незначительных до самых невероятных.

Некоторые люди достигают огромного успеха в исполнении своих желаний. Другим людям удача то улыбается, то отворачивается от них.

Что же делает одних людей более удачливыми по отношению к другим в достижении их желаний?

Люди, достигшие успеха, меняют свои желания на особые цели и затем программируют высшее сознание приказами достичь этих целей.

Неудачники просто меняют одни желания на другие. Если вы положите на одну ладонь все ваши желания, а на другую — кучу всякого мусора, то последняя наполнится гораздо быстрее. Другими словами, простые желания приводят вас к куче мусора, а не к массе достигнутых целей.

У каждого из нас есть возможность достичь успеха, если мы знаем, как приступить к этому. Все, что надо делать, —

* Большая часть этой главы взята из статьи У. Хьюитта, написанной для журнала «Fate Magazine», и напечатана в этой книге с разрешения этого журнала и издательства «Llewellyn Worldwide, Ltd.»

это эффективно общаться с высшим разумом относительно наших ожиданий по поводу того, чего он в точности поможет нам достичь.

Если вы думаете, что ваша жизнь подчиняется капризам судьбы, над которыми мы не властны, подумайте вновь. Вы создаете свою собственную судьбу тем, что вы делаете или не делаете с вашим экстрасенсорным сознанием.

Вы можете запрограммировать свое высшее сознание незначительными желаниями, и у вас будет засоренная жизнь. Вы можете отказаться запрограммировать свое высшее сознание, и тогда другие запрограммируют его за вас, дав вам не вашу жизнь, а скорее жизнь марионетки, пляшущей под чью-то дудку. Или вы можете выбрать путь полной ответственности за себя и запрограммировать свое экстрасенсорное сознание конструктивным образом, чтобы достичь некоторого успеха и счастья для себя самого.

Выбор остается за вами, и делать его вам. Ваша судьба в ваших руках.

Чтобы вы могли выбрать успех и счастье вместо пребывания в куче мусора, я раскрою сейчас простой, эффективный и отчасти необычный метод программирования своего высшего сознания на достижение полезных целей.

Я называю этот метод «экстрасенсорная чаша целей».

Практикум. Случай № 13

Идея чаши цели

В начале 1970-х годов я взял глубокую чашу из сервиза, окрестил ее экстрасенсорной чашей целей Билла Хьюитта и поместил в верхний ящик комода у моей кровати.

Всякий раз, когда у меня появлялась цель, которой я хотел достичь, я делал запись о ней и ставил дату на маленьком клочке бумаги. Сидя на постели, перед тем как выключить свет, я перечитывал эти записи и мысленно говорил себе самому, что это и есть желание, которого я хочу достичь под руководством экстрасенсорного сознания.

Затем сворачивал бумажку, клал ее в чашу и закрывал ящик. Когда я погружался в сон, то мысленно просматривал цели, чтобы они оставили след в моем сознании. Самой первой целью, которую я поместил в чашу, была «Я хочу усовершенствовать свои врожденные экстрасенсорные способности».

В течение нескольких недель я наполнял чашу множеством целей, многие из которых не были слишком важными. Из-за большого количества целей я забыл большую часть из них и потерял то, на чем фокусировался. Было очевидно, что мне нужен лучший метод. Мое экстрасенсорное сознание начало совершенствоваться и указало мне будущее, где мне надлежит быть.

Следуя указанному экстрасенсорным сознанием, я вынул все записки с целями из чаши и положил обратно всего одну. Цель была такая: «Я хочу найти эффективный метод ставить значимые цели для программирования моего высшего сознания, что позволит мне оставаться сосредоточенным, чтобы обеспечить успех».

Идея сверкнула в моем сознании как молния два дня спустя, когда я погружался в сон. Я немедленно применил ее на практике и успешно использую с тех самых пор. Я все еще называю этот метод экстрасенсорной чашей целей, хотя в этой чаше уже нет записок с различными целями. Это и есть способ, который я предлагаю на ваше рассмотрение как экстрасенсорный механизм программирования вашего высшего сознания на достижения целей.

Вначале я взял лист писчей бумаги и нарисовал самый большой круг, какой сумел. Я разделил круг на восемь секторов, подобно нарезанному пирогу, как показано на рис. 1.

Я включил в данный рисунок восемь примеров целей, по одному в каждом из секторов круга. Это не мои личные желания, а просто примеры для иллюстрации идеи экстрасенсорной чаши целей. С этого момента просто рассматривайте рис. 1 как механизм, благодаря которому вы сможете эффективно взаимодействовать с вашим высшим сознанием.

Отметьте несколько бросающихся в глаза черт чаши целей. Наверху напишите ваше имя, дату создания круга и два утверждения, которые вы должны «положить в чашу»: «Без вреда для кого бы то ни было» и «Из бесконечного источника». Это крайне важно.

*Из бесконечного источника
Без вреда для кого бы то ни было
Чаша целей (ваше имя)
(дата)*

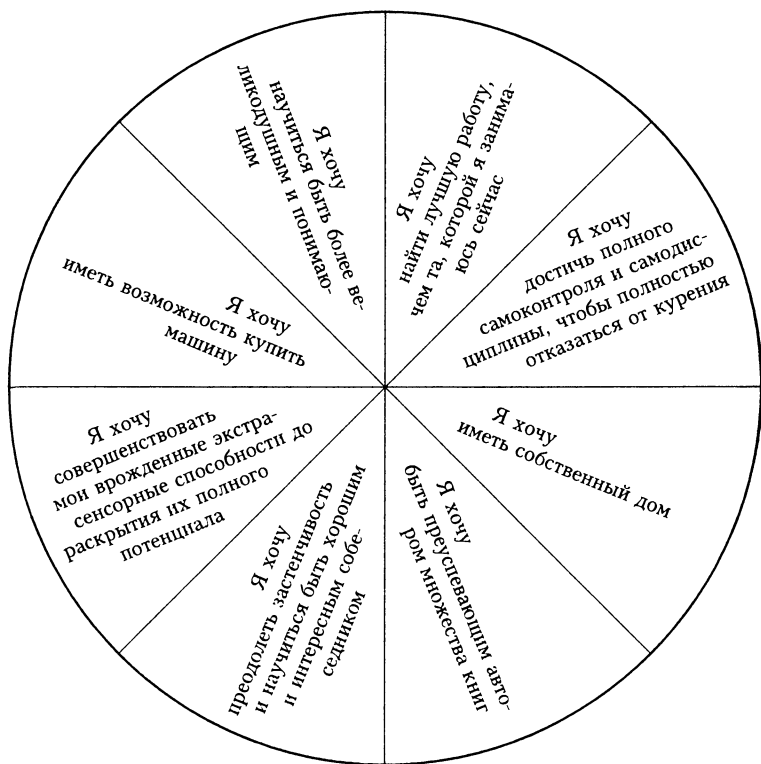


Рис. 1. Пример экстрасенсорной чаши целей

Утверждение «Без вреда для кого бы то ни было» означает, что вы не хотите достичь цели, если это способно причинить кому-либо вред. Достижение цели в данном случае может послужить причиной того, что вы подвергнетесь действию отрицательной кармы, с которой лучше не иметь дела. Позвольте мне рассказать историю, иллюстрирующую эту точку зрения.

Практикум. Случай № 14
Неправильно сформулированная цель

Несколько лет назад молодой человек залез в долги на сумму в десять тысяч долларов из-за азартных игр с некими преступными личностями. У него не было таких денег, и преступники назначили ему крайний срок для уплаты долга, после которого его должны были убить, в случае если он не заплатит.

Находясь в состоянии отчаяния, молодой человек молился день и ночь. Он медитировал, умолял свой высший разум. Его молитвы и мольбы состояли из слов: «Мне немедленно, до истечения крайнего срока выплаты долга, нужны десять тысяч долларов. Пожалуйста, дай мне возможность получить их». И это было все. Парень повторял эту фразу про себя и вслух сотни раз, программируя свой разум на нахождение способа быстрого получения десяти тысяч долларов.

Несколько дней спустя этот человек достиг своей цели. Он попал в автомобильную катастрофу и потерял руку и ногу. По страховому полису ему выплатили за каждую потерянную конечность по пять тысяч долларов. Да, молодой человек получил свои десять тысяч долларов, но цена, которую он лично заплатил за это, была очень высокой.

Ему нужно было при своем целевом программировании добавить: «Без вреда для кого бы то ни было». Мораль такова: будьте осторожны, когда вы просите, потому что можете получить это; будьте разумны; добавляйте утверждение «Без вреда для кого бы то ни было» ко всем вашим целям.

В утверждении «Из бесконечного источника» признается, что есть сила и интеллект больший, чем ваш, как индивидуума, и что вы смиряете себя самого перед этой силой и интеллектом, прежде чем вы попросите помочь вам в достижении целей.

Ваша чаша целей может содержать не только слова, но и фотографии. Можете, например, включить в нее фотографию дома или машины, которые вам нужны.

Чаша целей может содержать только фотографии, или только слова, или сочетание нарисованных эскизов, фотографий и слов. Сообщайте ваши цели высшему разуму тем способом, который вы найдете наиболее действенным. Достаточно часто фотография в сочетании со словами помогает сильнее сконцентрироваться на цели. Я рекомендую использовать так много фотографий, как это возможно.

Вам не обязательно иметь восемь сегментов в вашем круге, как показано на рис. 1. У вас может быть круг только с одной-единственной целью или разделенный пополам. Вы можете включить такое большое количество сегментов, как вам захочется, но не обязательно заполнять их все во время создания круга. Впоследствии вы можете добавить большее количество целей.

Во-первых, уделите серьезное внимание одной или нескольким целям, которых вы действительно хотите достичь. Они могут быть как рассчитанными на долгий срок, так и кратковременными. Важным является то, что в глубине сердца вы хотите их претворения в жизнь и верите в то, что они будут выгодны для вас и безвредны для других. Попробуйте не быть банальными или легкомысленными в своих размышлениях.

Упражнение 18

Создание вашей чаши целей

- ♦ Определив для себя цели, нарисуйте диаграмму, схожую с рис. 1. Если можете найти фотографии (или нарисовать картинку) вашей цели, поместите ее в один из сегментов

круга, присовокупив несколько слов о том, чего в точности вы хотите. Будьте конкретны, насколько это возможно.

- ♦ После заполнения целевых секторов просмотрите их, перечитайте написанное. Закрепите все в памяти.
 - ♦ Закройте глаза, опуститесь на свой основной экстрасенсорный уровень и визуализируйте вашу цель.
 - ♦ Произнесите ее вслух. Например: «Я хочу стать менеджером отдела на работе» или «Я хочу иметь новый джип “че-роки”».
 - ♦ Откройте глаза и заполните следующий целевой сегмент, используя ту же процедуру, какая описана выше.
 - ♦ Повторяйте вышеуказанные шаги для каждой из целей по кругу до тех пор, пока вы не заполните столько сегментов, сколько пожелаете.
 - ♦ Заполнив столько секторов чаши целей, сколько вы хотите, перечитайте все вслух, начиная с названия, даты, фраз «Без вреда для кого бы то ни было», «Из бесконечного источника» и продолжите чтение каждой цели по кругу.
 - ♦ После проверки полной чаши целей закройте глаза, выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень и скажите вслух: «Цели в моем круге целей являются тем, что я хочу, и я направляю мое высшее сознание на то, чтобы эти цели стали реальностью».
 - ♦ Поместите этот круг целей в надежное место — такое, как ваш личный ящик.
 - ♦ В течение первых тридцати дней после создания вашего круга целей просматривайте их хотя бы раз в день, как описано выше. Кроме того, можете выходить для этого на свой основной экстрасенсорный уровень с открытыми глазами, если хотите (вы научились делать это в упражнении 10).
- (Примеч.: Вы можете проверять ваш круг целей так часто, как хотите, но в течение первых тридцати дней это необходимо делать хотя бы раз в день.)
- ♦ После первых тридцати дней в течение последующих двенадцати месяцев проверяйте ваш круг целей, как описано выше, хотя бы раз в месяц.

- ♦ По истечении года проверяйте ваш круг целей хотя бы дважды в год. Чем чаще вы проверяете ваш круг целей тем более сильно вы укрепляете программирование своего высшего разума.

Вы обнаружите, что ваше экстрасенсорное сознание начнет указывать вам те направления, которые дадут возможности для достижения ваших целей. Иногда ваше экстрасенсорное сознание будет действовать столь незаметно, что вы обнаружите его работу только после достижения цели. В других случаях направления деятельности вашего экстрасенсорного сознания будут так же очевидны, как раскаты грома. Не надо задумываться над тем, как вами управляет экстрасенсорный разум. Довольствуйтесь знанием того, что он работает так, как надо.

Когда вы обнаружите, что достигли цели, напишите «спасибо» и дайте любые комментарии, какие хотите, в этом сегменте своей экстрасенсорной чаши целей. Я рекомендую добавить дату этой записи для последующих справок.

Возможно, ваше мнение о цели изменится. Это нормально. Если вы хотите отказаться от какой-либо цели, напишите «отмена» поперек соответствующего сектора в вашем круге целей и запечатлейте это в сознании, как описано выше. Вы можете также поставить дату записи и написать причину отказа от этой цели.

Одно предостережение: если вы обнаружите, что часто отказываетесь от каких-то целей, это знак того, что вы не обдумываете их серьезно, прежде чем положить в экстрасенсорную чашу целей. Также это может означать, что экстрасенсорное сознание не воспринимает ваши цели всерьез, потому что вы часто меняете свои приоритеты. Если подобное происходит, ваше сознание отключается и перестает реагировать на любые запросы. Это серьезное дело, так что относитесь к нему соответственно. Редкие отмены или изменения в вашей экстрасенсорной чаше целей не будут вызывать никаких проблем.

Вы можете модифицировать цель. Например, изменить цель «Закончить колледж» на «Закончить техникум по спе

циальности чертежник-конструктор». В таком случае просто запишите изменение и запечатлейте это в своем сознании, как это описано выше.

Вы можете добавлять цели, когда захотите. Используйте дополнительную диаграмму чаши целей, если вам понадобится больше места. Я записываю не больше восьми важных целей одновременно, добавляя новую цель только тогда, когда достигнута одна из старых, но это мой личный выбор. Делайте так, как сочтете наиболее подходящим для вас. Это ваша экстрасенсорная чаша целей, поэтому вырабатывайте правила, которые вам покажутся лучшими именно для вас.

Практикум. Случай № 15 *Одна из моих целей*

В чаше целей, которую я сделал в начале 1970-х годов, я нарисовал эскизы нескольких книг. На книгах стояло мое имя, но не было названий. Я написал: «Хочу стать успешным профессиональным писателем». К тому времени я еще не опубликовал ни одной книги, и у меня не было ее мысленного образа.

В течение двух месяцев неожиданно произошли события, которые изменили течение моей жизни. Последствия этих событий охватили несколько лет и привели меня к написанию книги под названием «Мечты. Твой путь к успеху» (позднее переименованной в «Гипноз»). Сейчас из-под моего пера вышли уже шесть удачных книг (считая и эту) и несколько брошюр, и я все еще продолжаю писать. Все, что я делал, — это следовал описанной в данной главе процедуре экстрасенсорной чаши целей.

Использование чаши целей — это не фокус-покус. Чтобы стать писателем, мне пришлось учиться тому, как надо писать. Я должен был учиться, готовиться самостоятельно. Это все было частью того направления, в котором мое экстрасенсорное сознание приказывало мне следовать. Из ничего ничего не бывает.

Если вы хотите выиграть в игровом автомате, вы сначала должны опустить в него монету. Но не ждите того, что чаша целей поможет вам достичь цели безо всяких усилий с вашей стороны. На самом деле вы можете только ожидать, что ваша чаша целей (высшее, экстрасенсорное сознание) направит вас на выполнение действий, результатом которых и станет достижение поставленной цели. Не ждите манны небесной, но если вы на самом деле получаете что-то просто так испытывайте благодарность и чувствуйте, что вы находитесь в привилегированном положении, потому что это встречается редко.

Практикум. Случай № 16 *Экстрасенсорная цель Томаса Эдисона*

У Томаса Эдисона была цель — создание электрической лампочки. Каждый день, каждую минуту он сосредоточенно концентрировал свое сознание на этой цели. Сознание направляло его на проведение более чем девяти тысяч экспериментов, прежде чем он нашел решение проблемы: вольфрамовая нить накаливания в вакууме, заключенная в стеклянную колбу. Эдисон осветил весь мир.

Возможно, вам и не придется добиваться цели, сделав более девяти тысяч попыток, но все равно необходимо внушать своему сознанию поставленную цель и двигаться в том направлении, которое оно вам подсказывает.

Вы можете попробовать то, что иногда делаю я. За десять центов отпечатываю в расположенном рядом магазинчике уменьшенную копию моей чаши целей. Я уменьшаю ее примерно на двадцать пять процентов от первоначального размера. Текст разборчив, копия остается читабельной, и она достаточно мала для того, чтобы ее сложить и носить с собой в бумажнике или кармане. Таким образом, она всегда при мне, чтобы я мог просмотреть ее в любое время.

Например, в ожидании приема (у врача, дантиста и т. п.) я могу достать маленькую копию моей чаши целей и просмо

реть ее, чтобы заново повторить экстрасенсорное программирование. Я много путешествую и просматриваю мою чашу целей в самолете, в отеле и т. д. Если вы хотите преуспеть и достичь многого, используйте каждую возможность программировать ваше сознание для достижения целей.

Концепция этой чаши целей работает, и она не дает скатиться в кучу с мусорными отходами.

ЯСНОВИДЕНИЕ

Почти все составляющие экстрасенсорной работы включают в себя ясновидение.

Ясновидение — способность воспринимать окружающее за пределами естественного диапазона человеческих чувств. Это обостренная подсознательная интуиция или восприимчивость.

Предсказание — предвидение будущего. Это пророчество. Предсказания входят в ясновидение, поэтому и обсуждаются в этой главе как его часть. Ясновидение в его самой примитивной форме — это всего лишь мощное чувство того, что кое-что происходит, или не происходит, или может произойти. Возможно, что именно ясновидение позволило первобытным людям выжить. Поскольку человечество шло по пути прогресса и люди учились говорить, писать и рисовать, они стали меньше зависеть от их врожденной способности к ясновидению и больше основываться на вновь открытых навыках общения.

В наши дни средства связи настолько лишены простоты естественности, законы, регулирующие жизнь в современном обществе, и обычаи столь условны, что очень немногие люди уделяют внимание врожденной способности к ясновидению. Мы думаем, что лишь немногие избранные обладают возможностью предвидеть события. Правда же заключается в том, что мы все наделены способностью к ясновидению в той или иной степени, но загнали ее глубоко внутрь из-за недостаточного частого использования, страха подвергнуться насмешкам и по незнанию.

У всех нас время от времени срабатывает интуиция и предчувствия, но они только верхушка айсберга ясновидения, которое было преобладающим из чувств на заре человечества.

Сейчас люди не придают значения предчувствиям. Каждый раз, когда вы игнорируете интуицию, вы тем самым сообщаете высшему разуму: «Я не хочу обладать даром ясновидения». Со временем вы загоняете ваше природное ясновидение так глубоко, что его можно восстановить с большим трудом.

Лично я верю, что ясновидение является наиболее важной экстрасенсорной способностью и что природа наделяет им каждого человека.

Ниже приводится случай ясновидения и предсказания.

Практикум. Случай № 17 ***Локомотив***

Не все экстрасенсорные опыты выражаются достаточно конкретно. Многие из них представляют собой всего лишь сильные переживания и предчувствия относительно чего-либо.

В 1964 году мы с женой и тремя маленькими детьми жили в небольшом городке в северной части штата Нью-Йорк. Центром жизни города была местная организация ветеранов зарубежных войн, которая была очень деятельной. Она приобрела старый локомотив и отреставрировала его для использования во время парадов. На локомотив установили бензиновый двигатель, поставили тяжелые рабочие грузовые шины и переделали угольный тендер, оборудовав его сиденьями для пассажиров. Официальный машинист (я буду называть его Нельсон) был нашим другом.

Однажды Нельсон остановил локомотив перед нашим домом. В вагоне находилась его жена и еще одна супружеская пара, с которой мы были шапочно знакомы. Он хотел, чтобы мы поднялись в вагон и вместе с ними отправились на веселую прогулку. Моя жена и дети были в восторге, когда я помогал им забраться в поезд.

Как только я начал подниматься по ступенькам вагона, мною овладело сильное мрачное предчувствие. Я знал, что произойдет несчастный случай.

Я быстро спустился с поезда на землю. Моя жена и дети от казались сделать то же самое. Все подшучивали надо мной, говоря, что я некомпанейский человек. И они двинулись в путь.

К тому времени, когда я вывел машину из гаража, локомотив исчез за холмом. Я последовал за ним. На первом же повороте я догнал его. Локомотив съехал в канаву, при этом сбив телефонный столб. У сидящей рядом с моей женой женщины сильно кровоточила рана на голове. Очевидно, она была нанесена обломком телефонного столба. К счастью, никто больше не пострадал.

Я повез пострадавшую женщину в больницу, чтобы ей оказали медицинскую помощь, и помог всем остальным добраться до ее дома для участия в импровизированной вечеринке. Ее ранение не имело слишком тяжелых последствий, она позже присоединилась ко всем. В конечном счете этот случай не был серьезным.

Но тогда почему я получил экстрасенсорное предупреждение? Вероятно, чтобы защитить себя. Наверняка если бы я ехал в этом поезде, то сидел бы на месте пострадавшей женщины, рядом с женой. Следовательно, вероятнее всего был бы ранен. Когда я размышляю о жизни, то могу насчитать множество случаев, когда меня защитили или экстрасенсорный опыт, или необычные обстоятельства. Я не хочу растолковывать вам все эти случаи. Вышеприведенный весьма хорошо описывает тонкий вид экстрасенсорного полезного опыта. Кажется, высший разум делает свою работу превосходно, заботясь обо мне. Для вас будет подспорьем, если вы позволите своему высшему сознанию поступать так же.

Во многих других примерах в книге есть элементы ясновидения. Например, если вы хотите осуществить экстрасенсорное исцеление, то у вас больше шансов, если вы ясновидящий. Мысленная телепатия идет рука об руку с ясновидением; иногда граница между ясновидением и телепатией становится нечеткой.

Если вы хотите стать прекрасным ясновидящим, есть кое-что, что вы должны делать все время на все сто процентов: обращайтесь внимание на ваши предчувствия и ощущения.

Каждый раз вы, когда они у вас возникают, говорите вашему сознанию: «Я хочу быть ясновидящим».

Одним из доставляющих удовольствие способов развивать способности ясновидения является чтение чайных листьев. Это довольно просто и очень забавно*. Вот как я начинал. Когда я был ребенком, моя мать, одаренный экстрасенс, была известна в нашем городке как толковательница чайных листьев. Когда мне было одиннадцать лет, она научила меня, как читать чайные листья. Чтение чайных листьев поможет выявить и углубить любые природные способности ясновидения, которыми вы обладаете.

Когда-нибудь в будущем вы разовьете свою способность ясновидения, используя техники, описанные в этой книге, и обнаружите, что для этого вам нужно только расслабиться и сосредоточить сознание на желании получить информацию — и вы ее получите. Знание легко воляется в ваше сознание. Предчувствия будут следовать одно за другим, и в большом количестве. У ясновидения есть и обратная сторона, и я хотел бы рассказать вам о ней, чтобы вы были в состоянии справиться с этим. Недостаток ясновидения заключается в том, что вы станете узнавать больше, чем бы вам хотелось знать.

Это случилось со мной в начале или середине 1970-х годов. Я работал профессиональным гипнотерапевтом и стал настолько проницательным, что начал узнавать о людях такие вещи, которые просто не имел права и не хотел знать. Это тяжелая ноша, которую приходилось нести.

Как-то, оставшись один, я, используя техники самогипноза, перепрограммировал свое сознание таким образом, чтобы мое ясновидение работало только в случае необходимости. Таким образом, если кто-нибудь спрашивал меня, что произошло с пропавшей собакой, я воспринимал только нужные для ответа сведения, а не получал автоматически всю информацию о сексуальной жизни данного человека или о том, что он крадет деньги у своего работодателя.

* Моя книга «Чтение чайных листьев» («Llewellyn Publications») учит вас этому с помощью пошаговой инструкции

Возможно, вы не будете ощущать себя отягощенным знанием всего этого, но я ощущал себя именно так. С тех пор как я перепрограммировал свое сознание, я чувствую себя значительно лучше в отношении использования ясновидения.

Я всегда получаю спонтанные впечатления ясновидения, когда знание чего-либо является для меня полезным. Ниже я привожу несколько примеров, произошедших недавно.

1. Механик пытался вытянуть из меня лишние деньги, говоря, что моей машине нужен новый генератор переменного тока. Он сказал, что может заменить его за сто шестьдесят долларов. Мое сознание возопило: «Нет, он обманывает!». Я просто сказал, что мне надо подумать об этом. Затем я побывал в другом автосервисе, где мне сказали, что с генератором в моей машине все в порядке, но кто-то отключил регулятор напряжения (потенциометр), что могло создать впечатление наличия дефекта в генераторе переменного тока. Я послушался своего сознания и сэкономил сто шестьдесят долларов.
2. Во время посещения компании, с которой меня связывали финансовые взаимоотношения, я встретился с полным штатом служащих. Двое из встреченных мною людей, менеджер по продажам и другой ведущий специалист, вызвали у меня сильное отрицательное впечатление, когда я пожимал им руки. Я тотчас почувствовал, что они некомпетентны и вредят компании. У меня не было твердых доказательств, только сильное убеждение, возникшее с помощью ясновидения. Я знал, что прав, но, разумеется, мне приходилось держать рот на замке. Все, что я мог, — это вести себя с ними осмотрительно. Прошло еще много месяцев прежде чем компания осознала проблемы, связанные с этими двумя сотрудниками, и рассталась с ними. К сожалению, они стали причиной серьезных финансовых проблем прежде, чем это было обнаружено.
3. Однажды мое сознание направило меня к одному не-обычному торговцу автомобилями, который в один и

дней продавал автомобили по очень выгодной цене. Я совершил покупку и сэкономил семь тысяч долларов. Две недели спустя этот торговец неожиданно закрыл двери своего магазина навсегда.

Мне так часто доводилось оказываться в нужное время в нужном месте, что я стал воспринимать это как нормальное событие. Мое сознание говорит о вещах, о которых я не мог бы узнать обычным путем, и я слушаю его. Это и есть ясновидение.

Ниже приводятся четыре упражнения для обострения и тестирования вашего ясновидения и навыков предсказания. Вы тестируете свои навыки, в то время как делаете упражнения, поэтому результаты будут время от времени меняться. Эти упражнения также станут способствовать усилению ваших экстрасенсорных способностей каждый раз, когда вы будете их делать.

Упражнение 19

Предсказание по словарю

- ♦ Возьмите словарь и держите его по вашему выбору на коленях или на столе перед собой.
- ♦ Закройте глаза и выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Держа глаза закрытыми, задайте вслух любой вопрос, на который вы хотели бы получить ответ.
- ♦ Затем, все еще с закрытыми глазами, быстро перелистывайте страницы словаря до тех пор, пока вам не покажется, что вы достигли того места, где может быть ответ, который вы ищете. Вам может понадобиться перелистать книгу несколько раз из конца в конец, прежде чем вы почувствуете, что достигли того места, где может быть найден ответ на ваш вопрос. В тот момент, когда это произойдет, перестаньте перелистывать страницы и поставьте свой палец куда-нибудь на любую из двух открытых страниц. Выберите то место, которое вам покажется подходящим.
- ♦ Продолжая держать палец на выбранном месте страницы, откройте глаза и прочтите определение слова, на которое

указывает ваш палец. В контексте определения и будет ответ или ключ к ответу на ваш вопрос.

Приведу пример. Предположим, вы спрашиваете: «Какое будущее ждет меня как профессионального писателя?».

Вы перелистываете страницы книги и останавливаете палец на каком-то слове. Когда вы открываете глаза, ваш палец указывает на словосочетание «незначительный доход».

Одно из его определений согласно словарю — это «скудная оплата, недостаточное вознаграждение». Итак, становится понятным, что ответ таков: если вы решите стать писателем, то будете получать очень мало денег за свой труд.

Попробуйте предсказание по словарю несколько раз. Это хорошая экстрасенсорная практика, и вы можете получить ценную информацию.

Я предлагаю вам вести журнал учета ваших вопросов и последующих ответов согласно словарю для будущих справок для прослеживания своей жизни. Одной из причин этого является то, что вы можете не понять ответа сразу, но когда в вашей жизни произойдут некие события, то осознаете, насколько верны были предсказания по словарю. Такой журнал учета является хорошим экстрасенсорным инструментом.

Упражнение 20

Предсказание с помощью маятника

Предварительная подготовка:

- Сделайте себе маятник. Используйте нить или светлый шнурок длиной около 25 сантиметров и повесьте груз на один конец шнура; маленький металлический болт или гайка будут в самый раз. Вам нужен такой груз, чтобы маятник мог свободно качаться, но он не должен быть настолько тяжелым, чтобы ему потребовался ветер скоростью 64 километра в час, чтобы он начал раскачиваться.
- Далее нарисуйте схему на листе писчей бумаги (подобную рис. 2).

- Положите лист бумаги на стол и держите ваш маятник за конец нити так, чтобы груз свисал свободно, но не касался точки пересечения двух линий.

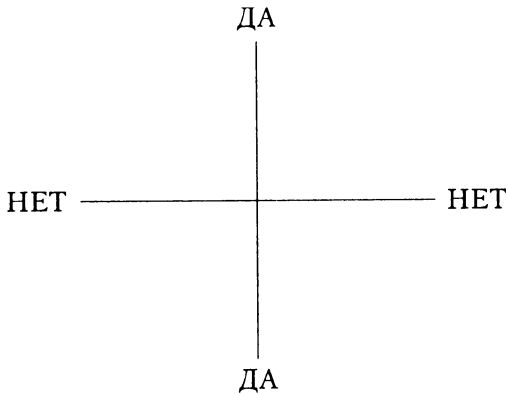


Рис. 2. Схема маятника

- Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень с открытыми глазами.
- Осознанно вызовите раскачивание маятника в направлении слов «да».
- Произнесите вслух: «Это направление, в котором я хочу, чтобы раскачивался маятник, когда правильный ответ на любой мой вопрос будет “да”».
- Затем осознанно вызовите раскачивание маятника в направлении слов «нет».
- Громко произнесите: «Вот то направление, в котором я хочу, чтобы маятник качался, когда правильный ответ на любой вопрос, который я задам, будет “нет”».

Упражнение на предсказание:

- Основание маятника должно быть неподвижно. Держите конец нитки, не двигая рукой.

- ♦ Задайте вслух любой вопрос, на который можно получить ответ или «да», или «нет». Продолжайте держать нитку по возможности неподвижно. Вскоре маятник начнет раскачиваться сам по себе, если вы даже не двигаете рукой.
- ♦ Если маятник движется в направлении линии, на концах которой находятся слова «да», ответ на ваш вопрос положительный. Если же он раскачивается в направлении линии со словами «нет» на концах, ответ на ваш вопрос отрицательный.
- ♦ Если маятник качается по кругу, ответ на ваш вопрос в настоящее время не может быть получен, потому что мировое сознание останавливает вас или вы задали слишком сложный вопрос и ответ не исчерпывается просто двумя словами «да» или «нет».

Предположим, вы спрашиваете: «Будет ли для меня выгодной смена профессии, если я приму предложение о работе?». Вы получите четкий ответ «да» или «нет».

Допустим, однако, вы спрашиваете: «Следует ли мне принять предложение от «Арех Согр» о работе на временной основе, пока я ищу что-нибудь получше, или мне нужно продолжать усердно работать на моем теперешнем месте?». Маятник начнет вращаться по кругу, потому что на этот вопрос невозможно ответить просто «да» или «нет».

Предсказание с помощью маятника нетрудное и может принести удовольствие, кроме того, вы удивитесь тому, чему научитесь. Ваше экстрасенсорное сознание, конечно, задействовано в этом упражнении на предсказание.

Вы можете сохранить журнал учета задаваемых вопросов, дат, ответов маятника и затем отметить в нем, что в действительности происходило в вашей жизни.

Упражнение 21

Гадание на картах по цвету

Предварительная подготовка:

- ♦ Приобретите колоду обычных игральных карт. В каждой колоде находится по 26 карт разных мастей либо красного, либо черного цвета.
- ♦ Перетасуйте колоду карт и положите ее на стол рубашкой вверх.

Упражнение на картах/по цвету:

- ♦ С открытыми глазами выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Запишите на бумаге, какого цвета, по вашему мнению, верхняя карта. Затем переверните ее, чтобы увидеть, не ошиблись ли вы. Делайте пометки на бумаге каждый раз, когда вы угадываете.

Таким методом проверьте всю колоду из 52 карт и затем подытожьте результаты, проверив счет, чтобы узнать, как часто вы угадывали.

Если у вас получилось больше 26 правильных ответов, вы показали экстрасенсорные способности; чем больше угаданных по цвету карт, тем выше показания экстрасенсорной чувствительности.

Я рекомендую делать это упражнение четыре раза в течение одного сеанса, чтобы получить более точную картину того, какого уровня экстрасенсорные способности вы показываете.

Обычно, когда я делаю это в первый раз, то могу угадать 28 карт, во второй раз — около 35, в третий — 32, а в четвертый — только 18, так как моему мозгу это надоедает.

Упражнение 22

Гадание на картах по мастям

Предварительная подготовка:

- ♦ Вы сейчас собираетесь применить ваше экстрасенсорное чувство для предсказания масти карт, используя обыч-

ную колоду из 52 игральных карт. Каждая колода содержит карты, объединенные четырьмя символами: черви, пики, бубны и трефы.

- ♦ Перетасуйте колоду и положите ее на столе перед вами рубашкой вверх.

Упражнение на предсказание масти карт:

- ♦ С открытыми глазами выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Напишите на бумаге, какой масти, по вашему мнению, верхняя в колоде карта.
- ♦ Затем переверните ее, чтобы увидеть, не ошиблись ли вы.

Таким методом проверьте всю колоду, беря по одной карте каждый раз и предсказывая, какой масти эта карта, и затем делайте пометки на бумаге, угадали вы или нет.

В конце подсчитайте свои правильные ответы. Если у вас получилось больше 13 правильных отметок, вы показали точное экстрасенсорное считывание.

Я рекомендую проводить подобное упражнение четыре раза в течение одного сеанса, чтобы получить более точную картину того, насколько хорошо действует ваше экстрасенсорное восприятие.

ТЕЛЕПАТИЯ

Телепатия — общение посредством способов, отличных от чувств, — таких, как применение мистических сил.

Используя мистические силы, можно защитить то, что находится у кого-нибудь в мыслях. Чтение мыслей является частью телепатии, и мы говорим об этом именно в данном контексте.

Телепатия — это акт мысленного получения информации от чьего-либо сознания или отправки информации чьему-либо разуму.

Телепатия может быть спонтанной или обдуманной. Возможно, ваш муж (или жена) упал дома с лестницы, получил травму и не может двигаться. Он (или она) зовет: «Помоги мне!» — как про себя, мысленно, так и вслух. На работе вы слышите этот призыв, он отзывается в вашем сознании; вы знаете, что что-то случилось, мчитесь домой и оказываетесь в состоянии оказать помощь. Это пример спонтанной телепатии. Ваш мозг необъяснимым образом осуществил связь. Такие вещи происходят во всем мире каждый день. Обдуманная, осознанная телепатия совершается, когда вы и другой человек сознательно передаете друг другу мысленные сообщения.

Вы можете тренировать свой мозг, занимаясь с кем-либо и используя колоду карт.

Упражнение 23

Занятие по телепатии

- ♦ Чтобы обучиться телепатии, один человек (отправитель) смотрит на лицевую сторону карты и концентрируется, мысленно посылая ее изображению другому человеку (получателю).

- ♦ Получатель записывает полученное сообщение.
- ♦ В конце сеанса отправитель просматривает колоду от начала до конца, и получатель сравнивает свои записи с пометками отправителя для того, чтобы определить, насколько точно изображения были переданы от одного к другому.
- ♦ Затем два человека меняются ролями, так что каждый из них имеет шанс мысленно получать и отправлять информацию.

После приблизительно трех просмотров колоды обычно наступает спад умственной деятельности, и здесь уместно сделать перерыв.

Одни люди лучше отправляют сведения, чем принимают а другие наоборот. Некоторые являются в равной степени специалистами и в получении, и в отправке мысленной информации.

Можно также попробовать потренироваться в передаче мыслей на большое расстояние. Например, вы и ваш друг можете договориться проводить упражнение в определенное время каждый у себя дома вне зависимости от того, насколько далеко вы находитесь друг от друга. Один из вас будет мысленно посылать картинку в течение пяти минут. Затем другой будет пять минут передавать картинку. Сравните результат чтобы понять, насколько вы преуспеваете в телепатии. Если вы находитесь в различных временных поясах, обязательно учтите это при согласовании времени для упражнений.

Предположим, ваш друг концентрируется на конском каштане, и вы получаете представление о большом коричневом животном, но ничего более конкретного. Считайте это удачной попыткой, ведь вы уловили ценные сведения, даже если и не извлекли всей информации. Усердно тренируясь, вы улучшаете свою способность воспринимать детали передаваемого.

Вы можете изобрести множество мысленных упражнений для развития своих телепатических способностей. Исполняйте воображение.

Телепатия, как и ясновидение, играет значительную роль в экстрасенсорной деятельности, и многие случаи из практики приведенные в данной книге, содержат элементы телепатии.

ПСИХОМЕТРИЯ

Психометрия в основном представляет собой прикладное ясновидение, инициированное чувством осязания. Другими словами, это способность воспринимать информацию, исходящую от объектов, при физическом контакте с ними.

Чтобы научиться этому искусству, выберите один или несколько предметов. Когда вы возьмете один из них или коснетесь его, измените обычное состояние вашего сознания, опустившись на свой основной экстрасенсорный уровень, и попытайтесь получить исходящую от предмета информацию.

Психометрия — большое искусство, и она требует времени на свое развитие.

Ниже вы найдете информацию о том, как тренировать свои психометрические способности, используя стандартную колоду карт.

Упражнение 24

Психометрическая настройка

Настройка:

- ♦ Положите перед собой колоду и возьмите одну карту сверху.
- ♦ С открытыми глазами выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Посмотрите на карту, чтобы узнать, какого она цвета. Почувствуйте карту. Повторите вслух и про себя, мысленно, какого она цвета.

- ♦ Закройте глаза и представляйте цвет карты, пока вы пальцами трогаете лицевую сторону карты.
- ♦ Скажите вслух или мысленно (по желанию): «Вот так ощущается цвет (назовите его) карты, и я узнаю этот цвет (название цвета), когда бы в будущем я ни почувствовал его, прикасаясь к карте».
- ♦ Таким методом проверьте всю колоду карт.
- ♦ После тренировки с обычной колодой можно сказать, что вы теперь настроились на красный и черный цвета.
- ♦ Если у вас есть колода карт с точками или символами различных цветов, используйте сходную процедуру настройки. Преимуществом такой колоды карт является то, что вы настраиваетесь не на два, а на большее количество цветов.
- ♦ Если вы хотите выполнить более трудное задание с помощью обычной колоды игральных карт, скажите себе что-нибудь, подобное следующей фразе: «Вот как выглядит королева пик, и я узнаю с помощью прикосновения и черный цвет, и обозначение пик, и изображение королевы, когда бы я ни столкнулся с ними в будущем». Продолжайте делать то же самое со всей оставшейся частью колоды.

Тестирование:

- ♦ Когда вы готовы проверить самого себя, перетасуйте карты и положите их рубашкой вверх.
- ♦ С открытыми глазами выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Берите по одной карте. Держите и старайтесь почувствовать, что на ней отпечатано, не переворачивая карты.
- ♦ Запишите свое впечатление.
- ♦ Проверьте, правы ли вы.

Подсчитайте свои удачные попытки, при этом счет будет показателем того, насколько хорошо вы справились с поставленной задачей.

Это упражнение по настройке очень важно, и пусть вас не смущает, если счет будет маленьким. Такой результат вовсе не означает, что вы никогда не достигнете успехов в психометрии. Я гораздо лучше действую в условиях реальной ситуации, чем во время тренировок по настройке. Полагаю, что мой мозг рассматривает реальный случай как более важный, чем выполненные упражнения, и поэтому функционирует с более высоким результатом в то время, когда это действительно имеет значение.

После того как вы завершите упражнение по настройке, вы можете начать упражняться на реальных объектах. Можно начать со старых предметов или с тех, которыми много пользовались и с которыми имели дело знакомые вам люди. Это могут быть наручные часы вашей матери или карманный нож отца.

Вы будете чувствовать вещи, владельца которых знаете. Так как вам уже известно, что ваша мать добра, любит вас и она хорошо готовит, вы думаете об этом, когда держите ее часы. Это активизация, «очувствление» вашего экстрасенсорного сознания, чтобы связать то, что, как вы знаете, является правдой, с тонкими энергиями, которые вы ощущаете посредством своих рук.

Продолжайте практиковаться с другими объектами таким же образом. Всегда держите сознание открытым для новой информации. Постепенно от вещей, принадлежащих знакомым вам людям, переходите к тем, о владельцах которых вам ничего не известно.

Если вы найдете на улице монету или вещь, попробуйте получить информацию об этом предмете, просто держа его в руках. Посмотрите, что вы сможете прочесть (почувствовать) на стенах или мебелировке в зданиях.

Если у вас есть возможность посетить настоящий дом с привидениями, используйте ее. Энергии, которые вы можете уловить, прикасаясь к стенам и другим вещам, способны внушать благоговейный ужас.

Ключ к осуществлению успешной психометрии состоит в том, чтобы продолжать заниматься этим. Практика вместе с внутренней способностью и является ключом к успеху.

История следующего случая началась с использования психометрии, но она также иллюстрирует опыты мысленного воображения, телепатии, общения с бестелесными объектами и, возможно, еще некоторые другие явления. Но в первую очередь это прекрасные примеры психометрии.

Практикум. Случай № 18
Расследование убийства

Я сознательно не говорю ничего конкретного об именах, датах, поле (я ссылаюсь на жертву безотносительно пола) и некоторых других физических деталях, чтобы имена лиц, вовлеченных в данное расследование, остались тайной. Я намерен защитить их от беспокойства и трудностей. Но я не сказал никаких фактов.

Этот случай показывает, как вы можете собрать воедино множество экстрасенсорных возможностей для решения практической проблемы.

Я читал целый ряд лекций по вопросам экстрасенсорики. Как-то после лекции ко мне подошла одна из женщин, находившихся в аудитории. Она спросила, действительно ли я могу получать информацию от предметов, прикасаясь к ним. Я сказал, что у меня были некоторые успехи в психометрии, хотя я и не слишком много практиковался в этой области. Она поблагодарила меня за ответ и ушла.

Эта женщина присутствовала на лекции, которая состоялась следующим вечером. По окончании она вновь подошла ко мне.

«Мой муж — агент полиции из отдела уголовных преступлений, и он сейчас занимается убийством, совершенным с особой жестокостью, — сказала моя собеседница. — Полиция задержала человека, который наверняка является убийцей, за незаконное владение оружием, но у нее нет вещественных улик, подтверждающих обвинение в убийстве, и полицейским придется отпустить задержанного по истечении следующих 48 часов. Мой муж знает, что этот человек ис

чезнет сразу же после освобождения из заключения. Если это произойдет, правосудие никогда не свершится».

Женщина прервала свой рассказ, пока что-то искала в сумочке. Вынув оттуда карту, она развернула ее.

«Я сказала своему мужу о вас, — сказала она. — Он готов использовать любую помощь, которую может получить».

«Но как я могу помочь?»

«Мой муж пометил на карте место, где было обнаружено тело. Можете ли вы использовать психометрию, чтобы найти что-либо, способное помочь расследовать это преступление?»

«Я не знаю, но попробую сделать все возможное. Но, разумеется, я ничего не могу обещать».

Направив указательный палец правой руки на отметку на карте, я закрыл глаза и вышел на свой основной экстрасенсорный уровень. Медленно я водил пальцем вокруг отметки. В течение минуты или двух ничего не происходило.

Затем на моем мысленном киноэкране возник автомобиль, и я описал его: цвет, форму кузова, даже пятна краски на одной стороне.

«А как насчет пули? — спросила женщина. — Пуля прошла сквозь тело, и ее так и не удалось найти. Пуля и есть та улика, которая нам нужна. Где она?»

«Приблизительно в 90 метрах на север или на северо-восток от трупы, в группе деревьев», — ответил я немедленно, потому что видел это мысленным зрением на моем воображаемом экране.

После этого я не получил больше никакой информации, совсем ничего. Женщина поблагодарила меня и ушла.

На следующее утро в восемь часов ее муж позвонил мне. Он спросил, могу ли я встретиться с ним на месте убийства, и объяснил, как туда добраться.

«Обязательно наденьте ботинки, закрывающие щиколотки, — сказал он. — Там очень грязно».

Это был сельский район, совершенно мне незнакомый. Детектив уже ожидал меня там с металлоискателем в руках.

Место преступления было обозначено предупредительными знаками. Маленькие красные флажки торчали из земли там, где было обнаружено тело. Именно по этим данным следователи смогли определить, что пуля была выпущена в северо-западном направлении. Используя металлоискатели, они обыскали все на северо-западе, но ничего не обнаружили.

Детектив был дружелюбен и сердечен. Он больше походил на игрока футбольной команды колледжа, чем на полицейского.

«Ваше описание автомобиля подозреваемого совпало полностью, на все сто процентов, — сказал он. — Но вы отметили, что пулю надо искать в северном или северо-восточном направлении. Наши специалисты по баллистике не согласны. И как вы сами можете видеть, в этом направлении нет деревьев».

Детектив был прав. Я оглядел пустынное поле вокруг. Нигде не было ни деревца. Но я до сих пор помнил, что при сеансе психометрии видел деревья. И сейчас, стоя на том самом месте, где лежал труп, я испытывал еще более острые ощущения и воспринимал изображения, усиливающиеся моим непосредственным физическим контактом с землей, на которой погибла жертва.

Я начал двигаться в направлении, которое мне представлялось правильным, оставаясь на своем основном экстра-сенсорном уровне. Детектив с трудом шел рядом со мной, утопая в грязи.

Пройдя около 90 метров, мы нашли на местности узкую впадину. На ее дне образовались завалы из срубленных деревьев и кустарника высотой примерно в 0,9 метра и 6 метров в диаметре. С того места, где лежал труп, деревья не просматривались.

«Ну, я...» — пробормотал детектив.

Он немедленно принялся за работу, начав поиски с помощью металлоискателя. Я молча наблюдал за ним. Не было никаких шансов на то, что он сумеет пробраться сквозь наваленный хворост и поваленные деревья, и не было ни време-

ни, ни человеческих сил, чтобы разобрать эти завалы. Только 24 часа оставалось до освобождения подозреваемого.

Детектив был расстроен. «Проклятье! Я знаю, что пуля где-то здесь, и не могу достать ее. Я знаю, что вы правы. Проклятье!»

«Пулю никогда не найдут, — сказал я. — Она находится слишком глубоко под слоем грязи, чтобы ее можно было когда-нибудь обнаружить. Позвольте мне попробовать другой подход».

Мы вернулись на место убийства. Все еще находясь на основном экстрасенсорном уровне, я попросил погибшего человека мысленно войти в мое сознание и поговорить со мной. Жертва была в смятении от произошедшего, но после небольшого взаимодействия с ней я убедился, что виновный и есть тот самый человек, которого заключили под стражу.

«Но я не могу с этим обратиться в суд», — сказал полицейский.

«Знаю, — ответил я. — Но теперь, по крайней мере, мы знаем наверняка, что задержанный виновен».

«И что из этого? Мы должны будем освободить его в течение следующих 24 часов. У нас нет вещественных улик, позволяющих задержать его на больший срок».

«Дайте мне еще минуту», — попросил я.

Оставаясь на основном экстрасенсорном уровне, я вызвал подозреваемого в моем мысленном сознании, где осуществил экстрасенсорное считывание. Закончив, я покинул экстрасенсорный уровень.

«Думаю, у вас есть шанс, что подозреваемый разрешит эту проблему за вас. Я произвел считывание информации у задержанного и обнаружил несколько интересных моментов».

«И каких же?»

«Во-первых, подозреваемый имеет уровень интеллекта ниже среднего. Во-вторых, он злорадуется про себя, так как считает, что совершил безупречное преступление и заставил полицию выглядеть по-дурачки. В-третьих, у подозреваемого завышенная самооценка. Ему нравится признание и похвала и хочется, чтобы кто-нибудь оценил его мастерство».

«Итак?»

«Я остро ощущаю, что он признается в содеянном кому-нибудь, кого он считает надежным и кто сможет похвалить его».

«Как? Когда? А если предположить, что он не сознается?»

«Если он собирается признаться, я думаю, это будет очень скоро. Если нет, я полагаю, он избежит наказания, даже если вы знаете, что этот человек виновен».

Конец истории мы узнали из новостей по радио на следующее утро. Предыдущим вечером, около девяти часов, подозреваемый в убийстве похвастался перед заключенным из соседней камеры тем, как он совершил убийство, описав происходившее во всех подробностях. На следующее утро заключенный, который находился под стражей за несколько краж, позвонил охраннику и предложил в обмен на дачу показаний против обвиняемого в убийстве человека снизить срок его тюремного заключения. Прокурор округа согласился, и этого оказалось достаточно, чтобы посадить обвиняемого в убийстве в тюрьму до суда. Результатом стало осуждение подозреваемого и тюремное заключение.

Таким образом, лишь в одном уголовном расследовании мне довелось помочь, но только потому, что это был единственный раз, когда ко мне обратились за помощью.

Я пытался раскрывать преступления, даже если меня не просили об этом, но не слишком преуспел. Я обнаружил, что, когда меня о чем-нибудь просят, мои экстрасенсорные силы усиливаются и становятся наиболее восприимчивыми и я способен выполнить задание очень хорошо. Когда же меня не просят, я не всегда могу быть результативным. Но это касается только меня. У вас все может быть по-другому. Найдите для себя ту область применения, где вы можете добиться наибольших результатов.

АСТРАЛЬНЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ

Некоторые люди способны покидать свою телесную оболочку, путешествовать в отдаленные места и получать во время этих путешествий информацию. Они могут путешествовать, покидая свое тело, во время бодрствования и в сознательном состоянии; они делают это по желанию. Другие люди способны к данным опытам спонтанно, то есть их не научили контролировать этот процесс, который у них происходит безо всякого предупреждения.

Большинство людей похоже на меня. Мы совершаем случайные путешествия вне тела во сне и просыпаемся позже с воспоминаниями об этом впечатлении. Я еще не научился совершать путешествия вне телесной оболочки во время бодрствования, поэтому я не могу научить вас этому. Что я делаю, так это мысленно проецирую самого себя на то место, где хотел бы быть. Это и есть техника, которой я учу в данной книге. У меня был один необычный первый опыт, которым я хотел бы поделиться с вами.

Практикум. Случай № 19

Первый опыт астрального путешествия

Одним из моих первых учителей в области экстрасенсорики являлась очень симпатичная молодая женщина по имени Марсия, которая была прирожденным гипнотерапевтом и могла путешествовать вне телесной оболочки (совершать астральные путешествия) по желанию так давно, как она себя помнила. Марсия была погружена в свои несчастья, прежде чем осознала, что необычна, что нет других таких людей, как она.

Марсия читала серию лекций, которые я посещал.

Она научила нас, как достигать уровня тета-волн, и мы находились в этом состоянии с закрытыми глазами, пока Марсия разговаривала с нами, находясь в центре комнаты.

Я слышал ее голос, перемещающийся к стене комнаты и затем к тому месту, где я сидел. Затем на мгновение ее голос возник внутри моей головы, и я ощутил свое тело как бы раздувшимся. Спустя приблизительно пятнадцать секунд ее голос вновь послышался из центра комнаты, и мое необычное ощущение прошло.

Марсия попросила нас открыть глаза.

«Были ли у кого-нибудь необычные впечатления в радиусе тета-волн?» — спросила она.

Никто не поднял руки. Я знал, что мне следовало поднять руку, но подумал, что буду выглядеть глупо.

«Да. У одного человека действительно было необычно переживание, — продолжала Марсия. — Не расскажете ли нам об этом, Билл?»

«Итак, это не было игрой моего воображения», — ответил я и рассказал о своих ощущениях.

Марсия улыбнулась. Она объяснила, что покинула свое тело, перенеслась ко мне (пока ее тело по-прежнему оставалось в центре комнаты) и недолго пребывала внутри моего тела.

Я без энтузиазма попробовал техники астральных путешествий, описанные в нескольких книгах, но не добился успеха. Возможно, нехватка природных способностей в этой экстрасенсорной области плюс недостаточная настойчивость в тренировке являются причинами неудач. К тому же Марсия сообщила мне, что для меня нет необходимости осуществлять астральные путешествия, а я всегда принимал во внимание советы моего духовного руководителя.

С тех пор как ей исполнилось два года, Марсия всегда могла осуществлять астральные путешествия по желанию. Это был врожденный дар. Она не знала, как научить меня, потому что сама совершала астральные путешествия просто по желанию. Для нее астральное путешествие требовало не больше усилий, чем передача мыслей.

Если осуществление путешествий вне телесной оболочки и в полном сознании интересует вас, посмотрите в библиотеке или в книжном магазине книги, которые могут дать вам больше информации по данному вопросу.

Спросите своего духовного руководителя, будет ли этот путь для вас успешным, если следовать ему. Если он скажет «да», попросите его научить вас методу осуществления астральных путешествий. Следуйте в том направлении, в каком вас направит ваш духовный руководитель. Вы можете получить мгновенный ответ. Ищите источники, которые научат вас, будь то человек или книга. Будьте терпеливы, верьте и никогда не сдавайтесь.

БЕРЕГ ВРЕМЕНИ

В вашей экстрасенсорной работе вас не будут сдерживать границы времени. Если в обычной жизни вы существуете в настоящем времени и находитесь в определенном месте (положении), ваш духовный мир — это совсем другое дело.

Ваш экстрасенсорный разум может путешествовать в любую точку Вселенной в настоящем, прошлом или будущем.

Чтобы помочь вам в экстрасенсорном путешествии, я хочу рассказать вам о Береге времени на побережье Моря мирового разума. Находясь здесь, вы можете физически действовать в любой точке времени и пространства. Берег времени существует на экстрасенсорном уровне вашего сознания в отличие от основного экстрасенсорного уровня.

Упражнение 25

Хождение по Берегу времени

- ♦ Сядьте в удобном тихом месте. Отключите телефон.
- ♦ Закройте глаза и выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Скажите себе: «Сейчас я отправлюсь на Берег времени, сосчитав от пяти до одного». Мысленно считайте: «Пять, четыре, три, два, один». На счет «один» визуализируйте белый песок пляжа у кромки темно-синего моря. Море спокойное и тихое. Справа и слева от вас на всем протяжении — только белый песчаный берег.
- ♦ Сейчас вы находитесь в настоящем на Берегу времени на побережье огромного Моря всемирного разума.

- ♦ Проведите некоторое время, просто наслаждаясь красотой и теплом этого изумительного места. Ощутите покой.
- ♦ Повернитесь и посмотрите направо. Это направление ведет в прошлое. На небольшом расстоянии от вас берег переходит во мглистую отмель, где скрывается прошлое.
- ♦ Теперь повернитесь и посмотрите налево. Это направление ведет в будущее время.
- ♦ И снова на небольшом расстоянии от вас мглистая отмель, на сей раз она уводит в будущее.
- ♦ Мысленно скажите себе: «Я могу вернуться на этот Берег времени в любое время по желанию, просто закрыв глаза, выйдя на свой экстрасенсорный уровень и затем сосчитав от пяти до одного».
- ♦ Когда вы сосчитаете от одного до пяти, Берег времени исчезнет из поля вашего мысленного видения.
- ♦ Откройте глаза.

Теперь вы открыли мощный и ценный уровень своего экстрасенсорного разума, который можете использовать, когда пожелаете.

Упражнение 26

Мысленное нахождение в прошлом

- ♦ Расслабьтесь, сидя в удобном месте.
- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Отправляйтесь на Берег времени, используя обратный отсчет от пяти до одного.
- ♦ Поверните направо и идите к мглистой отмели.
- ♦ Находясь на мглистой отмели, направьте свой разум в то время в прошлом, в которое вы хотите попасть, сказав что-нибудь типа «Я хочу вернуться в мой третий день рождения».
- ♦ Туман рассеется, и вы обнаружите себя находящимся в соответствующем времени в прошлом.

- ♦ Чтобы покинуть прошлое и вернуться на Берег времени, скажите себе: «Теперь я хочу вернуться в настоящее Берега времени» — и позвольте туману окружить вас.
- ♦ Идите налево от мгlistой отмели и попадете в настоящее время Берега времени.
- ♦ Сосчитайте от одного до пяти, и Берег времени исчезнет.
- ♦ Откройте глаза.

Упражнение 27

Мысленное нахождение в будущем

- ♦ Расслабьтесь, сидя в удобном месте.
- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Отправляйтесь на Берег времени, используя обратный отсчет от пяти до одного.
- ♦ Поверните налево и идите к мгlistой отмели.
- ♦ Находясь на мгlistой отмели, направьте свой разум на то время в будущем, в которое вы хотите попасть, сказав что-нибудь типа «Я хочу попасть на Северный полюс 1 января 2020 года».
- ♦ Туманная отмель рассеется, и вы обнаружите себя находящимся в соответствующем времени в будущем.
- ♦ Чтобы покинуть прошлое и вернуться на Берег времени, скажите себе: «Теперь я хочу вернуться в настоящее Берега времени» — и позвольте мгле окружить вас.
- ♦ Идите направо от мгlistой отмели и попадете в настоящее Берега времени.
- ♦ Сосчитайте от одного до пяти, и Берег времени исчезнет.
- ♦ Откройте глаза.

Чтобы заниматься экстрасенсорной работой в настоящем времени, просто ступайте на Берег времени и делайте ту экстрасенсорную работу, какую вы хотите выполнить.

Когда вы находитесь на Берегу времени, причем ваши глаза открыты, неплохой идеей является попросить своего ангела-хранителя немедленно взять вас назад в настоящее время в том случае, если опасная ситуация требует этого, как, например, пожар у соседа.

Вы можете видеть, что экстрасенсорные упражнения становятся более глубокими, интересными и гораздо более сложными. Вы делаете успехи.

Все, что вы способны совершать на своем основном экстрасенсорном уровне, вы можете делать и на Берегу времени. Он обеспечивает более действенный уровень для осуществления путешествий во времени, молений, медитации, общения с мировым разумом или других экстрасенсорных процессов, которые занимают больше времени, чем обычно требуется, когда вы выходите на свой основной уровень.

Я использую мой основной экстрасенсорный уровень, наверное, в девяноста процентах случаев, вызывая в сознании Берег времени тогда, когда хочу расслабиться и взаимодействовать с мировым разумом в течение длительного периода.

Если вы упражняетесь на Берегу времени и основном экстрасенсорном уровне, то решите сами для себя, когда вам удобнее использовать Берег времени.

Медитация является мощным инструментом для общения с мировым разумом, а Берег времени — специально созданным для проведения медитации местом.

Большую часть своих медитаций я провожу в ванной комнате. Теплая вода расслабляет меня и наполняет ощущением физической реальности то место, в которое я мысленно иду, чтобы медитировать.

Для медитации я отправляюсь на Берег времени и погружаюсь в Море мирового разума до тех пор, пока не окажусь в воде по горло. Я чувствую энергию и ощущаю радость жизни, наполняющую мое тело; вода в ванной создает реальные ощущения для того, чтобы придать больше силы моей медитации. Вы можете попытаться сделать то же самое.

Медитация служит сразу двум целям:

1. Позволяет раскрыть ваше сознание для получения энергии, информации и наставлений от всемирного сознания;
2. Дает возможность посылать телепатические сообщения в специальных целях.

Я рекомендую вам начать уже сегодня и продолжать использовать Берег времени каждый день для получения и отправления телепатических сообщений. Поступая таким образом, вы можете открыть все двери к своему экстрасенсорному сознанию, обогатить свою жизнь и жизнь других людей и развить в себе черты совершенной личности, которой вы способны стать.

Вот еще несколько примеров того, что вы можете осуществлять на Берегу времени.

- ♦ Молиться. Сила ваших молитв в этом месте значительно возрастает.
- ♦ Связываться с покойными, которых вы любили.
- ♦ Мысленно составлять планы оздоровления для других людей и себя самого.
- ♦ Упражняться в психометрии, держа предмет или прикасаясь к нему, пытаясь уловить информацию — такую, как, например: кому принадлежит предмет, откуда он появился, его возраст и т. д.
- ♦ Решать проблемы. Попросите своего духовного наставника и мировой разум помочь вам. Возможно, это наиболее практичная и широко используемая цель экстрасенсорных сил.
- ♦ Посылать людям любовь и помощь.
- ♦ Просить руководства в жизни.

Конечно, вы можете также использовать свой основной экстрасенсорный уровень для многих из вышеперечисленных функций, но Берег времени обычно является более сильным. Ваш основной экстрасенсорный уровень немного быстрее и более удобен для использования, особенно если вы не закрываете глаза (во время вождения машины, например). Посмотрите, что вам подходит больше.

Подведем итог

Все, что вам надо сделать, чтобы добраться до Берега времени, это:

- ♦ Закрыть глаза.
- ♦ Выйти на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Сосчитать от пяти до одного, и Берег времени окажется перед вами.

Чтобы вернуться, нужно:

- ♦ Сосчитать от одного до пяти (Берег и Море исчезнут).
- ♦ Открыть глаза.

Сейчас у вас есть возможность совершить четыре различных экстрасенсорных исследования на Берегу времени, чтобы обнаружить четыре важные части информации, которые помогут вам.

Вы полностью предоставлены себе самому во время этих упражнений.

До тех пор пока вы не попробуете проделать это самостоятельно, вы не достигнете такого прогресса, какого способны достичь.

Не объединяйте эти упражнения в одно, из-за этого может возникнуть путаница с получаемой информацией. Кроме того, вы нуждаетесь в опыте совершения многократных мысленных путешествий к Берегу времени.

Упражнение 28

Поиск карьерного роста

- ♦ Идите на Берег времени.
- ♦ Заходите в Море мирового разума, пока вода не дойдет до вашей галии.
- ♦ Спросите мировой разум: «Какого наилучшего продвижения по служебной лестнице мне следует добиваться в настоящее время?».

- ♦ Задавайте столько связанных с этой темой вопросов, сколько захотите.
- ♦ Оставайтесь там так долго, как пожелаете.
- ♦ Возвращайтесь с Берега времени, когда вы закончите и откроете глаза.
- ♦ Запишите свои впечатления, полученные во время этого упражнения.

Упражнение 29

Поиск способов наилучшего использования экстрасенсорных способностей

- ♦ Идите на Берег времени.
- ♦ Заходите в Море мирового разума, пока вода не дойдет до вашей талии.
- ♦ Спросите мировой разум: «Как я могу наилучшим образом использовать мои экстрасенсорные способности?».
- ♦ Задавайте столько связанных с этой темой вопросов, сколько захотите.
- ♦ Оставайтесь там так долго, как пожелаете.
- ♦ Возвращайтесь с Берега времени, когда вы закончите и откроете глаза.
- ♦ Запишите свои впечатления, полученные во время этого упражнения.

Упражнение 30

Консультирование с духовным руководителем и ангелом-хранителем

- ♦ Идите на Берег времени.
- ♦ Сядьте на песок возле кромки Моря мирового разума.
- ♦ Попросите вашего духовного руководителя и ангела-хранителя встретить вас на Берегу времени.
- ♦ Попросите их расположиться рядом с вами, чтобы один был слева, а другой — справа.
- ♦ Проведите столько времени, сколько захотите, общаясь со своим духовным руководителем и ангелом-хранителем.

- ♦ Задайте им столько вопросов, сколько пожелаете. Спросите их совета, если необходимо.
- ♦ Убедитесь, что вы не забыли спросить, как вы можете быстро связаться со своим духовным руководителем и ангелом-хранителем в будущем.
- ♦ Когда вы закончите, скажите «спасибо» вашему духовному руководителю и ангелу-хранителю.
- ♦ Вернитесь с Берега времени и откройте глаза.
- ♦ Запишите, что произошло.

Упражнение 31

Как попросить о помощи

- ♦ Выберите что-либо, в чем вы хотели бы получить помощь от вашего духовного руководителя или ангела-хранителя. Например, вы можете попросить: «Помоги мне в моем экстрасенсорном развитии таким образом, чтобы я сумел стать наилучшим гипнотерапевтом, каким только способен стать».
- ♦ Обратитесь к вашему духовному наставнику и ангелу-хранителю, используя всякий раз тот метод, который они рекомендовали во время вашей встречи при выполнении упражнения 30.
- ♦ Задайте ваш вопрос.
- ♦ Поблагодарите своего духовного наставника и ангела-хранителя.
- ♦ Используйте метод ухода и откройте глаза.
- ♦ Запишите происшедшее с вами.

Многое из вашей будущей экстрасенсорной деятельности будет требовать взаимодействия с вашим духовным наставником и ангелом-хранителем. Поэтому это упражнение по экстрасенсорике является очень важным.

Не стесняйтесь пригласить вашего духовного наставника и ангела-хранителя для того, чтобы посоветоваться, даже если вы желаете просто поблагодарить их за незримое руководство.

ОБЩЕНИЕ С ЛЮДЬМИ

Общение с людьми — чрезвычайно ценная область использования ваших экстрасенсорных возможностей. Это особенно полезно, когда существует некая преграда между вами и человеком, с которым вы хотели бы пообщаться. Используя свои экстрасенсорные способности, вы можете выйти на свой основной экстрасенсорный уровень с открытыми глазами и мысленно поговорить, задать вопросы тому лицу, о котором вы думаете. При взаимодействии с этим человеком на подсознательном уровне вы получите правдивые ответы и поразительные результаты. Здесь приводятся всего лишь три примера подобного применения экстрасенсорных возможностей. В действительности же существует множество случаев, чтобы использовать эту способность.

Практикум. Случай № 20 *Спроси правду у продавца*

Я имел дело с продавцом автомобилей в связи с покупкой новой машины, и у меня было твердое убеждение, что он лжет мне относительно фактической цены автомобиля и денежных расходов. Но каждый раз, когда я спрашивал его, он лицемерно давал мне ложные сведения и неопределенные ответы. Я никак не мог припереть его к стенке.

Поэтому я с открытыми глазами вышел на свой основной экстрасенсорный уровень и спросил у него правду. И сразу же получил представление о том, что следует делать.

Решение было очень простым. Я взял лист бумаги и написал то, что ожидал услышать: подходящую цену покупки.

процентную ставку при ссуде и размер ежемесячных выплат. Внизу страницы я написал: «Вышеизложенное является точным и верным на сто процентов, и не предусматривается никаких дополнительных издержек или выплат любого рода. Полная стоимость (описание автомашинны) равна xx.xxx долларов».

Затем я вручил продавцу этот лист и попросил его подписаться и поставить дату. Он отказался. Мне оставалось только повернуться и уйти, хотя он следовал за мной, пытаясь с помощью лицемерной болтовни найти выход из положения. Разумеется, я не купил у него машину ни в тот день, ни какой другой, так как больше никогда не возвращался этот магазин.

Вы можете избежать многих неприятностей, если будете использовать ваши экстрасенсорные способности для того, чтобы выяснить правду.

Практикум. Случай № 21

Трудные люди

Поговорите искренне с человеком, в общении с которым вас имеются трудности. Это может быть босс, который, как вы чувствуете, был неблагодарен или несправедлив; супруг или супруга, друг или любовник, с которыми вы спорили; любой человек, который просто несведущ относительно некоторых вопросов.

Решением может служить следующее: вы выходите на свой основной экстрасенсорный уровень или на Берег времени и приглашаете человека в ваше мысленное видение. Затем долго, невозмутимо и искренне беседуете с ним на разные темы. Можете прочитать ему деловую лекцию, если это кажется подходящим.

Это должно очень скоро принести поразительные результаты. Вы сможете наслаждаться, наблюдая за изменениями других людей, когда вы используете эти методы. Другая большая уловка смягчить чью-либо ярость или гнев состоит

в том, чтобы выйти на свой основной экстрасенсорный уровень (при этом глаза открыты) и мысленно много раз повторить: «Я люблю вас!», в то время как они начинают скандалить с вами. Вы увидите, как они становятся неловкими, начинают запинаться, постепенно остывают и, возможно, даже приносят извинения.

Практикум. Случай № 22 *Встреча с вашим избранником*

Любовь или предчувствие любви — это то, на чем стоит мир. В определенный момент жизни вы можете встретить какого-то человека, которого бы хотели узнать поближе, но, как часто бывает со многими людьми, оказывается, что по каким-то причинам вы не можете завязать знакомство. Возможно, вы слишком стеснительны или тот человек слишком занят. Или, может быть, вы не знаете, как организовать встречу.

Какими бы ни были препятствия, использование ваших экстрасенсорных способностей позволит вам узнать поближе заинтересовавшего вас человека.

Есть несколько способов устроить встречу. Вы можете выйти на свой основной экстрасенсорный уровень или на Берег времени, вызвать образ этого человека в вашем мысленном видении и поговорить с ним или с ней.

Скажите человеку, что вы хотели бы встретиться. Попросите, чтобы он начал обращать на вас внимание и т. д.

Кроме того, каждый раз, когда вы видите этого человека, даже на расстоянии, выходите на свой основной экстрасенсорный уровень (глаза при этом открыты) и шлите сообщение: «Привет, меня зовут (имя), и я действительно хотел бы познакомиться с вами. Я вами восхищаюсь и думаю, что вы интересный человек». Содержание сообщения вы можете определить сами по желанию.

Эти идеи могут использоваться, чтобы встретиться с любимым человеком, а не только с вызывающим у вас романтический интерес.

Вы сразу же узнаете этого человека. Могут произойти разные странные вещи, за которыми последует ваше знакомство. Некоторые назовут это просто совпадением, но я вам скажу, что таких совпадений не бывает. Все, что происходит, — это прямой результат неких энергетических сил, вызывающих происходящее. Ваша мысленная (экстра-сенсорная) энергия приводит процесс в движение и вызывает то, что называют совпадением.

Одно предостережение относительно использования силы ваших мыслей для того, чтобы принести любовь, которой вы ждете, в вашу жизнь: убедитесь, на самом ли деле вы хотите именно этого, потому что оно произойдет обязательно и вы окажетесь перед необходимостью жить дальше с последствиями ваших действий.

ОБЩЕНИЕ С ДУХАМИ

Если вас интересуют духи (или привидения, призраки, как их называет большинство людей), вы станете искать удобного случая, чтобы пообщаться с ними. Это область моих особых интересов, и я использую каждую возможность, какую могу, чтобы посетить настоящие дома с привидениями. Я получил огромное удовольствие и многое узнал из общения с духами.

Как только вы искренне начнете налаживать контакт, то обнаружите, что духи стремятся вступать в контакт с вами, даже когда вы не требуете этого.

Кроме того, вы можете общаться с любым умершим человеком, с которым пожелаете, приглашая его в ваше мысленное сознание, где у вас может состояться мысленный контакт.

Некоторые контакты с духами могут включать как физическое, так и духовное присутствие. Это нечто захватывающее. Многие люди не столь восторженно относятся к подобным встречам, меня же они восхищают. Если это щекочет ваше воображение, попробуйте осуществить такой контакт.

Практикум. Случай № 23 *Встречи с духами*

За эти годы у меня было несколько встреч с духами. Но расскажу только об одном случае, который нахожу наиболее интересным. Я изменил имена всех вовлеченных в эту историю людей, чтобы защитить их чувства и оградить от вме-

шатательства в личную жизнь. В реальности же экстрасенсорная встреча была в точности такой, как я здесь описал.

В это время днем я работал на полную ставку по субдоговору как технический служащий. А вечерами и по выходным практиковал в качестве профессионального гипнотерапевта, вырабатывая навыки и создавая себе репутацию.

Однажды поздно вечером в воскресенье ко мне по телефону обратилась доктор Мансфилд, которая обучала меня гипнотерапии и выдавала мне свидетельство.

«Лайза умерла, Билл. Она погибла вчера во время несчастного случая на воде, и мне нужен кто-нибудь, чтобы принять на себя руководство ее клиникой до того, когда мы сможем уладить все вопросы. Вы возьметесь за это?»

Я объяснил ей, что работаю на полную ставку как технический служащий. Она в ответ предложила мне значительную сумму денег. Я оставил свою работу и временно принял руководство клиникой Лайзы на то время, как улаживались юридические вопросы. Мне была известна только репутация Лайзы, но я никогда не встречал ее лично. У нее была самая успешная клиника гипноза в нашем регионе и только один сотрудник в приемной по имени Ферн.

Ферн, находясь в подавленном состоянии после гибели Лайзы, отказался работать в клинике дальше. Он был вместе с ней во время несчастного случая при прогулке на лодке и не сумел спасти ее, когда она тонула.

Я попросил мою жену поработать дежурной в приемной.

Лайза с мужем жили отдельно, но он присоединился к делу в качестве партнера, чтобы забрать какие-то личные предметы, которые не были частью бизнеса. Он казался приятным человеком, однако он не выказал никакого сожаления после смерти Лайзы. Хотя он и жена жили отдельно в течение нескольких месяцев, я думал, что он мог бы продемонстрировать некие чувства.

В понедельник утром на второй неделе нашей работы в клинике мы обнаружили, что нас ожидает сюрприз. Все пять ящиков шкафа с документацией были открыты,

а содержимое извлечено оттуда и разбросано по всему этажу. Насколько мы могли судить, ничего не пропало. Так как у нас был единственный ключ и не обнаружилось никаких признаков незаконного вторжения, мы были обескуражены.

На следующий день книги оказались снятыми с полок и разбросанными.

Назавтра моя жена Ди и я во время обеда в офисе услышали, как открылась и закрылась входная дверь. Ди пошла поздороваться с клиентом, которого мы ожидали, но там никого не было. И вновь несколько книг оказались снятыми с полок.

Следующий день был повторением предыдущего. На этот раз я выбежал посмотреть, кто этот шутник. Но никого не было.

Так продолжалось в течение нескольких месяцев. Ди сказала о своей уверенности в том, что кто-то невидимый постоянно наблюдает за ней, она это чувствовала.

Однажды я заметил, что в письменном столе есть выдвижная полочка для записей. Я выдвинул эту полочку без особых причин и был поражен: там, связанные тесьмой, лежали фотографии Лайзы и Ферна в объятиях друг друга, не оставлявшие сомнений в том, что они были любовниками. Здесь же лежали любовные поэмы, написанные ими друг для друга, с достаточно откровенным сексуальным контекстом. Это объясняло разрыв Лайзы с мужем, его спокойное отношение к ее смерти и депрессию Ферна после смерти Лайзы. Может быть, это было именно то, что искал наш невидимый посетитель.

Начиная с этого времени посещения неведомого гостя прекратились до того дня, когда мне позвонила доктор Мансфилд, чтобы сказать, что у нее появился новый покупатель клиники и фактически с первого числа следующего месяца она будет продана. Новым владельцем оказалась женщина по имени Мэгги Джонсон.

Позже в этот день я отдыхал, сидя в одном из откидных кресел, закрыв глаза и отправившись на Берег времени для медитации, пока ожидал прибытия следующего клиента. Ди

была в передней у телефона. Я услышал скрип винилового откидного кресла по соседству с моим, как если бы кто-нибудь сел в него. Я знал, что никто не входил в комнату, поэтому мысленно спросил: «Кто здесь?».

«Это Лайза», — получил я ответ.

«Зачем ты пришла? Что ты хочешь?»

«Я хочу, чтобы ты ушел из моей клиники».

«Почему?»

«Потому что ты мужчина».

«Разве я плохо работаю?» — спросил я.

«Нет, вы работаете превосходно, но просто вы мужчина, и я хочу, чтобы вы ушли».

«Могу сказать с уверенностью, что я уйду до конца месяца, — мысленно ответил я. — Это нормально?»

«Прекрасно. Кто займет ваше место?»

«Лицензию приобрела женщина по имени Мэгги Джонсон».

«Мэгги Джонсон! Я не желаю, чтобы эта женщина была в моей клинике. Она некомпетентна!»

«Лайза, — сказал я, — ты умерла. Твое пребывание здесь бессмысленно. Уходи и обрети мир».

«Я не уйду. Это моя клиника. Если Мэгги Джонсон вступит в должность, через шесть месяцев клиника обанкротится».

Затем Лайза ушла и никогда больше не приходила ко мне. Но история на этом не закончилась.

Я позвонил доктору Мансфилд и рассказал о встрече с Лайзой. Она приехала в клинику с профессиональным гипнотерапевтом. Оба они ощутили мощное негативное присутствие. Их попытка наложить заклятие, чтобы изгнать Лайзу из помещения, оказалась безуспешной.

В течение нескольких остающихся до моего ухода дней дела пришли в совершенный упадок. За последнюю неделю у меня был только один клиент, который за час приема заплатил тридцать пять долларов наличными.

Затем Мэгги Джонсон приняла на себя руководство клиникой. Никто не приходил в клинику, никто не звонил, чтобы

записаться на прием. Мэгги Джонсон продержалась шесть месяцев и вынуждена была объявить себя банкротом.

Упражнение 32

Как вступить в контакт с духами

Чтобы общаться с умершим, ангелом, вашим духовным наставником или любимым существом, вы можете использовать или свой основной экстрасенсорный уровень, или Берег времени. Попробуйте оба способа, чтобы понять, что вам больше подходит.

- ♦ Закройте глаза и выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Если вы знаете, как объект выглядел при жизни, визуализируйте его.
- ♦ Пригласите объект войти в ваше мысленное сознание, сказав что-нибудь вроде: «Я прошу мою бабушку Адель Джонс любезно посетить мое мысленное сознание и пообщаться со мной».
- ♦ Расслабьтесь и позвольте объекту сообщить о его присутствии.
- ♦ Если объект не даст о себе знать, повторите свою просьбу.
- ♦ Если объект не дает о себе знать после приблизительно шести попыток, скажите: «Я хотел бы иметь подтверждение вашего присутствия здесь, но я в любом случае благодарю вас. Возможно, в следующий раз вы это сделаете. Я посылаю вам мою любовь».
- ♦ Когда объект действительно подаст знак о своем присутствии, поблагодарите его за появление.
- ♦ Затем продолжайте вести беседу с объектом так, как если бы он находился в телесной оболочке, как при жизни.
- ♦ Когда вы закончите, скажите: «Теперь я говорю вам: «До свидания!». Я люблю вас. Благодарю вас за то, что вы посетили меня. Пожалуйста, дайте мне знать о своем присутствии в любое время по вашему желанию».
- ♦ Затем просто откройте глаза.

Приведенное выше упражнение дает вам образец, по подобию которого вы можете разработать собственную методику для общения с духами. В зависимости от обстоятельств вы можете произносить свои слова в соответствии с ситуацией.

Не смущайтесь при общении с духами. Оно и в самом деле не слишком отличается от общения с живыми или с животными. Помните, что вы всегда находитесь под защитой экстрасенсорного щита в случае негативного влияния со стороны объекта.

ОБЩЕНИЕ С ЖИВОТНЫМИ

Животные действуют только в тех состояниях, которые мы называем измененными. Они не обладают состоянием сознания в диапазоне бета-волн. Поэтому с ними легко общаться.

Если вы любите животных, то так или иначе общаетесь с ними постоянно, знаете вы об этом или нет. Очень квалифицированные инструкторы по дрессировке животных работают на экстрасенсорном уровне.

Случай из практики № 11 (Такра), рассмотренный в главе 6, является особенно ярким примером общения с животными.

Если вы хотите научиться этому, вот для начала одно упражнение.

Упражнение 33

Общение с животными

- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень с открытыми или закрытыми глазами в зависимости от обстоятельств.
- ♦ Визуализируйте животное, если оно не возникло сразу же перед вашим мысленным взором.
- ♦ Если у животного есть имя, мысленно ласково и дружелюбно позовите его.
- ♦ Если у животного нет имени, вызовите его просто по описанию – такому, как, например, «потерявшаяся корова мистера Брауна».

- ♦ Скажите животному: «Я люблю и уважаю тебя. Я твой друг и не причиню тебе никакого вреда».
- ♦ Затем скажите животному, что именно вы от него хотите.
- ♦ Будьте внимательны, чтобы не пропустить сообщения от животного, даже если на это потребуется долгое время.
- ♦ Когда вы закончите сеанс, скажите животному: «Спасибо. Я люблю тебя, и я твой друг».
- ♦ Откройте глаза, если они были закрыты.

Упомянутое выше упражнение — всего лишь общее руководство. Видоизменяйте его так, чтобы оно соответствовало вашей особой ситуации.

Используя эту методику, вы должны быть в состоянии установить твердую связь с животным. Можете использовать эту методику для дрессировки и также для поиска пропавших животных.

Как обычно, включайте свое творческое сознание, чтобы оно способствовало вам в использовании этой или какой-либо другой экстрасенсорной методики.

РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ

Еще раньше в этой книге я говорил, что когда вы сведете все написанное здесь воедино, то выяснится, что использование экстрасенсорных способностей касается в основном решения проблем.

Существует много способов разрешать повседневные проблемы, используя или основной экстрасенсорный уровень, или Берег времени. Одни методы окажутся более подходящими для вас, чем другие. Поэтому пробуйте разные способы по несколько раз до тех пор, пока не обнаружите, что лучше всего именно для вас.

Вот несколько широко используемых методов.

Упражнение 34

Метод решения проблем № 1

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень или на Берег времени.
- ♦ Визуализируйте нежелательную ситуацию в том виде, в каком она существует.
- ♦ Изучите ситуацию детально и затем мысленно скажите: «Это не то, чего я хочу!».
- ♦ Немедленно полностью сотрите картинку и замените ее изображением того, чего бы вы хотели в точности.
- ♦ Изучите новую картинку в деталях и скажите: «Вот то, чего я хочу!».
- ♦ Затем произнесите: «Я передаю это дело для решения высшему разуму».

- ♦ Откройте глаза и занимайтесь своими делами, больше не задумываясь об этой проблеме.

Вот распространенная ситуация, для разрешения которой вы можете использовать этот подход. Вы и ваш супруг (супруга) ссоритесь, и дело становится серьезным. Визуализируйте ссору, взгляните на свое собственное несчастное лицо и столь же несчастное лицо своего мужа (жены), послушайте произносимые вами грубости и т. д.

Затем скажите, что вы не хотите этой ссоры, и сотрите картинку. Немедленно создайте в воображении сцену, когда вы и ваш муж (жена) смеетесь, обнимаетесь, занимаетесь любовью, разговариваете друг с другом ласково и т. п. Затем передайте это изображение высшему разуму, сказав: «Вот то, чего я желаю».

Результаты будут поразительными.

Упражнение 35

Метод решения проблем № 2

- ♦ Закройте глаза.
 - ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень или на Берег времени.
 - ♦ Используйте свой творческий потенциал, чтобы уладить проблему. Например, у вас имеется порез, который заживает не так хорошо, как вам хотелось бы. Находясь в измененном состоянии сознания, уберите рану полностью, так чтобы на этой части тела была только здоровая кожа.
 - ♦ Откройте глаза и занимайтесь своими делами.
- Существует множество способов использования экстрасенсорных возможностей для разрешения различных проблем.

Вернитесь к случаю из практики № 10, описанному в главе 6. Я починил мой трейлер в самых неблагоприятных условиях, используя измененное состояние сознания.

Упражнение 36

Метод решения проблем № 3

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Установите контакт с вашим духовным наставником любым из способов, которые были приведены в упражнении 30 (глава 13).
- ♦ Объясните своему духовному наставнику, что вас мучает, и попросите его о помощи в решении этой проблемы.
- ♦ Вы можете сразу получить совет, как решить проблему, или ответ, что помощь будет оказана.
- ♦ Когда вы закончите советоваться, скажите вашему духовному наставнику спасибо.
- ♦ Откройте глаза и занимайтесь дальше своими делами, перестав беспокоиться об этой проблеме.

Наиболее часто я использую именно этот метод, а не другие, вместе взятые.

Иногда мой духовный наставник решает проблему за меня. В других случаях он указывает направления, которые приведут меня к решению проблемы.

Для решения трудных вопросов можно обращаться к сновидениям.

Упражнение 37

Метод решения проблем № 4

- ♦ Когда вы ложитесь спать, закройте глаза и идите на основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Вслух или мысленно скажите: «Сегодня я хочу получить информацию, которая поможет в решении моей проблемы».
- ♦ Мысленно сформулируйте вашу проблему.
- ♦ Добавьте: «Я хочу помнить свой сон, когда я проснусь, и хочу понять его смысл».
- ♦ Затем постарайтесь немедленно погрузиться в сон.

- ♦ Вы проснетесь или ночью, или утром с воспоминанием об этом сне и знанием того, что он означает в связи с вашей проблемой. Возможно, смысл сна дойдет до вас днем.

Иногда обращение к снам может требовать некоторой тренировки. Одним людям это дается довольно легко, а другим тяжелее, но не сдавайтесь, если вы не достигнете потрясающих успехов во время нескольких первых попыток. Ваша настойчивость будет вознаграждена.

Четырьмя приведенными мною здесь способами решения проблем их разнообразие не исчерпывается, но эти наиболее действенны в большинстве ситуаций. По мере вашего продвижения вперед вы можете развивать собственные пути решения проблем.

ВАША СИСТЕМА ТРЕВОГИ

Ваш мозг обладает способностью предупреждать вас о надвигающейся опасности, даже если вы не осознаете, что таковая существует.

Все, что вам следует сделать, — это отправиться на основной экстрасенсорный уровень или на Берег времени и разработать программу предупреждения вас вашим ангелом-хранителем с помощью специального сигнала тревоги о надвигающейся опасности.

Мой друг получал предупреждение в виде загорающейся красной лампочки. Другой мой знакомый испытывал чрезвычайно сильное чувство холода. Решите для себя, как бы вы хотели получать предупреждение, и запрограммируйте на это свое сознание, используя упражнение, приведенное ниже после практикума.

Практикум. Случай № 24 *Моя система тревоги*

На Берегу времени я попросил моего ангела-хранителя предупреждать меня о надвигающейся опасности наиболее подходящим для ситуации способом. Однажды это спасло мне жизнь. Вот как все случилось.

Я ехал на скорости около 64 километров в час по улице с оживленным движением. Моя правая нога под воздействием какого-то импульса соскочила с педали газа и сильно нажала на рычаг тормоза, так что машина резко остановилась.

В это мгновение мимо меня по той стороне улицы, которая мне не была видна, на огромной скорости, пулей пронеслась машина, игнорируя стоп-сигнал светофора. Она промчалась в нескольких сантиметрах от меня. Если бы я не остановился, то наверняка бы получил сильный удар или, возможно, даже погиб.

Мне понадобилось несколько минут, чтобы прийти в себя и оценить обстановку. С моего места из-за обильной листвы мне была не видна другая сторона проспекта.

Никким образом я не мог ожидать приближения машины, идущей на недозволенной скорости, и знал бесспорно, что затормозил не сам. За этот короткий отрезок времени некая иная сила, а не мое собственное желание заставило мою правую ногу нажать на тормоз.

Я немедленно вышел на свой основной экстрасенсорный уровень и поблагодарил моего ангела-хранителя.

Упражнение 38

Программирование собственной системы тревоги

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Отправьтесь на Берег времени и попросите вашего ангела-хранителя, чтобы он был с вами. Попросите ангела-хранителя предупреждать вас о надвигающейся опасности наиболее подходящим способом. Или обратитесь с просьбой об особом предупреждении — таком, как вспышка лампочки в вашем сознании, внезапная скованность, напряженность или что-либо другое, способное привлечь ваше внимание.
- ♦ Поблагодарите вашего ангела-хранителя.
- ♦ Покиньте Берег времени и откройте глаза.

Обязательно проведите предварительное программирование в экстрасенсорном сознании собственной системы тревоги.

Вам нужно сделать так только один раз, и потом это будет работать в течение всей вашей жизни.

Тем не менее если вы относитесь к людям, которые всегда дважды или трижды проверяют, закрыта ли дверь, перед тем как покинуть дом, то можете чувствовать себя спокойнее, если будете программировать собственную систему тревоги так часто, как захотите.

ЭКСТРАСЕНСОРНЫЙ КОНТРОЛЬ ПРИ ПЕРЕДВИЖЕНИИ

Приходилось ли вам когда-либо вести машину по автомагистрали между штатами и приходиться в раздражение оттого, что кто-то едет медленно по полосе скоростного движения, задерживая вас? Мне приходилось бывать в подобных ситуациях, и я привожу здесь способ справиться с этим.

Практикум. Случай № 25

Перемещение идущих впереди машин с вашего пути

Несколько лет назад мне и моей жене было необходимо раз в неделю ездить на машине в город, расположенный на расстоянии больше 160 километров от нашего дома. Магистраль была всегда заполнена транспортом, и поездки становились долгими и утомительными.

Однажды я сказал жене: «Милая, сегодня ты сядешь за руль, а я уберу все машины с твоего пути». Как и ожидалось, она подумала, что со мной не все в порядке. «Ты только поезжай по скоростной полосе и оставайся на ней, — убеждал я ее, — а я буду заботиться о том, чтобы дорога впереди тебя оставалась свободной для проезда». Будучи неконфликтным и доверяющим мне человеком, она согласилась.

Через несколько секунд после того, как наша машина вылетела на скоростную полосу автомагистрали, мы быстро приблизились к идущей впереди машине. Я изменил состояние своего сознания до основного экстрасенсорного уровня (разумеется, глаза при этом были открыты) и обратился

к водителю идущей впереди машины с просьбой подобного содержания: «Сэр, я был бы весьма признателен вам, если бы вы могли съехать на правую полосу и дать нам возможность проехать, потому что нам необходимо срочно попасть в то место, куда мы направляемся. Благодарю вас».

Он немедленно съехал на правую полосу движения. Я мысленно поблагодарил его снова, когда мы проезжали.

В этот день я убрал с нашего пути все машины. Однажды, когда на участке дороги впереди не было транспорта, я задремал, и меня разбудила жена, которая толкала меня под ребра и говорила: «Проснись. Приблизительно в 0,8 километра от нас впереди едет грузовик». Моя жена шутила, поскольку ей так понравилось вести машину по свободной от транспорта дороге, что она хотела ехать назад таким же образом.

После того как я проделал это несколько раз в то время, когда за рулем была моя жена, я попытался одновременно вести машину и передвигать транспорт с моего пути. И это всегда срабатывало.

В течение почти девяти месяцев, преодолевая еженедельно многие километры пути, мы встретили только одну машину, водитель которой не отреагировал на мою мысленную просьбу немедленно. Об этом стоит рассказать, потому что подобный случай иллюстрирует важную часть экстрасенсорной деятельности.

Я был за рулем, и передо мной ехал четырехосный грузовик. Я, как обычно, мысленно обратился к водителю, но он не ответил. Я повторил мою просьбу несколько раз, но ответа так и не получил.

Как раз когда я задавался вопросом, почему так происходит, грузовик рванулся вперед и начал сворачивать с дороги в сторону. К счастью, водителю в конце концов удалось остановить грузовик на безопасном месте с правой стороны дороги, но прежде он произвел несколько пугающих маневров на обеих полосах магистрали. Если бы он посторонился, давая мне возможность проехать мимо, о чем я мысленно и просил его, некоторое время мы бы ехали рядом с ним. А когда у грузовика лопнула шина, без сомнения, он с гро-

хотом врезался бы в нашу машину с той стороны, где сидела моя жена. Высший разум взял на себя заботу обо мне, потому что я не позаботился о собственной безопасности. Очевидно, моя мысленная передача была заблокирована высшим разумом, чтобы защитить меня. Теперь вы понимаете, почему я научил вас создавать предохраняющий щит (глава 4)?

Это мысленное упражнение устранения транспорта с дороги в значительной степени обострило мои телепатические способности и, что более важно, научило меня действовать эффективно на экстрасенсорном уровне с открытыми глазами, одновременно с этим занимаясь чем-то еще.

Упражнение 39

Мысленное передвижение транспорта с дороги

- Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- Если вам известно, какого пола водитель в едущей впереди вас машине, обращайтесь к нему (ней) соответственно «сэр» или «мадам».
- Если вы не знаете пола водителя, обратитесь к нему следующим образом: «Водитель красного “мустанга”» или с более подходящими словами по вашему выбору.
- Полностью ваша мысленная беседа будет похожа на приведенную ниже: «Сэр, мне необходимо проехать мимо вас, а вы загораживаете мне дорогу. Я был бы весьма признателен вам, если бы вы могли без риска для себя и окружающих съехать на другую полосу движения на несколько мгновений, что позволит мне благополучно обогнать вас. Спасибо».
- Когда вы будете проезжать мимо, мысленно скажите что-нибудь вроде: «Благодарю вас, сэр. Я вам очень признателен». Если вы привлечете внимание этого водителя, вы можете также улыбнуться и кивнуть головой.

Это все о перемещении транспорта с дороги. Конечно, я очень рекомендую предварительно создать ваш предохранительный щит и систему тревоги, дабы избежать аварии.

ЭКСТРАСЕНСОРНЫЙ ЗВОНОК БУДИЛЬНИКА

А вот описание того, как практически использовать свое сознание, которое также поможет усилению ваших экстрасенсорных способностей. Когда вы отправляетесь спать, направьте силы своего сознания на то, чтобы проснуться в положенное время. В следующем упражнении объясняется, как это сделать

Упражнение 40

Звонок будильника

- Отправляясь спать, закройте глаза и выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- Визуализируйте часы.
- Установите на часах время, когда бы вы хотели проснуться. Например, вам надо встать в семь часов утра.
- Вновь мысленно подтвердите: «Семь часов утра — это то точное время, когда я хочу проснуться».
- Затем засыпайте.
- Утром ваше пробуждение будет весьма внезапным. Сразу же посмотрите на часы. Они должны показывать ровно семь часов утра (или любое другое время, на которое вы установили свои мысленные часы).
- Если вас разбудили в пределах пяти минут до или после назначенного вами для пробуждения времени, рассматривайте это как точный ответ своего экстрасенсорного сознания.
- Сразу же быстро закройте глаза и мысленно скажите: «Спасибо. Это та точность и способность к реагированию, которой я желал бы во всей моей экстрасенсорной деятельности»

- ♦ Затем откройте глаза и займитесь повседневными делами.
- ♦ Если ваши мысленные часы отстают или спешат больше, чем на пять минут, не соглашайтесь с тем, что это достаточная точность, потому что это небрежный мысленный ответ. Ваш мозг способен на более высокую точность, и вы можете настаивать на этом.
- ♦ Во-первых, проверьте точность ваших собственных часов. Однажды меня разбудили на три минуты позже того времени, которое мне было нужно, согласно моим мысленным часам (я настаиваю на большей точности, чем эта). Я связался с Бюро стандартов и выяснил, что мои часы спешат на три минуты. Мой мозг был точен. Не ругайте свое сознание до тех пор, пока вы не проверите часы.
- ♦ Если ваши часы идут правильно, измените сознание и скажите: «Я благодарен, что меня разбудили. Тем не менее это не тот уровень точности, которого я требую для своей экстрасенсорной работы. Отныне мне нужна полная точность. Когда я устанавливаю звонок будильника, я хочу, чтобы меня разбудили точно в то время, которое я выбрал. Я не допускаю небрежных результатов».
- ♦ Затем откройте глаза и занимайтесь своими делами. Позже, когда вы отправитесь спать, установите свой экстрасенсорный будильник еще раз. Повторяйте этот процесс каждую ночь до тех пор, пока вы не будете удовлетворены непротиворечивыми и точными результатами.

Можно также видоизменить порядок выполнения данного упражнения, чтобы сознание могло предупредить вас о назначенной встрече или расписании встреч на день. Чтобы это сделать, следуйте вышеописанной методике за исключением следующего: вместо того чтобы сказать своему мозгу о необходимости разбудить вас, скажите ему, чтобы он предупредил вас в определенное время дня миганием лампочки в вашем сознании, заставив вас взглянуть на часы, жужжанием в ушах или с помощью каких-либо иных выбранных вами способов. Отнеситесь к этому творчески.

НАХОЖДЕНИЕ МЕСТА ДЛЯ ПАРКОВКИ

После моего успеха с перемещением автомашин я решил зарезервировать место для парковки своей машины. На самом деле я отнюдь не возражал против того, чтобы пройти некоторое расстояние от машины до того места, куда мне надо было. Я просто хотел посмотреть, получится ли это у меня (люблю упражнения).

Практикум. Случай № 26 *Нахождение места для парковки*

Прежде чем покинуть дом, я изменяю свое состояние сознания до основного экстрасенсорного уровня и визуализирую ближайшее к двери того здания (супермаркет, работа и т. д), куда я направляюсь, место на парковке.

Я визуализирую место на стоянке автомашин как незанятое с надписью: «Зарезервировано для Билла Хьюитта».

И знаете что? Это всегда срабатывает на сто процентов.

Затем я усложнял задание: занимал третье, или пятое место от двери, или какое-либо другое место на парковке, которое мне хотелось. И это также всегда срабатывало на все сто процентов.

Я перестал заниматься этим спустя несколько месяцев просто потому, что меня не интересовала возможность сэкономить несколько шагов, но в действительности подобные тренировки усилили мою визуализацию и экстрасенсорные способности.

Попробуйте осуществить это сами. Следующее упражнение покажет вам, как резервировать место для парковки сво-

ей машины. Это и забавно, и одновременно является прекрасным упражнением для развития экстрасенсорных способностей.

Упражнение 41

Резервирование места для парковки машины

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Визуализируйте место для парковки, которое вы хотели бы занять, когда подъедете туда, куда вам нужно.
- ♦ Визуализируйте это место для парковки незанятым.
- ♦ Мысленно определите расположение данного места для парковки. Например, думайте, что это первое место в третьем ряду от Волнат-стрит на стоянке Вол-Март.
- ♦ Мысленно поместите здесь надпись: «Занято для (укажите ваше имя)».
- ♦ Скажите «спасибо» высшему разуму.
- ♦ Откройте глаза, продолжите путь к месту вашего назначения и припаркуйте машину на зарезервированном для этого участке.

Вы можете попробовать другие варианты на эту же тему. Сделайте так, чтобы перед вашей машиной светофоры показывали только зеленый свет, либо зарезервируйте себе место в кинотеатре или на стадионе. Идея у вас есть. Проявляйте творческий подход, так как вы тренируете свои экстрасенсорные способности.

КАК НЕ ЗАСНУТЬ ЗА РУЛЕМ

Приходилось ли вам испытывать непреодолимое желание заснуть или находились ли вы в состоянии сонливости, будучи за рулем во время долгого путешествия?

Вы можете использовать свое экстрасенсорное сознание, чтобы преодолеть сонливость и решить эту проблему.

Упражнение 42

Как оставаться бодрым и не засыпать

- ♦ Когда вы чувствуете себя полусонным или вялым, немедленно съезжайте с дороги на обочину, остановитесь и заглушите мотор.
- ♦ Включите аварийные фары (если уже стемнело), чтобы водители других машин могли вас видеть.
- ♦ Закройте глаза и выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень.
- ♦ Попросите вашего ангела-хранителя приглядывать за вами, пока вы не прибудете в целостности и сохранности в пункт вашего назначения. Вы можете сказать что-нибудь похожее на следующее: «...пока я благополучно не доберусь до дома и не окажусь в постели» или «...пока я не окажусь в моей комнате в мотеле». Не говорите в общих выражениях — таких, как «...пока я не доберусь до Сент-Луиса». Позже я объясню почему.
- ♦ Оставайтесь на основном экстрасенсорном уровне с закрытыми глазами недолго, отдохните в течение 5–15 минут, по вашему выбору.
- ♦ Затем сделайте мысленно самому себе внушение приблизительно такого содержания: «Теперь я полностью отдохнул».

как если бы я крепко проспал не меньше четырех часов. Через несколько минут я открою глаза и буду чувствовать себя бодрствующим и внимательным. И я буду оставаться бодрствующим и внимательным всю дорогу, пока не достигну... (определите точно место вашего назначения)».

- ♦ Откройте глаза и продолжите свое путешествие.

Вот важное основание для того, чтобы вы не использовали общих определений при указании места назначения в этом упражнении.

Если вы скажете: «...до тех пор, пока я не доберусь до Сент-Луиса», ваш мозг позволит вам заснуть, когда вы доедете до Сент-Луиса. Но возможно, когда вы доедете до черты города Сент-Луиса, то будете вести машину со скоростью более 88 километров в час (или даже быстрее) и все еще находиться за много километров до того места, куда вам предстоит доехать. Так что это не самое лучшее время для того, чтобы заснуть за рулем.

Вы должны соблюдать точность в тех указаниях, которые даете своему сознанию.

Можете использовать этот метод всегда, когда вам нужно оставаться бодрствующим и внимательным длительное время, как в том случае, если бы вы слушали лекцию. Я использовал данную технику много раз, чтобы оставаться бодрствующим, когда работал по ночам.

УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАВЫКОВ

Все мы обладаем навыками, которые хотели бы усовершенствовать, будь то печатание на машинке, спорт, вождение автомобиля, кулинария, произнесение речей, сочинительство или что-либо еще, что вас интересует.

Ваше экстрасенсорное сознание может помочь вам в значительной степени усовершенствовать их.

Упражнение 43

Усовершенствование любых навыков

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Выйдите или на свой основной экстрасенсорный уровень, или на Берег времени, по вашему выбору.
- ♦ Визуализируйте себя самого, прекрасно владеющего навыком, над которым вы работаете.
- ♦ Посмотрите на себя в состоянии расслабленном, но все еще бдительном и счастливом оттого, что вы прекрасно овладели этим навыком.
- ♦ На несколько минут зафиксируйте картинку вашего прекрасного владения данным навыком.
- ♦ Затем мысленно скажите: «Это то, чего мне хотелось бы достичь с помощью высшего разума: стать лучшим (назовите навык), каким я только способен».
- ♦ Откройте глаза.

Ваш усовершенствованный навык станет реальностью в физическом мире. В зависимости от степени сложности навыка, разумеется, это может произойти не сразу и займет некоторое время.

Например, что, если ваша теннисная игра не устраивает вас? Визуализируйте себя играющим прекрасную партию. Делайте это ежедневно, и вы увидите, как ваше владение ракеткой и на самом деле улучшается. Сохраняйте визуализацию, продолжая играть в теннис, пока качество игры не станет вас устраивать полностью.

Это не значит, что вы можете визуализировать себя делающим что-либо, чего вы никогда не делали прежде, и немедленно стать экспертом. Вовсе нет. Визуализация поможет усовершенствовать навык, которым вы уже владеете, или овладеть новым. Но визуализация бессильна наградить вас владением определенным навыком без каких-либо усилий с вашей стороны.

Помните: желание, чтобы стать действительностью, всегда должно подкрепляться творческим действием. Бесплатно прокатиться не удастся. Любишь кататься — люби и саночки возить.

ЧТЕНИЕ/ОБУЧЕНИЕ

Ваши экстрасенсорные способности дают вам превосходную возможность читать или изучать, удерживать в памяти и понимать то, что вы только что изучили.

Упражнение 44

Превосходное понимание

- ♦ Закройте глаза.
- ♦ Выйдите на свой основной экстрасенсорный уровень или на Берег времени.
- ♦ Мысленно скажите себе: «Через несколько минут я собираюсь открыть глаза и прочитать (приведите название книги, которую вы собираетесь читать). Я буду прекрасно воспринимать прочитанное и буду в состоянии активизировать в памяти все прочитанное мною прежде по желанию».
- ♦ Откройте глаза и занимайтесь другими повседневными делами.

Вы зафиксировали информацию для последующего применения, когда бы это ни потребовалось.

Вы также можете использовать этот метод во время лекций, чтобы ваша память значительно активизировалась и восприятие услышанной информации обострилось.

Продолжение обучения

Теперь, когда у вас есть методика для использования экстрасенсорных возможностей, чтобы углубить ваше восприятие, вы можете подумать о продолжении обучения в области экстрасенсорики или оккультизма после окончания чтения этой книги.

Жизнь, если прожить ее во всей полноте, является постоянным поиском знания. Так что продолжайте учиться, но с одним условием: учитесь благоразумно.

Что означает «учиться благоразумно»?

В предисловии к этой книге я сказал, что есть много людей, которые знают цену многого и не знают истинной ценности. Такие люди подобны профессорам из башни из слоновой кости, о которых мы все слышали и которые могли цитировать по памяти любые даты, имена и события начиная с самых ранних периодов истории, но были не в состоянии выполнять такие задачи, как резервирование мест и приобретение билетов для посещения тех мест, о которых они так много знали.

Стремление к учебе может быть бессмысленным. Я знаю людей, которые с неослабевающей силой стремятся посетить каждый доступный курс наук, имеющих какое-либо отношение к психическим явлениям, гипнозу, астральным путешествиям, снам, телепатии и т. д. Они с трудом дожидаются, когда закончится одна книга или один урок, чтобы можно было начать изучать что-то другое. Такие люди читают все как-либо относящееся к любому вопросу экстрасенсорики. Они знают и про рольфинг*, и про повторное рождение** или перерождение, и про астральные путешествия, и книги Эдгара Кейси*** и т. д. Эти люди — потрясающие собеседники

* Структурная интеграция в телесной психотерапии. Физическому контакту наибольшее внимание уделяется в спорном методе телесной терапии — структурной интеграции, называемой иначе «рольфинг» (по имени его основателя, американского биохимика и физиотерапевта Иды Рольф (1896—1979)).

Целью структурной интеграции является манипулирование и расслабление мышечной фасции с тем, чтобы окружающая ткань могла перестроиться в правильное положение. Процесс терапии состоит из глубокого массажа с помощью пальцев, суставов пальцев и локтей. Этот массаж может быть очень болезненным. Чем больше напряжение, тем сильнее боль и тем больше необходимость манипулирования. — *Здесь и далее прим. пер.*

** Ребефинг (rebirthing), «повторное рождение». Позволяет: проанализировать свой наиболее ранний опыт; сопоставляя полученную информацию со своим восприятием, осознать влияние раннего опыта на свое мировоззрение и поведение; скорректировать опыт, дающий нежелательные последствия.

*** Эдгар Кейс (1877—1945) — знаменитый американский целитель и ясновидящий.

на вечеринках. И все же, даже со всем этим «изучением», они неспособны выполнять самые простые экстрасенсорные задачи, изменять состояние своего сознания по желанию и достигать определенных экстрасенсорных целей.

Ирония состоит в том, что все эти книги и курсы были стоящими. Тогда почему эти люди не учились? Потому что обучение — это не стремление, а сам процесс, который начинается глубоко внутри человека.

Именно в этом контексте я и буду дальше обсуждать ваше последующее обучение.

С этой книгой вы перенесетесь в область экстрасенсорики. Но сейчас, в данный момент, вы еще не понимаете или не осознаете возможности тех навыков и знаний, которыми вы владеете во всей их полноте. Вы и не можете знать этого, пока вы не начнете использовать свои вновь обретенные экстрасенсорные способности ежедневно. Поэтому ваш следующий последовательный опыт изучения должен состоять в том, чтобы учиться практически, выполняя и закрепляя на практике полученные теоретические знания.

В настоящее время я рекомендую, чтобы вы поставили дополнительное официальное экстрасенсорное обучение на второе место. Есть различные религии, культы и организации, имеющие собственные учения экстрасенсорного развития и предоставляющие хорошие курсы лекций. Однако дайте себе прекрасный шанс развивать и использовать то, что вы узнали из этой книги, перед тем как перейти к дальнейшему обучению.

Я предполагаю, уйдет по крайней мере год, прежде чем вы приступите к дальнейшему официальному обучению.

Существует множество путей к экстрасенсорному развитию и практике. Если вы будете продолжать менять дороги, то не сможете много путешествовать и не достигнете своего предназначения. Или, по крайней мере, вам может потребоваться гораздо больше времени, чтобы достичь места назначения.

Вместе с тем я рекомендую вам много читать для расширения вашей ежедневной экстрасенсорной практики. То есть

идея состоит в том, чтобы позволить вам экспериментировать и учиться самостоятельно в той степени, которая является для вас наилучшей. Если вы станете действовать на пределе своих сил и перенапряжетесь, пытаясь достичь результатов слишком быстро, то можете на самом деле закончить тем, что остановитесь в своем развитии.

Я бы порекомендовал следующий план, которому вы могли бы следовать. Он выглядит следующим образом.

1. Начиная с сегодняшнего дня используйте ваши экстрасенсорные способности и продолжайте делать это каждый день. Применяйте все, что вы узнали из этой книги, и дайте себе шанс создавать иные экстрасенсорные методики по мере роста ваших экстрасенсорных возможностей.
2. После приблизительно двух месяцев ориентированной на теорию практики, которая была описана выше, возьмите книгу по вашему выбору и между делом (без предварительного намерения) прочтите ее. И, конечно, продолжайте тренироваться ежедневно. Так как каждый из нас уникален, выбор книги, необходимой именно вам, остается за вами. Но вообще, хорошим началом для обучения может служить книга У. Хьюитта «Самогипноз».
3. Пусть пройдет хотя бы месяц с момента прочтения вами первой книги для того, чтобы выбрать следующую для чтения по воле случая. И, конечно же, продолжайте ежедневные практические занятия.
4. Продолжайте выбирать книги, которые вам нравятся, делая перерыв по крайней мере на один месяц между окончанием чтения одной книги и началом знакомства со следующей.
5. После того как пройдет примерно около года такого саморазвития ваших экстрасенсорных сил, вы сможете определить для себя самого, нуждается или нет в дальнейшем официальном обучении. Возможно, вы даже к этому времени получите представление о том, чем будете заниматься в области экстрасенсорности. Если этого не случится, спросите совета у своего духовного наставника или ангела-хранителя.

Возможно, девяносто процентов из вас (это мое предположение) не будут нуждаться в дальнейшем официальном обучении, потому что вы откроете, как учиться и становиться специалистом благодаря саморазвитию и самообучению.

Несколько лет назад мой духовный руководитель настоятельно попросил меня прекратить официальное обучение и использовать те навыки и знания, которыми я овладел. Это был прекрасный совет, и я ему последовал. Теперь я овладеваю знаниями только самостоятельно с помощью своей практической деятельности в качестве гипотерапевта, время от времени углубляя их изучением новых книг по воле случая. Мои экстрасенсорные способности даже подводят меня к тому, что необходимо прочитать, когда мне это нужно.

Следуя этим пяти шагам согласно плану, вы сделаете экстрасенсорную практику частью вашего повседневного образа жизни в каждом ее аспекте.

Затем вы начнете осознавать ценность всего и вся, и не только в денежном выражении.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ И ПРОГНОЗ

Использование экстрасенсорных способностей — это образ жизни. Теперь вас не сдерживают рамки традиционного образа жизни, как бывало прежде. Теперь у вас в наличии мгновенная способность сделать свою жизнь настолько полноценной и максимально захватывающей, насколько это только возможно. Практически нет ситуации, с которой бы вы не могли справиться легко, без помех и с хорошим результатом. Это действует!

Повышайте свою чувствительность, чтобы быть постоянно внимательными к возможностям использования каждого экстрасенсорного фокуса, который есть у вас в запасе. Это вовсе не означает, что это будет какой-то громадный проект, на который вы направите свою энергию, хотя, безусловно, может быть и так.

Возможно, вы услышите по радио, что в вашем городе вооруженный бандит удерживает заложников. Используйте свои экстрасенсорные возможности, чтобы выступить против преступника, поговорите с ним разумно на экстрасенсорном уровне так, чтобы он никому не причинил вреда. Пошлите мужество и чувство защищенности заложникам.

Что, если вы не уверены, каким образом решать ту трудную задачу, которую поставил перед вами ваш начальник? Используйте экстрасенсорные возможности, чтобы найти способ.

Решите проблему мысленно, и затем выполните ее на практике согласно советам вашего мозга. Проблемы нет! Или, скажем, вы увидели на улице плачущего ребенка. Если у вас нет

возможности остановиться и помочь, тогда пошлите ему помощь и утешение на экстрасенсорном уровне.

Я не сторонник использования экстрасенсорных возможностей в качестве бегства от действительности или уклонения от неприятностей. Вы должны всегда предлагать физическую помощь, когда это необходимо. Но тем не менее существует тысяча случаев, когда вы не в состоянии ее оказать. В таких случаях используйте ваши экстрасенсорные возможности.

Теперь, когда вы создали для себя новый образ жизни, я могу дать вам последнюю часть советов, которая, как мне бы хотелось надеяться, произведет на вас впечатление.

Не поражайтесь себе самому. Не надо оповещать всех вокруг, кто согласен слушать: «Я гипнотерапевт. Дайте мне вторгнуться в ваши дела».

Я даю этот совет потому, что лично знаю экстрасенса, который стал тщеславным и эгоцентричным. Я видел экстрасенсов, утративших свои способности, потому что они начали думать, что сами по себе являются источником силы.

Единственным источником силы является Высший Первоисточник, который создал все. Вы обладаете привилегией быть средством передачи для выражения этой силы, контактером.

А что до криков «Я экстрасенс!», то что из этого? Таков потенциально каждый человек. Эка невидаль! Вы просто научились тому, как пользоваться некоторыми из ваших способностей, данных вам при рождении Создателем. И не надо хвастаться этим.

Живите своей жизнью, в тихом счастье, используя свои экстрасенсорные способности, чтобы создать для себя лучший мир.

В некоторой мере ваша жизнь — это уже начало изменений к лучшему.

Если вы будете продолжать тренировать ваши экстрасенсорные способности каждый день, даже в течение непродолжительного времени, изменения будут продолжаться и станут более глубокими. Вы — целое представление, вы и

сценарист, и актер, и помощник режиссера, и директор. По вашему желанию происходят определенные события, просто потому, что вы хотите этого. Уровень достигнутых вами успехов прямо пропорционален вашим усилиям, настойчивости, упорству, вере, надеждам, силе, открытости, готовности воспринимать впечатления и обучению.

Вы заметите, что существует множество вещей, которые происходят вокруг вас, когда станете все больше и больше приближаться к высшему разуму, сливаясь с ним. У вас будет опыт, который возникнет в мгновение полного понимания, озарения, которое почти не поддается адекватному описанию. Это происходит потому, что наш словарный запас разработан для физического мира, в котором мы временно проживаем, а эти опыты не являются материальными. Следовательно, в лучшем случае слова нашего материального мира только частично способны описывать понятия мира нематериального.

Если вы чувствуете музыку по опыту в физической сфере, это ощущение будет так экстраординарно глубоким и красивым, что вам не хватит слов, чтобы выразить всю силу ваших переживаний. Вы представите это в мысленных образах, услышите невербальные звуки. В какие-то доли секунды вы достигнете полного понимания каких-то явлений, однако может потребоваться несколько часов, чтобы словами выразить всю ту информацию, которую вы получили мгновенно. И даже тогда вы обнаружите, что ваше объяснение слишком коротко, чтобы выразить все ощущения и мысли.

Во время медитации несколько лет назад ко мне внезапно пришло осознание реинкарнации. Я не придавал этому особенного значения, меня данный вопрос попросту не заинтересовал.

Во время этого заслуживающего особого внимания сеанса медитации я не стремился получить информацию о реинкарнации, но она поступила ко мне мгновенно. Я не в состоянии в достаточной мере объяснить словами внутреннее понимание и знание, полученное мною. Информация

поступила как полное понимание явления реинкарнации, и это лучшее объяснение, которое я могу дать. Когда у вас появится собственный опыт, вы поймете, что я пытаюсь сказать.

Вы также заметите и почувствуете, что вас медленно подводят к другому кругу и уровню знакомств и взаимоотношений. К вам приблизятся те, кому вы можете помочь, или вы приблизитесь к ним. Те, кто может помочь вам самому, станут ближе к вам, а вы к ним. Вас быстро отлучат от нежелательных людей и связей. Через некоторое время вы оглянетесь назад и обнаружите, что те, кто прежде занимал главное место в вашей жизни, более не важны для вас. Ваша жизнь войдет в такое измерение, которого вы даже не могли предсказать.

Претерпит изменения и ваша система ценностей в целом. То, что прежде, бывало, тревожило вас, теперь даже не заставит остановиться. Алкоголь перестанет быть важным для вас, даже если когда-либо прежде он и был таковым. Вы можете выпить случайно, но если такая возможность не представится, вам это будет безразлично.

Вполне возможно также, что и запах сигарет и курение станут вызывать у вас отвращение. И в результате, по крайней мере отчасти, это приведет к тому, что вы все больше станете действовать в измененных состояниях сознания, как преднамеренно, так и спонтанно. Измененное состояние сознания обостряет чувства. Соответственно, курение и сигареты становятся серьезными раздражителями и могут вызывать сильнейший дискомфорт. Когда я нахожусь в состоянии измененного сознания (что занимает большую часть времени), курение и запах сигарет поблизости вызывают у меня отек горла, поражение слизистой оболочки полости носа, которое приводит к остановке дыхания и вызывает резкий кашель.

Весьма вероятно, что вы станете одиноким в своей независимости и свободе. Вы не будете чувствовать себя связанным обязательствами со слоями общества, группами людей или правилами. Никто не станет принимать за вас решения о том, как жить. И в то же время вы будете чувствовать себя связанным настоящим духовным обязательством со всем

и вся. Вы ясно увидите свои обязанности и осознаете столь же ясно ответственность других людей.

Это сравнимо с тем, что вы воспринимаете всех людей как индивидуальные вселенные. Каждый из нас всего лишь пузырек воздуха, перемещающийся куда и как хочет. Все люди могут объединяться, как пузырьки смешиваются и сливаются воедино. Они могут перемешиваться на очень короткий промежуток времени или надолго.

Смешиваясь, эти пузырьки воздуха делятся определенными частями друг с другом, все еще поддерживая собственную индивидуальность и автономию. В какой-то момент пузырьки отделяются и плывут, чтобы приблизиться к другим пузырькам. Те же самые пузырьки могут объединяться на некоторое время, затем какое-то время плавать обособленно, затем снова воссоединяться и т. д.

Так же это происходит и с вами, и с вашими взаимодействиями с другими людьми. Вы приобретаете опыт от общения с другими и передаете опыт им. Но и вы, и они все еще остаетесь хозяевами собственных вселенных и выбираете направление для своего обучения и духовного роста. Невозможно отдавать что-либо без получения чего-либо взамен.

Мой следующий личный пример заставит вас посмотреть на происходящее с точки зрения того, что может произойти в перспективе.

Практикум. Случай № 27

Что происходит вокруг, то возвращается к вам

Несколько лет назад путем гипнотического воздействия я помог женщине избавиться от привычки к курению. Она была стеснена в средствах, так что я выполнил работу всего за пятнадцать процентов от моей обычной платы. Тогда она продолжила идти по жизни своим путем и исчезла из моей жизни.

Прошло приблизительно пять лет, ко мне по телефону обратилась женщина. Она была неизлечимо больна, и ей

оставалось жить всего несколько месяцев. Она также испытывала материальные трудности и нуждалась в помощи. В последние месяцы ее жизни я уделял ей много времени, охотно делая все, что мог, чтобы ослабить боль, помочь ей понять природу смерти и преодолеть страхи.

Она умерла. Я чувствовал, что мои усилия были неадекватны, но не знал, что еще можно сделать. В то время, когда я помогал ей, ко мне тем не менее пришло глубокое откровение понимания и знания, и должна была последовать и другая награда.

Хотя я чувствовал, что не сделал многого, чтобы помочь ей, эта женщина, должно быть, думала иначе.

Спустя несколько месяцев после ее смерти ко мне по телефону обратился продюсер программы местного кабельного телевидения, который был долгое время другом умершей леди. На смертном ложе она говорила с этим продюсером; их беседа была почти исключительно посвящена мне и той большой помощи, которую я оказал этой женщине. Телевизионный продюсер был сильно тронут и захотел познакомиться со мной.

Результатом этих событий явилось то, что мне предложили вести платные лекции. Вскоре после данного предложения вышла в свет моя первая книга, и это дало мне возможность популяризировать свою работу и привлечь внимание к ней.

Я могу рассказать и о других подобных случаях, но в этом нет необходимости. То, что происходит вокруг, возвращается к вам. Вы генерируете положительную энергию, и положительная энергия вернется к вам когда-нибудь и в каком-нибудь виде.

Наоборот, если вы произведете отрицательную энергию, то и она также возвратится к вам — будьте в этом уверены! Нет таких вещей, как совпадение. Его не существует. Совпадение — один из примеров слов материального мира, используемых для описания опытов нематериального мира; разве это не достойное сожаления из-за своей неадекватности и несоответствия слово? Люди используют слово «совпадение», чтобы описать случай, который они не понимают. Как экстрасенс вы это поймете.

Уясните для себя одну вещь прямо сейчас: не используйте свои экстрасенсорные способности с целью помочь кому-либо с намерением получить в итоге награду. Такое намерение — ошибочное основание для того, чтобы предложить помощь, и это может произвести отрицательную энергию, которая приведет к результату, обратному тому, какого вы ожидаете.

Используйте вашу власть просто для оказания помощи, потому что вы можете сделать это и у вас есть потребность помогать людям. Знание и осознание того, что вы сделали, что могли, — достаточная награда. И точка. Забудьте об этом и обратитесь к другим вещам. Это станет вашей непроизвольной реакцией, так как вы будете становиться все более искушенным в вопросах, относящихся к сфере нематериального мира.

Вы не всегда будете способны проследить цепь действий, которые приведут к определенному событию. Не беспокойтесь. Если вы должны будете это узнать, то узнаете. В вышеприведенной истории о леди, которой я помог, цепь действий была весьма очевидна. Большинство случаев не столь ярки для вашего сознательного понимания. Именно поэтому важно программировать себя на достижение конечных результатов, а не на определенные временные шаги, которые, по вашему мнению, необходимы для осуществления целей.

Когда-то давно, много лет назад, я запрограммировал себя на то, чтобы стать преуспевающим писателем. Я повторял эту цель с новыми силами ежедневно. Я делал это, но петляющая, извилистая, непредсказуемая дорога, которой я шел, чтобы достичь желаемого, была немислимо сложной. Какое-то время казалось маловероятным, что я вообще был на правильном пути. Позже внезапно завеса поднялась, и предстала перспектива.

Тот якобы неперспективный путь, по которому я следовал, был абсолютно правильным и принес награды и опыты, вышедшие далеко за пределы всего, о чем я мечтал сначала. Если бы я попробовал запрограммировать точный путь,

чтобы следовать по нему, то не был бы способен проникнуть в суть того, что выбираю именно то, что необходимо, и, следовательно, не осознал бы своей цели или не пережил бы всех обогащающих жизнь событий, с которыми я столкнулся на этом пути. К счастью, я запрограммировал только цель и таким образом приобрел жизненный опыт, который не мог бы продать никому другому ни за какие сокровища.

Каждый из нас представляет собой источник энергии в безграничном океане бескрайней энергии. Вся эта энергия разумна. Наше сознание включает в себе много уровней. И все знание, вся информация и энергия доступны нам. Энергия сама по себе ни плоха, ни хороша, она просто существует. То, как мы ее используем, может идти либо на пользу, либо во вред, и это целиком зависит от нашего выбора.

Как только выбор сделан, он не подлежит изменению, и мы должны иметь дело с его результатами раньше или позже, в этой жизни или в другом жизненном цикле. Это закон.

Помните, что Закон бытия, который мы обсуждали в одной из предыдущих глав, гласит: «Что бы ни пришло к вам, что бы ни происходило с вами, что бы вас ни окружало, будет находиться в полном согласии с вашим сознанием; и все, что есть в вашем сознании, должно произойти, и не имеет значения, кто пытается это остановить; и никак не может совершиться то, чего нет в вашем сознании».

Нам следует делать положительный, выгодный, конструктивный выбор. Используйте экстрасенсорные способности для того, чтобы идти в пределах своих возможностей и консультироваться с высшим «я» с целью сделать лучший для вас выбор. Так вы получите руководство, в котором нуждаетесь. Только убедитесь, что слушали этот тихий голос и следовали сказанному с точностью, вместо того чтобы совершенствовать и давать рационалистическое объяснение другому образу действий.

Эти вопросы станут совершенно ясными для вас благодаря собственному внутреннему осознанию, поскольку вы

все больше и больше становитесь собственно самим собой на всех уровнях самосознания, а следовательно, уникальным.

Вот это да! Уникальность! Так все, о чем здесь говорится, это об уникальности? Нет. Это просто начало того, чем является уникальность. Остальное должны узнать вы сами и испытать для себя самого собственным способом, в собственном темпе, в собственное время. Важно то, что ваше путешествие началось, и оно будет поистине захватывающим.

Я говорю об этом, чтобы дать вам указатель в вашем путешествии, чтобы вы были во всеоружии, чтобы сделали лучший выбор.

Будут времена, когда станет казаться, что вы как будто не совершенствуетесь или даже отступаете. Это является временным и необходимым, хотя вам не дано в то время увидеть, почему так происходит. В любом случае придерживайтесь только своих убеждений и целей. Солнце всегда встает и всегда господствует над облаками, которые появляются лишь на время.

Наше нахождение здесь, на Земле, является частью нашего опыта духовного роста. Мы здесь для того, чтобы расти, учиться, вносить вклад, быть счастливыми и достигать определенных целей. Мы находимся здесь, так сказать, на обучении в школе. Поэтому посещайте занятия, будьте внимательны, выполняйте свои домашние задания и переходите из класса в класс, пока вы не закончите школу жизни.

Я замечаю рост сознания. В ваших глазах мелькает проблеск понимания. Так оно рождается. Ваше понимание находится еще в младенческом возрасте, но оно уже существует и начинает расти. Вы начинаете немного понимать, кем являетесь на самом деле, и кто все мы такие, и что такое жизнь, и куда вы направляетесь в этом земном существовании, и какова конечная цель вашего пути.

Я не собираюсь объяснять это вам более обстоятельно и определенно. Сделать так означает ослабить ваш собственный опыт, и я не хочу этого. И в самом деле, нет никакого разумного оправдания тому, чтобы не использовать экстрасенсорные

способности, которыми вас наделили при рождении для полноты вашего осознания. Вы знаете теперь, что у вас есть некая определенная мера способностей и как развить и использовать их. Все, что остается, — это сделать то, что предопределено.

Практикумы, представленные в этой книге, иллюстрируют кое-что из того, что можно сделать при надлежащем использовании экстрасенсорной силы. Поскольку вы отваживаетесь погрузиться в изумительный мир экстрасенсорики, то будете составлять список собственных первых опытов.

Я хочу подготовить вас к одной разновидности ситуаций, с которой вы будете сталкиваться чаще, чем хотите, — к неудачным опытам.

Вы не всегда преуспеее в том, чего вы хотите, и часто не будете знать почему.

Практикум. Случай № 28 *Две неудачи*

1. Однажды вечером мне позвонила молодая женщина с просьбой о помощи. Несколькими годами ранее я читал лекции по экстрасенсорике, и весьма успешно, для нее и некоторых ее друзей. Теперь у моей бывшей слушательницы возникла серьезная проблема. Ее двухлетнего ребенка похитили. Она и бывший муж были вовлечены в ожесточенное сражение из-за опекуна, и женщина подозревала, что это именно он забрал ребенка. Она хотела знать, где находится дочка, в безопасности ли она и т. д. Я пробовал узнать это ежедневно в течение двух недель, и каждый раз впустую. Я оказался не в состоянии помочь ей и чувствовал себя беспомощным.

2. В моей практике были встречи с людьми, которые умерли, несмотря на мою помощь. Правда, врачи уже объявили их неизлечимо больными, прежде чем меня привлекли к процессу лечения. Я не вмешивался в процесс терапии и не изображал доктора. Я только пробовал сделать то, что,

по словам докторов, не могло быть сделано. В тех случаях, о которых я говорю как о своих неудачах, врачи оказались правы.

Когда вы привыкаете к действиям в области экстрасенсорики, то начинаете думать, что всегда можете исправить что-то таким способом, какой выберете. Но это не так. Есть гораздо более высокий разум, чем наш, и мы должны ему подчиняться. Это не наша роль, чтобы все знать или достичь всего в жизни только потому, что мы хотим этого. Наша роль состоит в том, чтобы приложить все усилия, предложить наши услуги со всей честностью и прямоотой и предпринять попытку максимально обогатить все живое и весь мир. Мы преуспеем в тех пределах, которые установлены высшим разумом. Высший разум не ожидает от вас большего, чем есть, и вам не следует ожидать большего от себя самого.

Когда ваши попытки оказываются неудачными в желательных для вас пределах, не препятствуйте. Уясните, что знание высшего разума превалирует и вы работаете в рамках, установленных мировым сознанием, а не в тех, которые осознаете сами.

Теперь забудьте об этом и следуйте дальше своим путем, продолжая прилагать всевозможные усилия везде, где вы только найдете возможность.

Все мы появляемся на свет с врожденными склонностями, которые могут развиться в прекрасные навыки, если мы станем учиться, практиковаться и будем усердны в наших усилиях. Существуют области, к которым у нас есть природные склонности, и такие, в каких у нас совсем небольшие или ограниченные способности. Если мы концентрируемся на развитии и использовании наших врожденных способностей, то можем достигнуть значительных успехов в тех областях, в каких эти способности требуются. Если мы уделяем внимание только тем отраслям, в которых можем проявить недостаточные врожденные способности, мы увидим лишь незначительное улучшение, но вряд ли добьемся какого-либо существенного достижения.

Например, у меня почти нет природных способностей к плотницкой работе. Можно послать меня в школу на целый год для изучения плотничного дела, и, вероятно, я научусь распиливать бревно чуть лучше и стану бить себя молотком по пальцу чуть реже, но я все еще буду не в состоянии создать прилично выглядящую деревянную шкатулку.

Однако у меня есть врожденная способность к сочинительству, и я быстро научился писать приемлемые в профессиональном плане книги, статьи и повести.

То же самое верно и для развития и использования вашей психики особыми способами. У вас обнаружатся определенные психические способности, являющиеся для вас естественными, и те отрасли, способности к которым у вас ограничены. Упражнения, практикумы и обучающая информация, представленные в этой книге, позволят вам сделать первый, главный, шаг к высвобождению своих естественных экстра-сенсорных способностей.

Концентрируйтесь на том, что приходит легко и кажется вам наиболее понятным и естественным. Разумеется, если хотите, можете сконцентрироваться на вещах, которые не являются столь же легкими или естественными, но вы должны понять, что так ваши ожидания оправдаются. То, что ожидания не оправдываются, не является неудачей. Ни один из нас не в состоянии достигнуть величайшего успеха абсолютно во всех областях; это за пределами человеческих возможностей, и мы не были бы людьми, если бы подобное являлось достижимым.

Самый успешный способ довести до неудачи состоит в том, чтобы не пытаться сделать что-либо.

Так что я на самом деле убеждаю вас пробовать все, о чем говорится в этой книге, разрабатывать собственные способы осуществления намеченного и пользоваться ими. Продолжайте исследовать и расширять свою экстрасенсорную деятельность.

Будьте довольны успехами и счастливы и благодарите высший разум.

Не приходите в уныние от своих неудач; они также являются частью вашего процесса обучения.

Благодарите за все ваши опыты, вне зависимости от того, добились ли вы решающих успехов или подавлены неудачей, и продвигайтесь вперед всю оставшуюся часть жизни с открытыми творческими намерениями, используя свои прирожденные экстрасенсорные способности для создания полноценной жизни для себя и для всех, с кем вы взаимодействуете.

Я благословляю вас.

Оглавление

Вступление	7
Глава 1. Измененные состояния сознания	20
Глава 2. Повышение чувствительности первых пяти чувств	31
Глава 3. Как достичь своего основного экстрасенсорного уровня	53
Глава 4. Экстрасенсорная защита	61
Глава 5. Как стать гипнотерапевтом	70
Глава 6. Визуализация	84
Глава 7. Экстрасенсорное исцеление	91
Глава 8. Создание чаши ваших экстрасенсорных целей	97
Глава 9. Ясновидение	108
Глава 10. Телепатия	119
Глава 11. Психометрия	121
Глава 12. Астральные путешествия	129
Глава 13. Берег времени	132
Глава 14. Общение с людьми	140
Глава 15. Общение с духами	144
Глава 16. Общение с животными	150
Глава 17. Решение проблем	152
Глава 18. Ваша система тревоги	156

Глава 19. Экстрасенсорный контроль при передвижении	159
Глава 20. Экстрасенсорный звонок будильника	162
Глава 21. Нахождение места для парковки	164
Глава 22. Как не заснуть за рулем	166
Глава 23. Усовершенствование навыков	168
Глава 24. Чтение/Обучение	170
Глава 25. Подведение итогов и прогноз	175

Издательская группа «ГРАНД-ФАИР»

приглашает к сотрудничеству авторов
и книготорговые организации

Телефон/факс:
(095) 721 - 38 - 56

Почтовый адрес:
109428, Москва, ул. Зарайская, д. 47, корп. 2
e-mail: **office@grand-fair.ru**
Интернет: **http://www.grand-fair.ru**

Серия «Для начинающих»

Уильям Хьюитт

**ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ**

Дизайн обложки Е. Ярошенко

Оригинал макет подготовлен
литературно-художественным агентством
«Абсолют-Юни»

ЛР 065864 от 30 апреля 1998 г.
Подписано в печать 20.02.05.
Формат 84 × 108 ¹/₃₂. Бумага книжно-журнальная.
Печать офсетная.
Усл. печ. л. 10,08 Тираж 7000 экз.
Заказ 6287.

Издательство «ФАИР-ПРЕСС»
109428, Москва, ул. Зарайская, д. 47, корп. 2

Отпечатано в полном соответствии
с качеством предоставленных диапозитивов
в ОАО «Можайский полиграфический комбинат»
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93