

Альберто Виллольдо – Исправление прошлого и исцеление будущего с помощью практики восстановления души

Предисловие

«Когда человек что-то умеет делать очень хорошо, то даже простое упоминание его имени помогает искателю, а уж книга, написанная мастером является просто живым проводником Силы»

*«Если у Читателя в качестве благодарности возникнет желание откорректировать данный текст на предмет удаления опечаток,
делай это без стеснения и вышли на сайт »*

Прохожий.....

Перевёл с английского В. М. Баженов по изданию:

MENDING THE PAST AND HEALING THE FUTURE WITH SOUL RETRIEVAL / Alberto Villoldo, Ph. D. —

Carlsbad, CA 92018-5100 : Hay House, Inc., 2005. На русском языке публикуется впервые.

Описаны методы взаимодействия человека с внешней средой, используемые для лечения разных психосоматических расстройств коренными жителями гор и джунглей Южной Америки, где автор провёл в исследованиях, обучении и тренировках свыше 25 лет.

2006

ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта книга стала результатом двадцати пяти лет исследований шаманских практик, а также моего обучения под руководством шаманов Северной и Южной Америки. Древние церемонии посвящения в шаманы, которые я проходил в Андах и джунглях Амазонки, требовали многих месяцев подготовки. На пути к раскрытию целительных традиций аборигенов мною руководил старый инк* дон Антонио.

Методики восстановления судьбы, о которых пойдет речь в этой книге, представляют собой современную интерпретацию древних целительных практик, которые по сей день используются в Северной и Южной Америке. Среди испаноязычных и индейских общин до сих пор распространена практика исцеления детей, страдающих *susto* (страхами). Ребенка отводят в особое место, чтобы восстановить или вернуть часть его души, которая была им утрачена или отнята у него. Я адаптировал эти практики и рассмотрел их в современном научном контексте.

В большинстве современных аборигенных культур практики восстановления судьбы утрачены. Однако мне посчастливилось провести много лет среди шаманов и прорицателей

народности инка, у которых я научился этим практикам. Пожалуйста, примите к Сведению, что практики, которыми я собираюсь поделиться с вами в этой книге, необычайно эффективны и должны использоваться строго в пределах этических норм. Нужно отметить, что значительная часть продолжительного обучения шамана посвящается этическим вопросам и воспитанию глубокого почитания ко всему живому. Только тогда шен может успешно освоить целительные практики и использовать их на благо других людей.

* Инки (правильнее инка) — индейское племя языковой семьи кечуа, населявшее в XI-XIII вв. территорию современной Перу; создатели одной из древнейших цивилизаций в Южной Америке. — *Прим. ред.*

У вас может возникнуть вопрос: «Разумно ли доверять свое физическое и ментальное здоровье человеку, который прошел недельные курсы шаманизма или энергетической медицины?» Конечно, недельных курсов недостаточно. Если вы ощущаете призвание к тому, чтобы заниматься целительными искусствами, найдите время для серьезных и продолжительных занятий с наставниками, чьи честность, мудрость и практические знания помогут вам раскрыть ваши духовные дарования.

К шаманизму меня привело стремление обрести здоровье и духовную цельность. В процессе исцеления своих душевных ран я научился любить себя и других людей, научился превращать печаль, боль, гнев и стыд, жившие во мне, в источники силы и сострадания. В школе Исцеляющего Света, которой я руковожу, каждый ученик отправляется на поиски самоисцеления, превращая свои душевные раны в источники силы и мудрости. Ученики осознают, что возможность открыть силу и мудрость на своем пути к исцелению — это один из величайших даров, который они позже смогут предложить своим клиентам.

Конечно, не я первый обращаюсь к шаманским практикам американских индейцев. Первые шаги на этом пути сделала антрополог Маргарет Мид, а моя подруга и коллега Сандра Ингерман в своей книге «Возвращение души: восстановление расщепленной личности» («Soul Retrieval: the Fragmented Self») первой открыла для нас силу и красоту этих древних целительных практик, а также дала нам практическое пособие для самоисцеления. Другие авторы, включая Хэнка Вес-сельмана и Джона Перкинса, существенно приблизили нас к пониманию духовного мира аборигенных народов Америки.

И наконец, я хочу отметить, что целительные методы, представленные в этой книге, являются только моей интерпретацией древних целительных практик. Я не беру на себя смелость говорить от лица моих учителей из народности инка или индейских шаманов. Несмотря на то что я имел честь учиться у самых авторитетных знахарей-инков, я не претендую на представление в своей книге всего свода целительных традиций этой народности. Практики восстановления души и обретения судьбы, описанные здесь, являются адаптацией того материала, который я собрал во время своего обучения шаманским искусствам, и за них я несу полную ответственность.

Альберто Виллольдо,

доктор философии

www.thefourwinds.com

ВВЕДЕНИЕ

В 80-е годы я проводил много времени в научных лабораториях, пытаюсь изучить человеческое сознание. Я искал убедительные материальные доказательства присутствия сознания в сером веществе человеческого мозга. Меня интересовала необычайная способность

сознания вызывать психосоматические заболевания, и этот интерес привел меня к психологии и позже к медицинской антропологии.

Через какое-то время мне стало казаться, что научный ответ на занимавшую меня проблему нельзя найти в миллионах синапсов мозга. Я понял, что должен исследовать иной подход к изучению человеческого сознания, и начал с предположения: если сознание способно вызывать психосоматические заболевания, то оно может вызывать и психосоматическое *здоровье*. Я решил найти экспертов, которые объяснили бы мне, как люди могут управлять своим сознанием, чтобы исцелять себя и изменять состояние собственного тела.

В ходе антропологических исследований я выяснил, что в Южной Америке существуют аборигенные культуры. По свидетельствам очевидцев, местные шаманы совершали чудесные исцеления — как приличном контакте, - так и на расстоянии. Я решил отправиться в этот таинственный мир, вооружившись научным подходом,

но в то же время с сознанием, открытым ко всему, что можно было встретить на пути. Я приобрел хороший охотничий нож, пару крепких ботинок и покинул свою лабораторию в Государственном университете Сан-Франциско, чтобы отправиться в дорогу, которая привела меня сначала в джунгли Амазонки, а после к шаманам, жившим в отдаленных горных деревнях Перуанских Анд.

Я был одним из первых антропологов, которым удалось тесно общаться с этими хранителями мудрости. Они являлись последними представителями шаманов народности инка и имели очень ограниченные контакты с внешним миром. На их учения не оказали воздействия ни миссионеры, ни западная культура, и они до сих пор используют целительные практики, которые их предки культивировали в течение тысяч лет и передавали из поколения в поколение от учителя к ученику.

Сначала шаманы в деревнях, которые я посещал, не хотели делиться со мной, человеком с Запада и чужаком, своим наследием, но постепенно мне удалось завоевать их доверие. Приехав туда впервые, я увидел, что в индейских деревнях много детей страдает от болезней, принесенных цивилизацией, в том числе от желудочно-кишечных заболеваний, которые особенно часто поражают младенцев. Поскольку местными лекарственными растениями и другими традиционными инкскими средствами эффективно лечить не удавалось, я начал брать с собой западные лекарства.

Со временем местные жители стали видеть во мне своего рода целителя и познакомили меня со своими целителями, с помощью которых я встретился со многими другими шаманами.

Дон Антонио Моралес, сотрудник университета в Куско и чистокровный инк, стал моим первым наставником. Я поднимался с ним в Анды, где мы занимались медитацией в священных местах и храмах древних инков. Я обучался традиционной медицине инков у женщин из горных деревень — они рассказывали мне о силе, которой обладали животные, и учили меня тому, как соединить свое сознание с сознанием ягуара или кондора. Я научился абстрагироваться от западных знаний и открывать свое внутреннее зрение. Мне открылись пути в Нижний мир нашего прошлого и Верхний мир будущего, а также методики восстановления души и судьбы — чему вы также научитесь, прочитав эту книгу.

РАЗНЫЕ МИРЫ

Индейские шаманы делят коллективное бессознательное всего человечества на три части: Нижний, Средний и Верхний миры. Эти миры не следует понимать как физические. Скорее, это архетипические и энергетические пространства. Как писал известный последователь Карла

Юнга психоаналитик Джун Зингер, «чудо коллективного бессознательного состоит в том, что оно всегда присутствовало во всех легендах и истории человеческой расы, со всеми своими неизгнанными демонами и смиренными святыми, со своими тайнами и своей мудростью, и что оно едино для каждого из нас — микрокосмос в макрокосмосе. Исследовать этот мир гораздо сложнее, чем изучить открытый космос».

Мир, в котором мы живем, работаем и растим детей, — это Средний мир. Верхний мир — это невидимая сфера нашей судьбы и духа. Нижний мир, где записана вся история человечества, — это пространство души. В Среднем мире мы воспринимаем время как линейное (завтрашний день всегда следует за сегодняшним), поэтому нам трудно представить, что можно отправиться в прошлое или будущее. Но с помощью методики, на которой я в дальнейшем остановлюсь более подробно, мы можем посетить Верхний и Нижний миры, найти временные петли и точки перехода из настоящего в прошлое и будущее.

В этой книге вы научитесь тому, как отправиться в Верхний мир, чтобы обрести свою судьбу и реализовать цель своей жизни. Но вы также сможете отправиться и в Нижний мир, где сокрыто ваше детство и опыт прошлых жизней, чтобы вернуть утраченные части своей души, которые принимают форму разных существ: испуганного семилетнего ребенка, страдающей матери или даже жестокого надсмотрщика. Вы узнаете истории этих существ, исцелите их раны и составите новые контракты, которые освободят их от груза прошлого. Затем вы вернете себе эти исцеленные части души и перенесете их в настоящее. Вы откроете сокрытые в себе дарования, которые сможете использовать в своей повседневной жизни в Среднем мире, и получите силу тотемного животного, которое позволит вам войти в контакт со своими природными инстинктами.

ЧЕТЫРЕ ПАЛАТЫ НИЖНЕГО МИРА

Нижний мир является изначальным Эдемом, который, по легенде, мы все утратили. Это рай земной, в который вы можете вернуться в любое время и где утраченные части вашей души сохраняют свою извечную благодать и невинность. Эта сфера разделена на четыре палаты, каждая из которых содержит часть истории вашей души.

1. Первой следует назвать Палату ран. Здесь вы найдете первоначальный травмирующий опыт, который вынудил часть вашей души пуститься в бега и изменить курс вашей судьбы. Вы будете искать не последние по времени проявления этой травмы, к числу которых могут относиться разрушенные отношения или личностный кризис, а сам *источник* проблемы. Это может быть опыт, который вы пережили в раннем детстве, несчастный случай, который произошел, когда вы еще пребывали в утробе матери, или травмирующий опыт одной из прошлых жизней.

У каждого человека имеется первоначальный травмирующий опыт, который порой сказывается на судьбе целых поколений. Так, например, в семье из рода в род повторяется один и тот же сценарий: ее членов буквально преследуют нужда, утраты, дефицит любви, предательство или отказы.

2. Вторая — Палата контрактов. Тут вы найдете все обещания, которые когда-либо дали. Со многими из этих ужасных обязательств вы согласились еще до своего рождения, и о них не осталось следов в вашей памяти и сознании. Источником большинства из этих обязательств являются страх и стресс вашего первоначального травмирующего опыта, а вы зачастую даже не догадываетесь об их существовании. Здесь вы сможете переписать эти контракты и изменить формулировки, которые обрекли вас на жизнь, полную страданий.

3. Третья — Палата благодати. Здесь вы найдете исцеленную часть своей души, которая готова вернуться к вам и принести с собой всю жизненную силу. Благодать позволяет вам двигаться вперед, она приносит радость и душевный покой. Недостаточно только обнаружить патологию, созданную вашими ранами. Вы должны искать красоту, гармонию и уникальные дарования своей души.

Порой, работая с клиентом, я вижу, что его жизненная сила превратилась в слабое, почти незаметное пламя, хотя прежде была мощным, ярким огнем. Едва мерцающего огонька явно не хватает, чтобы обогреть душу. (Такое часто происходит с клиентами, которые страдают хронической усталостью, тревогами и депрессией.) Восстановив утраченную часть души, мой клиент может вернуться к естественному состоянию благодати и полноты жизненных сил, вернуть себе радость жизни.

4. Четвертая — Палата сокровищ. В обычной жизни мы склонны собирать лишь те ценности, которые лежат на поверхности. Но мы должны стараться проникать глубже, чтобы найти более ценные сокровища — драгоценные камни, серебро и золото, которые скрыты в недрах нашего бессознательного. Подобно алмазам, самые ценные сокровища жизни могут быть добыты лишь ценой величайших усилий. Когда я помогаю человеку, который не может понять, кем он хочет стать, восстановить его душу, я открываю для него Палату сокровищ, чтобы он мог найти в ней свой нереализованный творческий или артистический дар. Здесь, в глубинах бессознательного, он может отыскать все ресурсы, необходимые для полноценной жизни.

В каждой из палат вы прочитаете несколько книг из «библиотеки вашей жизни» и обнаружите глубоко сокрытые раны, контракты, благословения и дары.

ПУТЕШЕСТВИЯ В ПРОШЛОЕ И БУДУЩЕЕ

Я собираюсь научить вас тому, как вернуть утраченные части своей души и восстановить ее первоначальную ясность и сияние. С помощью особой практики путешествия в духе — уникального состояния сознания, в которое можно войти посредством направляемой медитации и дыхательных упражнений, — вы научитесь перемещаться по всепроникающей световой матрице, которая образует время в прошлом, настоящем и будущем. Путешествия в духе позволят вам вернуться в прошлое и исправить события, которые произошли много лет назад, и найти более благоприятные варианты судьбы для себя и дорогих вам людей.

Квантовая физика убедительно демонстрирует, что прошлое и будущее соединены непривычным для нашего восприятия непричинным образом. В джунглях Амазонки я научился тому, как использовать открытия современной физики в своей жизни. Например, мой издатель полагал, что книга, которую вы держите в руках, была написана самым обычным образом, от первого до последнего слова. В действительности же я отправился в будущее по линиям своей судьбы и нашел тот вариант будущего, в котором моя книга уже была написана и издана. Увидев это будущее, я смог узнать, что в настоящем моя работа над книгой направляется из будущего которое я выбрал. Другими словами, книге, фактически, создавалась сама, так как ее рукопись создавалась в строгом соответствии с уже опубликованной в будущем книгой. Практика путешествия в духе помогла мне разорвать линейное время и позволила найти в будущем тот вариант судьбы, который был наиболее значимым.

Подобное путешествие в поисках судьбы практикуется в культурах аборигенов по всему миру. Например, австралийские аборигены полагают, что мир был создан на основе «песенных

дорожек», т. е. невидимых троп, представляющих собой пути, по которым путешествовали их предки, своим пением призвавшие этот мир к существованию.

В 1870-е годы в США вождь индейского племени осаджей подобным образом использовал практику путешествия в будущее, чтобы определить, в какой местности лучше жить народу. Для нового индейского поселения была выбрана местность в Восточной Оклахоме, и это решение позволило обеспечить племени благоприятное будущее. Легенда утверждает, что сама Земля говорила с людьми и обещала заботиться о них. И действительно, в результате нефтяного бума 1920-х годов индейцы племени осаджей стали обладателями баснословного богатства, так как на их землях были обнаружены огромные запасы нефти. По сей день осаджи заключают контракты с самыми крупными нефтедобывающими компаниями в стране.

Из этой книги вы узнаете, что после исправления прошлого можно исцелить и свое будущее, найдя в нем самый лучший вариант своей судьбы. Подобно осаджам, вы сможете определить, где лучше жить, кем работать и каким образом установить наиболее позитивные отношения с людьми.

ИСКУССТВО ИСЦЕЛЕНИЯ

Занимаясь практикой восстановления души с сотнями клиентов в течение последних двадцати лет, я понял, что глубокое исцеление происходит скорее в течение нескольких дней или недель, чем месяцев и лет. Это и явилось истиной, которую я искал: сознание превосходит пределы физического тела и определяет здоровье и судьбу человека.

После двух десятилетий исследований в Амазонке и Андах я адаптировал древние практики к современности, чтобы использовать их для исправления нашего прошлого и исцеления будущего. Эти методы совмещают в себе научные открытия в анатомии, психологии, биологии и физике, что делает их совершенно современными и абсолютно научными. Каждый год сотни людей, обучающихся в моем Обществе четырех ветров, узнают, как использовать эти практики, чтобы исцелить себя и других людей.

Но что значит «исцелить будущее»? Значение понятия «исцеление» отличается от понятия «излечение». Хотя очень часто исцеление сопровождается излечением, излечение само по себе не приводит к исцелению. Например, у многих из нас есть знакомые, которые успешно перенесли операцию коронарного шунтирования или удаления опухоли, но так и не исправили своих разрушительных отношений с людьми или не изменили свой рацион питания; в итоге их заболевание вновь дает о себе знать через несколько месяцев или лет. Некоторые люди в течение долгого времени посещают психотерапевта, но до сих пор не смогли выстроить позитивные отношения с людьми или простить своих родителей. Но я знаю и таких, которые говорили: «Онкологическое заболевание спасло мне жизнь», так как оно дало им возможность пересмотреть все аспекты своей жизни и личности — от питания до отношений с людьми и карьеры.

Другими словами, излечение — это дело медицины. Мы говорим, что излечение происходит исчезновением симптомов. Исцеление же — это создание здорового образа жизни путем устранения причин страдания и болезни и последующего создания благоприятной судьбы. Мы занимаемся исцелением.

Современная медицина занимается лечением тела, психология занимается сознанием, в то время как исцеление связано с душой и духом. Шаманы верят, что физический мир уместается в сфере сознания, которая, в свою очередь, находится в пространстве души, удерживаемой духом.

Дух является источником, в котором берет начало все существующее. Дух — это чистый свет.

Подобно визионерам и пророкам древности, способным воспринимать невидимый мир энергии и духа, шаманы понимают, что все существующее во Вселенной создано из света, который образует различные формы материи. В некоторых формах, таких как деревья и камни, свет сгущается, в других, таких как река или солнечное сияние, он более рассеянный. Современные научные открытия подтверждают, что при глубоком взгляде на материю на фундаментальном уровне мы не находим ничего, кроме вибрации и света.

Таким образом, работая с душой и духом, мы можем произвести изменения и на других уровнях, включая тело и сознание. Изменения на уровне духа изменяют мир.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ

Нужно иметь в виду, что к практике восстановления души нельзя подходить легкомысленно. Более того, я настоятельно убеждаю своих учеников не пытаться помогать кому-либо восстанавливать свою душу до тех пор, пока они не освоят эту практику в совершенстве. Методики, описанные в данной книге, помогут вам освоить практику восстановления души, но в начале пути они могут вызывать у вас беспокойство, так как, возможно, вы забыли или подавили в себе негативный опыт, связанный с потерей части вашей души. Однако посредством данной практики вы сможете заново интегрировать все аспекты вашей души.

Методики, предложенные в этой книге, имеют практическое применение. В каждой главе вы найдете примеры направляемых медитаций, которые позволят вам совершать путешествия в духе с целью восстановления целостности вашей жизни. Чем больше вы практикуете эти методик», тем лучше у вас это получается, тем эффективнее вы можете исцелять себя и тем лучшую судьбу сможете обрести. Я понимаю, что вам будет непросто читать упражнения для путешествий в духе, которые порой достаточно длинны, а потом закрыть глаза и воспроизвести в памяти все шаги. Поэтому я советую вам записать их на магнитофон и прослушивать, когда вы будете готовы к путешествию в духе.

В качестве первого шага вам предстоит усвоить, что время по-разному воспринимается разумом и душой, а также понять, какое влияние оказывают на наши чакры раны, полученные нами в жизни. Об этом мы поговорим в следующей главе. Итак, давайте начнем.

Часть 1

ПОДГОТОВКА К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ДУШИ

ГЛАВА 1

ФИЗИКА СУДЬБЫ

Я покинул свою университетскую лабораторию, чтобы отправиться в джунгли Амазонки. В течение трех миллионов лет растительная жизнь здесь воспроизводила себя в бесконечном разнообразии видов лиан, плющей и деревьев высотой с многоэтажный дом. Вчера я обломил ветку, а сегодня обнаружил на месте слома молодой побег. Я живу в условиях непрекращающегося биологического эксперимента.

Завтра я доберусь до деревни, где живет Иг-насио, знаменитый целитель, шаман, способный отправляться в мир, лежащий по другую сторону смерти, человек, которого боятся и любят в этих краях. Индейцы говорят, что он может увидеть ваше будущее так же ясно, как охотник видит следы оленя в лесу.

Жизнь на этой планете существует только в одной форме. И она обладает своеобразным чувством юмора. ДНК исследует себя в форме лягушки, тапира, ягуара, человека, орхидеи, птицы и даже розовобрюхих дельфинов, которые проделали путь в десять тысяч километров к верховьям Амазонки, чтобы превратиться в пресноводную рыбу.

Если бы шаманам была известна эта двойная спираль жизни, ДНК, они непременно назвали бы ее богом.

Из дневника Альберто

Многие культуры аборигенов по всему миру объединяет представление о том, что наши тела, а также тела всех живых существ имеют энергетические центры, или чакры, которые представляют собой вращающиеся спиралеобразные вихри света, где происходит прием, высвобождение и обмен энергией с природой.

Существует семь чакр, расположенных снизу вверх по вашему позвоночнику. Они имеют форму воронок, широкое основание которых располагается на расстоянии 2,5-5 см над кожей, а острая вершина соединяется с позвоночником. Ваше восприятие мира происходит с помощью этих энергетических центров. Например, ощущение любви рождается в сердце, сексуальное влечение и страх — в животе, интуиция и понимание — в области лба. Посредством чакр мир материального тела соединяется с миром света и духа.

Ваши энергетические центры окружены сияющим энергетическим полем, или аурой (о чем более подробно пойдет речь в главе 12). В своем здоровом состоянии эти энергетические центры вибрируют на частоте, соответствующей одному из семи цветов радуги, создавая сияние вашей ауры.

Потери души «записываются» в ваших чакрах. Каждая из них содержит память о болезненных событиях, которые привязывают вас к карме, или судьбе. Разные раны задевают разные чакры, и поврежденная чакра теряет свои жизненные ресурсы. Она становится бесцветной и утрачивает свое свечение. Эмоции, связанные с этим энергетическим центром, приходят в беспорядок, а сияние вашего энергетического поля становится менее интенсивным.

Следующие главы книги расскажут вам о том, как исправить состояние поврежденных чакр во время сеансов восстановления души. Обнаружив первоначальный травмирующий опыт, вызвавший потерю ее части, вы сможете вернуть ее энергию поврежденной чакре.

ЧАКРЫ

А сейчас мы рассмотрим каждый из энергетических центров, начиная с нижних чакр.

НИЖНИЕ ЧАКРЫ

1. Корневая чакра, расположенная в основании позвоночника, является ключом к матери-Земле и женственности. Когда в первом энергетическом центре происходит потеря души, вы чувствуете себя сиротой, перестаете доверять другим и ищите прибежища в материальных вещах. Если этот центр исцелить, все ощущения нужды и недостатка исчезают. Многие из опытов прошлых жизней записаны в первой и второй чакрах.

2. Сакральная чакра находится на четыре пальца ниже пупка. Она активизирует деятельность надпочечных желез и является обиталищем страсти, сексуальности и восприятия себя на ранних этапах жизни. Здесь включается механизм реакции на опасность, который запускает производство адреналина, помогающего вам встретить ее в повышенной физической и ментальной готовности. Если происходит потеря души в этой чакре, механизм реакции на опасность отключается.

Например, моя клиентка Эми на протяжении почти пятидесяти лет после того, как ее в детстве сбил автомобиль, когда она ехала на велосипеде, испытывала последствия резкого выброса адреналина. Эми не пострадала при столкновении, но запомнила, как упала на землю и оказалась под затормозившим над ней автомобилем. Часть души Эми так и осталась «в ловушке» под этим автомобилем на долгие годы, что сделало девушку боязливой и безынициативной.

После успешного использования практики восстановления души Эми вернула себе утраченную часть души, которая научила ее доверять миру и ничего не бояться. Исцелив вторую чакру, вы избавитесь от страхов, и мир больше не будет казаться вам угрожающим.

3. Чакра солнечного сплетения влияет на то, как вы выражаете себя в мире. Здоровая чакра позволяет оставаться собой и следовать своей природе. Но когда в этой чакре происходит потеря души, вами овладевают печаль и стыд или, напротив, ваше самомнение непомерно раздувается. Вы уже не знаете, кем являетесь в действительности. Исцелив этот энергетический центр, вы сможете обрести стабильность в семье и личных отношениях, а также ясное понимание себя и своего места в мире.

Чакра сердца расположена в центре груди. Здесь рождается ваше чувство любви. Когда в этой чакре происходит потеря души, вы начинаете смешивать подлинную любовь со страстной влюбленностью или эгоистично влюбляетесь в себя. Исцелив этот энергетический центр, вы сможете испытывать альтруистическую любовь и научитесь прощать.

Поскольку сердце является осью всей системы чакр, в тех случаях, когда я не могу точно определить, куда должна возвратиться утраченная часть души, я возвращаю ее к чакре сердца моего клиента. И эта исцеляющая энергия передается той чакре, которая больше всего в ней нуждается.

ВЕРХНИЕ ЧАКРЫ

Нижние чакры связаны с землей, а верхние — с небом. Верхние чакры поддерживаются нижними, подобно тому как ветви дерева — его стволом.

5. Чакра горла расположена во впадине между ключицами. Она является центром психических сил, наделяя вас способностью выражать себя без слов. Когда в этой чакре происходит потеря души, у вас наблюдаются нарушения сна, страх публичных выступлений или боязнь быть подслушанным, нарушение веса тела и утрачивается способность распознавать в людях неискренность. Если ваша пятая чакра повреждена, вам трудно быть правдивым даже с самим собой. Исцелив ее, вы можете восстановить силу своей личности и вновь услышать внутренний голос, а также вернуться к ясному и честному общению.

6. Чакра третьего глаза расположена в середине лба. Здесь вы достигаете понимания того, что вы и Бог неразделимы. Посредством этой чакры вы можете выражать заключенное в вас божественное начало, а также видеть его проявления в других людях. Когда в этой чакре происходит потеря души, ваш рассудок начинает преобладать над чувствами. Исцелив эту чакру, вы можете обрести духовную истину и восстановить свою связь с Божественным миром.

7. Чакра короны расположена на самой макушке головы. Она играет роль портала, через который для вас открывается доступ к Небесам. Подобным образом корневая чакра связывает вас с Землей. Когда в чакре короны происходит потеря души, вы чувствуете бесконечное одиночество и потерянность. Исцелив эту чакру, вы сможете путешествовать в духе, преодолевая пространство и время, и обрести единство с Небесами и Землей.

И только исцелив все наши семь чакр, мы можем помочь другому человеку путешествовать в духе и вернуть утраченную часть души.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЧАКРЫ

В восточных традициях принято считать, что все семь чакр расположены в пределах физического тела, но индейские шаманы полагают, что существуют еще две чакры вне тела человека.

8. Чакра души парит над нашими головами подобно сияющему солнцу. Ее часто изображают, например, в виде нимба над головой Христа или сияния, окружающего Будду. Душа протягивает сияющие нити, которые соединяют нас с реками и лесами, с местом, в котором мы родились, и с тем, в котором мы сейчас живем. Эти нити также протянуты в сферу нашей личной истории и судьбы. Следующие главы расскажут вам о том, путешествовать по этим энергетическим линиям, которые я называю *линиями времени*, чтобы исцелить прошлое и повлиять на будущее.

Шаманы знают, что эта чакра является главным архитектором физического тела. Когда вы умираете, восьмая чакра расширяется, образуя сияющий шар, и заключает в себя остальные чакры. После периода искупления грехов и очищения, обязательного между перерождениями, она создает новое тело — и так раз за разом в течение многих жизней. Восьмая чакра определяет наши биологические свойства, а также то, в какой семье и при каких обстоятельствах мы рождаемся.

Подобно тому как столяр может сделать стул, а после без всякой жалости сжечь его в камине, поскольку знает, что легко может сделать новое изделие, восьмой чакре не свойственны сожаления по поводу смерти физического тела — она попросту создает новое. Если в этой чакре остается «запись» потери души, этот дефект передается новому телу. В итоге, как бы вы ни стремились исправить этот дефект, вы будете воспроизводить семьи, жизненные события и отношения с людьми, подобные тем, что имели место в прошлой жизни.

9. Чакра духа располагается на внешней периферии светового энергетического поля, занимающего центр Вселенной, и связывается с бесконечностью. Это матрица всего космоса, всепроникающая сияющая сеть, по которой передаются энергия и информация от одной части Вселенной к другой. Шаманы способны воспринимать эту сеть и взаимодействовать с ней. Они используют эту способность, чтобы «мыслью призывать мир к существованию», осознанно участвуя в эволюции жизни на Земле. Сосредоточение внимания на девятой чакре позволяет путешествовать в прошлом, чтобы исцелять былые травмы, а также отправляться в будущее, чтобы найти там свою судьбу.

Нужно иметь в виду, что мы не можем получить доступ к чакрам души и духа до тех пор, пока не исцелим раны и не восстановим утраченные части души в остальных семи чакрах. Когда мы справимся с этой задачей, наше прошлое больше не станет довлеть над нами и нашей судьбой будет руководить только дух.

ВНЕВРЕМЕННОЕ НАСТОЯЩЕЕ

Для нас, убежденных физиков, различие между прошлым, настоящим и будущим представляется иллюзией — довольно устойчивой, но иллюзией.

Альберт Эйнштейн

Для большинства из нас время определяется тиканьем часов, календарями, историями из прошлого и планами на будущее. Мы воспитываемся с пониманием того, что «время летит как стрела», т. е. неизбежно переходит из прошлого в настоящее, подобно листу, который падает в ручей и потом плывет вниз по течению. Психологи обращаются к детским переживаниям клиента, чтобы найти причину страданий, которые он испытывает в настоящем, а врачи исследуют личную и семейную историю болезней, чтобы выявить источник заболевания.

Это кажется разумным, если вы представляете свою жизнь как цепь причинно-следственных связей. В науке такое представление называется «причинностью». Причинность объявляется законом, который утверждает, что прошлое всегда вливается в настоящее и формирует его.

В представлениях шаманов время движется в противоположных направлениях между будущим и прошлым. Например, нам может казаться, что река лениво течет в море, но в глубине могут существовать подводные течения, направленные к истоку. В то время как большинство людей согласны просто плыть по течению, некоторые одаренные личности способны научиться перемещаться, используя эти «течения времени», чтобы исправлять события, произошедшие в прошлом, и оказывать влияние на будущее. Таким образом, вы действительно можете заглянуть в будущее, чтобы найти ответ на вопрос, занимающий вас в настоящем, и эта способность к интуитивному прозрению позволит вам принять лучшее решение. Будущее всегда вливается в настоящее и формирует его — если мы способны заглянуть в будущее.

Вы научитесь использовать практику путешествия в духе, чтобы выйти за пределы линейного времени и освободиться оттирании причинно-следственных связей. Научитесь приглашать свое будущее в настоящее. Когда вы путешествуете в духе, время перестает существовать. Остается лишь вневременное настоящее, матрица творения, в которой настоящее не проистекает из прошлого. Путешествие в духе позволяет выйти за пределы времени и войти в состояние, в котором все происходит одновременно.

- Под руководством шаманов я научился использовать практику путешествия в духе для того, чтобы войти во вневременное настоящее, чтобы изменить влияние, которое оказывают на меня события моего прошлого.

После курса обучения и практики вы сможете строить свою жизнь на основе будущего так же легко, как сейчас собираете свою жизнь из разрозненных фрагментов прошлого, перенесенных в ваше настоящее. Вы сможете отправляться в любой из вариантов возможного будущего и переносить наиболее желаемое будущее в настоящее.

Путешествия в духе позволят вам освободиться от причинно-следственных законов кармы. Вы сможете жить, стоя одной ногой в мире вневременного духа, а другой — в физическом мире. И тогда вы обнаружите* что оба они в действительности не разделены, а различие между прошлым и будущим — это не более чем иллюзия.

НЕПРОЛИТОЕ МОЛОКО

Ваша врожденная способность воспринимать разнонаправленное течение времени затруднена тем, что вы никогда не переживали, к примеру, такое событие, как «не проливание» молока на пол. Это можно объяснить законом *энтропии* или *Вторым началом термодинамики*. Согласно ему, беспорядок, хаос со временем неизбежно нарастают (чтобы понять этот принцип, не нужно заканчивать факультет физики в Гарварде — достаточно просто обзавестись детьми). Это движение в направлении хаоса мы видим повсеместно (наши дома нуждаются в ремонте, механические часы нужно заводить), поэтому без труда представляем, как молоко переходит из упорядоченного состояния молока в стакане в беспорядочное состояние молока, разлитого по полу, — из прошлого в будущее, но не можем вообразить обратное течение событий. Движение в направлении беспорядка представляется нам неизбежным, и мы полагаем, что Вселенная медленно умирает, постепенно остывая.

Однако живые системы опровергают Второе начало термодинамики: жизнь стремится к порядку, красоте и цветущей сложности, питая при этом отвращение к хаосу. Органеллы соединяются, чтобы сформировать клетки, которые, в свою очередь, объединяются, чтобы воздать ткани. А ткани группируются, чтобы стать органами, создать организм человека и всех живых существ. В то время как неживые объекты в природе неизбежно разрушаются, жизнь продолжает воспроизводить себя В Виде прекрасных цветов, дубов и китов.

За годы обучения под руководством шаманов я понял, что путешествие в духе позволяет получить доступ к тем областям мозга, которые помогают преодолеть Второе начало термодинамики. В физике это явление Называется не локальностью.

НЕЛОКАЛЬНОСТЬ

В квантовой физике мы наблюдаем такое явление: если послать два фотона света в противоположных направлениях, а после захватить один из них поляризатором, то это действие мгновенно влияет и на другой фотон. Значит, между фотонами не существует ни временной, ни пространственной дистанции. Это явление называется нелокальностью или способностью оказывать влияние на события вне ограничений времени или пространства.

Для нелокальности характерно следующее: 1) для того чтобы оказывать влияние на события вне ограничений времени или пространства, не нужна внешняя энергия или сила — требуется лишь желание это делать; 2) не существует времени или пространства, т. е. не существует передачи информации из настоящего в прошлое или будущее. Ни время, ни пространство не снижают способность оказывать влияние на события. Другими словами, не существует одномерности «сейчас» или «потом». В действительности все происходит одновременно.

Наличие нелокальности на квантовом уровне было доказано физиками лишь недавно, но шаманы еще в древности понимали, как связаны между собой события, разделенные временем и пространством. Для большинства людей самым близким опытом, схожим с нелокальностью, может быть молитва — духовная практика, с которой знакомы многие. Более двадцати серьезных научных исследований подтверждают случаи молитвенного исцеления людей на расстоянии. Сила молитвы действует также и на растения. В ходе одного из исследований ученые обнаружили, что ростки фасоли быстрее развиваются, если за них молиться. Это явление не может быть объяснено психологией или эффектом плацебо. Вы не можете повлиять на «сознание» фасоли, заставив ее расти быстрее или успешнее сопротивляться заболеваниям.

Итак, мы понимаем, что с помощью молитвы можно влиять на события и осуществлять исцеление на расстоянии. Но обладаем ли мы способностью влиять на уже •Решившиеся

события? Исследование, опубликовано научном журнале «British Journal of Medicine», представило результаты эксперимента с ретроактивной молитвой. Ученые ввели в компьютер базу данных, составленных из больничных карт десятилетней давности, на пять тысяч пациентов с инфекционными заболеваниями крови. Больничные карты были разделены на две группы случайным образом. За одну из них молились, за другую нет. Затем ученые проверили записи в картах и обнаружили, что пациенты, входившие в группу, за которую молились, провели в больнице меньше времени и у них раньше пришла в норму температура — И это при том, что *за больных молились через десять лет после того, как их выписали из больницы*. В действительности эти события — молитва и болезнь — происходили одновременно, потому что во вневременном настоящем все случается одновременно.

Нелокальностью можно также объяснить то, почему многие явления, которые мы относим к разряду психических, становятся феноменами физического мира. Например, в 1898 году, за четырнадцать лет до спуска на воду «Титаника», был опубликован роман «Гщетность», где подробно описывалось вымышленное судно под названием «Титан». Сходство между реальным и вымышленным судами оказалось удивительным: оба они были объявлены непотопляемыми, оба рассчитаны на три тысячи пассажиров, не имели достаточного числа спасательных шлюпок, у обоих было две мачты и три винта, оба судна столкнулись с айсбергами в апреле. Можно ли считать это совпадением? Или автор романа сумел заглянуть в будущее и увидеть возможную судьбу «Титаника»?

Эксперименты в квантовой физике продемонстрировали, что части Вселенной могут соединяться недо-ступным нашему восприятию образом, причем на этом уровне восприятия могут иметь значение наше сознание и намерения. Мы должны понимать, что во Вселенной все взаимосвязано и составляет единую световую матрицу, в которой нет ни расстояний, ни прошлого, ни будущего.

Путешествие в духе является древней практикой, позволяющей по желанию взаимодействовать с невидимыми энергетическими полями, частью которых являемся мы сами. Практика путешествий в духе научила меня отбрасывать то, что я привык считать собой, в том числе свои душевные раны и болезненные события прошлого. Я нашел свою судьбу, которая всегда была от*крыта для меня, только я этого не осознавал.

Далее вы познакомитесь с методиками, которые позволяют исцелять раны прошлого и изменять судьбу. Вы откроете для себя древние карты, по которым сможете исследовать четыре палаты души. На вашем пути вас будут направлять старые мифы, в которых описывается путешествие героя. Но сначала нам нужно понять, чем отличается судьба от рока.

ГЛАВА 2

ПРЕВРАЩАЕМ РОК В СУДЬБУ

Наука лишь описывает природу, но это не сама природа. Науки заменили старые мифы о богах неба и земли. Мы больше не пытаемся задобрить властелина молний или ветра — мы можем объяснить, как фронт низкого давления приводит к зарождению тропической бури, но мы утратили ощущение тайны и удивления перед лицом творения. Мы знаем, почему цветы привлекают пчел, но забываем вдохнуть аромат роз или уподобиться в простоте своей библейским полевым лилиям...

Этим утром, идя по узкой тропе, я добрался до жилища дона Игнасио. Он живет в

поселении, которое представляет собой несколько построек для одной семьи на берегу реки Мадре-де-Дьос, в переводе — мать Божья. Поселение окружают густые и влажные заросли джунглей. Я спрашиваю мальчика, и он говорит мне, что поселок называется Эль-Инферно, что значит «ад». Вокруг я вижу деревья высотой в многоэтажный дом. Это земля гигантов. Над моей головой кричат попугаи, позади меня медленно течет река. Эта картина представляется мне раем. Ад — это то место, откуда я пришел, каменные джунгли, отвоеванные у природы.

Эль-Инферно. «Мы назвали так поселок из-за птиц, — позже сказал мне дон Игнасио. — Они постоянно кричат недовольными голосами, словно миссионеры».

Из дневника Альберто

Хотя понятия «рок» и «судьба» зачастую употребляют как аксиомы, между ними существует значительная разница. Рок (в восточных традициях — карма) является курсом, определенным вашей семьей, личной историей, генами и эмоциональными травмами. Мы говорим о «злом роке», преследующем народы. Порой мы слышим, как о встрече или разрыве между двумя людьми говорят: «их преследовал рок».

Во многих аборигенных культурах целители различают два вида болезней: те, что посланы Богом, и те, что приходят от человека. Даже если они имеют одинаковые симптомы, в случае болезни, посланной Богом, целитель может лишь ослабить ее симптомы, но не более того.

Другими словами, роком можно считать предопределенный и, как нам кажется, неотвратимый ход событий. Они представляются неизбежными, преследуют нас раз за разом.

Так, например, вы оставляете супругу, женитесь повторно, но и новые отношения тоже не складываются. Рок может даже приносить смерть. Не случайно синонимом понятия «рок» является «фатум», от которого происходит слово «фатальный».

Судьба же (в восточных традициях — дхарма) является целью, или предназначением, в жизни. Судьбу можно найти или реализовать. Древние греки верили, что рок подобен нитям, которые прядут парки*, и сочетание этих нитей в ткани событий не может быть изменено. Но в то же время они видели в судьбе силу, способную повлиять на процесс создания ткани событий. Я полагаю, что судьба может складываться без Божественного вмешательства, но для этого нужно, чтобы вы Осознали свои прошлые раны и обратились к тому призванию, с которым родились. Тогда вы сможете управлять ходом вашей жизни.

. Судьба позволяет вам избавиться от злого рока, превозмочь его, освободиться от негативной эмоциональной и генетической запрограммированности. Научившись распоряжаться своей судьбой, вы освободитесь от Наследия, которое оставил вам рак груди или сердечное заболевание, и решите эмоциональную проблему, которая заставляет вас раз за разом жениться на неподходящих женщинах. Умение распоряжаться судьбой позволяет осознанно управлять своей жизнью, своим лич-цостным ростом и развитием, а не просто пассивно цлыть по течению.

У шаманов свое понимание эволюции — отличное от того, которое предлагают нам биологи. Последние полагают, что эволюция происходит в поколениях, т. е. Наши дети будут умнее и здоровее нас. Ученые убеждены, что в пределах одного поколения эволюционных изменений быть не может. Наука говорит, что наши гены не могут изменяться и мы обречены на то, чтобы наследовать определенные свойства и качества прошлых поколений. Таким образом, если в вашем роду имеется генетическая предрасположенность к определенному

заболеванию, ваши дети не смогут его избежать. Это значит, что предрасположенность к раку груди, которую вы получили от своей матери, только и ждет, чтобы проявить себя, а склонность к сердечным заболеваниям, унаследованная от отца, раньше или позже приведет вас к инфаркту. Но шаманы понимают, что эволюция происходит *в пределах, одного поколения*, поэтому вы можете перепрограммировать свои цепи ДНК и изменить свой генетический код.

* Парки — в римской мифологии богини судьбы. — *Прим. ред.*

Я верю в то, что мы можем изменить свою судьбу и наши дети получают в наследство свойства, которые мы смогли исправить за время одной жизни, изменив свой генетический код. С помощью практики путешествия в духе мы можем выбрать для себя тот вариант будущего, в котором живем более полной и здоровой жизнью, не страдаем наследственными заболеваниями и исцеляем душевные раны, полученные в детстве. Практика путешествия в духе может помочь нам преодолеть груз прошлого, накопленный не только в этой, но и во многих предыдущих жизнях.

ПАРСИФАЛЬ И ПОИСКИ СВЯТОГО ГРААЛЯ

Миф о Парсифале и его поисках Святого Грааля, созданный в XII веке, является прекрасной иллюстрацией наших собственных поисков своего Грааля, позволяющего превращать рок в судьбу. Поскольку эта легенда оказалась одной из самых знаменитых в истории человечества, я выбрал ее для того, чтобы помочь вам попятить смысл поисков судьбы.

Эта история начинается в те времена, когда Парси-фаль был еще мальчиком, живущим под опекой своей матери. Мать Парсифаля, Сердечная Печаль, потеряла мужа и двух сыновей, которые погибли в битве. Опасаясь, что мальчик пойдет по их стопам, станет рыцарем и примет такую же ужасную смерть, она воспитывает Парсифаля в лесу, вдали от цивилизации. Сердечная Печаль хочет оградить своего сына от реальной жизни. Однажды утром, играя в лесу, Парсифаль встречает пятерых рыцарей, закованных в сияющие доспехи и несущих длинные копья. Мальчика охватывает непреодолимая тяга к приключениям. Его несколько впечатляют храбрые воины и их пышное убранство, что он в тот же миг решает покинуть дом и стать рыцарем. Его мать в ужасе. Она умоляет мальчика не покидать ее, но Парсифаль решительно настроен отправиться ко двору короля Артура и вступить в число рыцарей легендарно-ЖН> Круглого стола. Парсифаль получает от плачущей матери благословение, а также простой домотканый Наряд. Она наказывает ему почитать всех дам, не быть Любопытным и не задавать лишних вопросов. С этими наставлениями и дарами Парсифаль покидает дом, чтобы стать рыцарем и найти свою судьбу.

Когда сельский мальчик прибывает ко двору короля Артура и просит произвести его в рыцари, его поднимают на смех. Но Парсифаль настаивает на своем и Наконец добивается аудиенции у короля. Среди придворных короля Артура есть красивая девушка, которая не смеется и не улыбается уже на протяжении шести лет.

Легенда гласит, что она вновь рассмеется, когда при дворе короля Артура появится величайший рыцарь в мире. Увидев Парсифаля, она заливается радостным смехом, чем приводит в замешательство весь двор. Кто этот мальчик, которому удалось то, что прежде никому не удавалось? Неужели нелепый и неопытный Парси-фаль — тот самый рыцарь, которого они ждали?

Король говорит Парсифалью, что свое место среди рыцарей Круглого стола он сможет

получить, если сразится с Красным Рыцарем, самым грозным воином королевства. Он также говорит мальчику, что в случае победы над Красным Рыцарем Парсифаль может забрать его лошадь и доспехи. Парсифаль вызывает грозного рыцаря на поединок и, несмотря на отсутствие опыта, убивает его одним удачным ударом. Одержав победу, он наде-! вает доспехи Красного Рыцаря поверх своего домотканого одеяния, и король Артур производит его в рыцари.

Следующая задача, стоящая перед Парсифалем, — отыскать Святой Грааль и вернуть его ко двору короля Артура. Старый мудрец Гурнамон дает ценный совет, который может помочь Парсифалю. Мудрец говорит, что, если Парсифаль доберется до замка Грааля и увидит священную реликвию, он должен будет задать вопрос: «Кому служит Грааль?»

Перед тем как отправиться в путь, Парсифаль решает навестить свою мать, чтобы поделиться с ней своими достижениями, но, возвратившись домой, узнает, что мать умерла от тоски сразу после его отъезда. Испытывая муки совести, Парсифаль продолжает свой путь и вскоре знакомится с Бланш Флёр (Белым Цветком) — прекрасной девушкой, чей замок осаждают враги. Она умоляет Парсифаля спасти ее, и тот бросается в битву, доблестно побеждает захватчиков и возвращает владелице ее королевство. После битвы он проводит единственную и целомудренную ночь с Бланш Флёр, а утром продолжает свой путь в поисках Святого Грааля. | Однажды в поисках ночлега Парсифаль останавли-! вается и узнает у крестьян, что в округе на тридцать миль :• нет ни одного постоянного двора. Вскоре он видит человека, который в одиночку ловит рыбу в озере с лодки. Рыбак приглашает Парсифаля остановиться в его доме, расположенном неподалеку, рассказывает, как найти этот дом, и отправляет рыцаря к нему. К удивлению молодого рыцаря, дом рыбака оказывается легендарным замком Грааля. Перейдя ров с водой, Парсифаль оказывается при великолепном, словно пришедшем из f снов дворе, состоящем из четырехсот рыцарей и дам, окружающих Короля-Рыболова, который лежит в паланкине и страдает от боли, причиняемой давней незаживающей раной в паху. Парсифаль понимает, что человек, которого он принял за рыбака на озере, на самом деле был Королем-Рыболовом.

Парсифаль приглашен на роскошный пир, и Король-Рыболов дарит ему меч. Пирующим приносят Святой Грааль, который идет по кругу. Каждый из придворных пьет из него и загадывает желание. Из Грааля пьют все, кроме Парсифаля и Короля-Рыболова, который не может пить из священного кубка до тех пор, пока его рана не исцелится. Во время пира Парсифаль сидит молча, помня совет матери о том, что не следует задавать лишних вопросов. Весь двор внимательно следит за ним, ожидая, когда исполнится давнее пророчество. Легенда гласит, что однажды в замке появится юный рыцарь, который задаст «вопрос о Граале», что позволит высвободить волшебную силу священной реликвии и исцелить короля.

Но Парсифаль продолжает молчать, а на следующее утро он видит, что замок опустел. Парсифаль покидает замок Грааля, унося с собой новый меч, и продолжает свой путь.

Проходят годы. Парсифаль совершает много подвигов — убивает драконов, побеждает врагов и спасает прекрасных девиц. Он становится великим героем, как и предсказывал король Артур. Известия о подвигах Пар-сифаля достигают двора короля Артура, который просит привести к нему этого рыцаря. В честь Парсифаля устраивается грандиозный турнир и празднество, и ему воздаются величайшие почести. Но в самый разгар празднества при дворе появляется старуха ведьма. На виду у всех она приводит длинный список многочисленных грехов, злодеяний и ошибок Парсифаля, самой вопиющей из которых была упущенная возможность задать вопрос о Граале.

Честь Парсифаля поправа. Он вновь отправляется на поиски Святого Грааля, но все, что он находит, это лишь сражения, трудности и лишения. Однажды на склоне своей жизни он встречается группу паломников, которые бранят его за то, что он не снял свои доспехи по случаю страстной пятницы, одного из самых священных дней года. Они приводят его к старому отшельнику, живущему в лесу, который, подобно ведьме, упрекает рыцаря за то, что тот не задал вопроса о Граале.

Когда Парсифаль снимает с себя доспехи и домотканое одеяние, которое он носил долгие годы, отшельник наконец указывает ему путь к замку Грааля. И только теперь, в конце своего жизненного пути, Парсифаль получает новую возможность выполнить самую важную из своих задач.

Парсифаль находит замок, входит в него и задает волшебный вопрос: «Кому служит Грааль?» И вот после долгого ожидания наступает счастливая развязка. Святой Грааль передается из рук в руки, и исцеленный Король-Рыболов наконец может выпить из него.

УРОКИ МИФА О ПАРСИФАЛЕ

Эта легенда рассказывает о том, как сделать так, чтобы нашей жизнью не руководил рок, а мы могли реализовать в ней свое предназначение. В начале истории мы видим, как Сердечная Печаль со страхом и без желания отпускает своего сына из дому, нарядив его в домотканое одеяние и наказав не задавать вопросов и оказывать почтение прекрасным дамам. Затем она умирает, воплотив самый жуткий кошмар, который может представиться «хорошему мальчику», — его мать реализует свою угрозу умереть, если сын оставит ее и начнет жить своей жизнью. Домотканое одеяние является воплощением проклятия предков Парсифаля и первоначального травмирующего опыта матери, который препятствует взрослению мальчика. До тех пор, пока он носит это одеяние, его отношения с матерью остаются в прежнем, незрелом состоянии. Парсифаль не решается задать вопрос о Граале только потому, что мать взяла с него обещание не задавать лишних вопросов. Так он упускает единственную возможность, данную ему в юности, и этот шаг определяет его дальнейшую судьбу. Следующая возможность выпадет ему только к концу жизни. Точно так же многим из нас выпадет шанс испить из священной чаши в юности — например, сделать правильный выбор спутника жизни или карьеры, — но зачастую мы упускаем этот шанс. И потом проходят долгие годы, прежде чем нам удастся вернуться к своей подлинной судьбе и призванию.

У многих народов мира, таких как хопи, кельты или йоруба, мальчика-подростка приучают считать Землю своей вечной матерью, а Небеса — отцом. Мальчику дают понять, что его место не в семье, а в большом Мире. Его учат, что отец и мать не могут дать ему все, что нужно. В нашем обществе этот обычай вышел из употребления. Мы стремимся защитить своих детей от мира. Ритуалы инициации или посвящения, такие как бар-мицва у евреев, конфирмация у католиков, празднование совершеннолетия, прежде означали переход наших детей к зрелости и независимости, а теперь они утратили свое значение и превратились в обычные вечеринки с развлечениями и подарками.

Многие из нас так никогда и не смогут оторваться от юбки своей матери. Долгие годы мы обвиняем родителей в своих проблемах или, наоборот, бежим к ним, ожидая, что они решат наши проблемы. Привязанность к родителям препятствует исцелению наших собственных ран, и мы должны сбросить с себя домотканые одежды, чтобы найти свое место в мире.

ВЕДЬМА И АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ

Многие люди плетут интриги, чтобы «привязать» нас к своему року. Например, когда Парсифаль встречает Бланш Флёр, чье имя символизирует чистоту, она становится его дамой сердца, вдохновляя на подвиги во имя добра и чистоты. Следуя советам своей матери, Парсифаль не доводит до логического завершения свою любовь к Бланш Флёр. Он не позволяет себе соблазнить ее или уступить ее чарам. Их первая ночь проходит без интимной близости, и больше они никогда не встречаются.

Несомненно, если бы Бланш Флёр была реальной женщиной, эта «любовь» представлялась бы карикатурой на нормальные отношения между мужчиной и женщиной, идеализированные до глупости. Можем ли мы вообразить, что кто-то способен посвятить всю свою жизнь поискам женщины, воплощающей абсолютную чистоту? Мечтаем ли мы о женщине, с которой можно провести единственную ночь? Понятно, что ни одна женщина из плоти и крови не сможет соответствовать этому идеалу! Поэтому важно видеть в Бланш Флёр проявление того, что Карл Юнг называл «анима», или внутреннее женское начало. По-латыни «анима» значит «душа». Восстановив целостность своей души и следуя ее указаниям, мы можем освободиться от проклятия предков и наследия их жизней, проведенных в страданиях и болезнях.

Древние греки называли этот аспект души нашим добрым гением или ангелом-хранителем. Наша анима ведет нас по жизни, если мы сохраняем ей верность и относимся к ней с почтением. Если мужчина следует своему внутреннему голосу, он будет развиваться и обретать зрелость, но если он станет отказываться от своего внутреннего женского начала, он будет искать его в физической форме, стремясь видеть в женщинах идеализированный образ женственности, а не реальных людей. Он может постоянно менять женщин, подсознательно ища свою аниму в телесной форме и настаивая на том, что его избранница должна соответствовать иллюзорному идеалу, сочиненному им. Подобным образом, если женщина соблазняется мифом материальной красоты, она никогда не сможет открыть в себе внутреннюю красоту женственности.

Миф о Парсифале напоминает о том, что нам не всегда удастся сохранять верность своему доброму гению. Именно для того, чтобы напомнить об этом Парсифалу, при дворе короля Артура появляется ведьма. Она указывает на недостатки, которые скрываются под сияющими доспехами Парсифаля. Эта старуха является добрым гением Парсифаля, требующим к себе внимания. Подобный персонаж появляется во многих мифах и легендах многих народов, выступая в качестве прорицателя. Обычно она говорит герою о том, о чем он не хочет знать и слышать, указывая на те части его души, на которые он не обращает внимания. В нашей жизни роль этого персонажа играют ситуации, обращающие нас лицом к реальности и проявляющие наши подлинные качества: потеря работы, болезнь, кризис, развод или потеря того, что мы считали крайне важным.

В мифе о Парсифале роль ведьмы состоит в том, чтобы показать нашему герою, что, несмотря на все свои неоспоримые рыцарские достижения, он не обладает внутренним здоровьем, — другими словами, он потерял свою душу. Все его усилия были посвящены внешним достижениям в ущерб внутреннему совершенствованию. К концу истории его доспехи становятся тюрьмой Материальных свершений и полностью подчиняют себе Парсифаля. У него нет любви и человеческих чувств, к ТОМУ же ОН не осуществил главное предназначение своей жизни — не нашел Грааль.

Когда ведьма справедливо упрекает Парсифаля, выявляя в его душе темные аспекты и

показывая, что ему нечем гордиться, наш герой ощущает себя раздавленным и поверженным. Ему показали, что все значимое для него является лишь фарсом. Этот опыт заставляет его переоценить цель своей жизни и задать себе вопрос: «В чем смысл моей жизни?» Это поворотный момент для Парсифаля, когда он вынужден наконец пересмотреть свою жизнь и ее цель.

Но и после этого Парсифаль может делать лишь то, что делал всегда. Он возвращается к своему коню и оружию, но теперь рыцарские подвиги не имеют для него никакого значения. Он понимает, что при всем стремлении к чему-то более значимому он обречен на то, чтобы играть роль, которую ему завещал отец, погибший в битве, и носить одеяние, сотканное его матерью.

Ведьма воплощает священную женственность, душу, принявшую обличье мудрой старой женщины. Она появляется, чтобы указать Парсифалю, что он живет безрадостной жизнью и не имеет ни малейшего представления, как исправить это положение. Именно поэтому благочестивые паломники спрашивают его, почему он ходит в полной боевой форме в день христианского Праздника. Они отводят его в темный лес, который также является одним из символов темной женственности. Старый отшельник указывает Парсифалю путь к замку Грааля, где он наконец находит в себе смелость задать вопрос: «Кому служит Грааль?»

Итак, в конце концов Парсифалю позволено избежать злого рока, приведшего его отца и братьев к смерти. Теперь он может вести духовную жизнь. Замок Грааля является символом обретения судьбы, которая всегда ждала Парсифаля. Чтобы обрести ее, Парсифалю нужно было лишь подготовиться к этому. Когда Парсифаль наконец заглядывает в себя, то с удивлением обнаруживает, что замок Грааля и Святой Грааль оказываются всего в нескольких шагах от него.

Один из уроков, которые мы можем вынести из этой истории, состоит в понимании того, что даже в том случае, если нам кажется, что над нами довлеет непреодолимый рок, замок Грааля (наша судьба) всегда ждет нас где-то рядом. Наверное, в жизни каждого из нас бывают периоды, когда мы спрашиваем себя: «В чем цель моей жизни?» И хотя история Парсифаля обычно используется для иллюстрации жизненного поиска мужчины, женщины сталкиваются с той же дилеммой. «Когда закончатся мои битвы? — спрашивают они себя. — Когда я смогу отложить в сторону свой меч?»

Миф о Парсифале говорит нам о том, что после долгого и трудно'го жизненного пути мы можем реализовать свое жизненное предназначение лишь в том случае, если передадим свою жизнь во власть того, что превосходит нас, — будь то Бог, наше призвание в жизни или любой другой символ Грааля. В следующих главах вы отправимся в этот путь, используя возможности, которые предоставляет нам бог-мозг.

ЧЕТЫРЕ ОБЛАСТИ МОЗГА

Причина, по которой легенда о Парсифале так глубоко волнует наше воображение, состоит в том, что в ней наглядно описывается путь, который должен пройти человек, чтобы обрести свою судьбу. Подобно Парсифалю, мы можем идти к своей судьбе долгие годы (или несколько жизней). Но мы также можем пройти все священные территории и ландшафты мифа за гораздо более короткое время с помощью практики путешествия в духе.

Для шамана путешествие в духе — не упражнение по развитию воображения, а вполне реальное действие. Это трудно понять нам, людям, взращенным на правилах и четких инструкциях на все случаи жизни. Мы различаем то, что «реально» и подчиняется набору определенных правил (например, законов физики), и то, что относится к области чистого

воображения. Шаманы же считают, что все является воображаемым. Все, что мы воспринимаем, является проекцией нашего внутреннего мира, и мир в точности отражает состояние нашей души. А то, что мы принимаем за мир нашего воображения, прорабы древности считали столь же реальным, как и физический мир.

Чтобы получить доступ к этому воображаемому миру, мы должны войти в особое состояние сознания, которое радикально отличается от обычного сознания человека. Это состояние культивировали в себе мистики, монахи, святые и йоги. Таково «спокойное сознание» шаманов и Будды. Это возвышенное состояние сознания открывает нам доступ к богу-мозгу.

В действительности сознание не рождается в нашем мозге. Гораздо более вероятно, что сознание создает мозг, чтобы познать себя. Однако в мозге существуют области, которые активизируются, когда мы входим в определенные состояния сознания. Например, одна область активизируется, когда мы сердимся, другая — когда радуемся и т. д. Это происходит потому, что мозг человека разделен на четыре области, которые по-разному формировались в процессе эволюции. И каждая из них управляет определенным аспектом человеческой природы.

1. Примитивная рептильная область управляет биологическими функциями тела, такими как контроль за дыханием, температурой тела и другими самонастраивающимися системами. Для этой части мозга судьба связывается с сохранением и продолжением жизни, а время она воспринимает как интервалы между приемами пищи и половыми актами. Данная область мозга сформировалась миллионы лет назад, и состоит она из продолговатого мозга и мозжечка.

2. Более сложная и эмоциональная область мозга — краевая. Она отвечает за семейные дела и культуру. Эта область охватывает рептильную так же, как бейсбольная перчатка — мяч. Деятельность данной области мозга позволяет сохранять устойчивость человеческого общества путем подчинения личных интересов общественным. Продуктами краевой области являются религия и право. Более того, пять из десяти заповедей, запрещающих убийство, воровство, прелюбодеяние, ложь и зависть, созданы для того, чтобы контролировать импульсы данной части мозга. Я называю эту область «обезьяньим мозгом», так как его запрограммированные инстинкты сводятся к страху, питанию, борьбе и сексу.

Если в детстве мы переживаем эмоциональную травму, которая оставляет в нашей душе незаживающую рану, программы «обезьяньего мозга» заставляют нас копить материальные ценности, видеть в чужаках врагов, изобретать оружие массового поражения, есть и пить без меры, предаваться случайным половым связям и жить в страхе перед неизвестностью. Эта часть мозга

порождает суеверия и самые примитивные религиозные представления, а время воспринимается как моменты безопасности, страха или сексуального влечения. Краевая область мозга сводит нашу судьбу единственно к желанию безопасности. В течение тысячелетий шаманы использовали открытые ими практики (о которых Мил поговорим позже), чтобы подавить четыре базисные Программы краевой области мозга и сделать возможной жизнь без страха, гнева, нужды и похоти.

3. Неокортекс, или «новый мозг», впервые появился сто тысяч лет назад в результате эволюционного скачка, в ходе которого размер человеческого мозга удвоился примерно за десять поколений. Неокортекс есть у всех высших млекопитающих. Он является нашим «научным мозгом». Поскольку именно эта область мозга изобрела деление времени на промежутки, она живет по часам.

Неокортекс — крайне индивидуалистичная область мозга предпринимателей и

исследователей. Он дал миру индустриальную революцию и космические исследования, конституцию и либеральные ценности. Для этой области судьба заключается в том, чтобы выделиться из массы и воплотить главенство индивидуального над общественным. Многие общества, которыми руководят тираны и племенные князьки, находят непонятным наше стремление к демократии, потому что у людей, «оставляющих эти общества, по-прежнему доминирует краевая область мозга, которая ставит общественные интересы выше свободы индивидуума.

4. И наконец, предлобная область мозга, или бог-мозг. Эта область в полной мере развита только у человека, китов и дельфинов, хотя в той или иной степени присутствует у всех высших млекопитающих. Предлоб-ная область мозга расположена на уровне лба чуть выше бровей. Интересно, что у неандертальцев, которые, по мнению антропологов, не блистали интеллектом, эта область мозга отсутствовала.

Исследования активности мозга с помощью компьютерной томографии показывают, что предлобная область активизируется во время мистических и духовных переживаний. У буддийских монахов, находящихся в состоянии *самадхи* (состояние единения со всем сущим), отмечается нейтральная активность почти всей предлобной области. Ученые установили также, что на состояние этой части мозга большое влияние могут оказывать занятия медитацией. Бог-мозг выходит за пределы индивидуальности, преодолевает ее. Он способен сдерживать агрессивные или трусливые импульсы «обезьяньего мозга». Бог-мозг воспринимает время как плавно текущий поток,двигающийся, как во сне, в разных направлениях.

ПРОБУЖДЕНИЯ К РЕАЛЬНОСТИ

«Обезьяний мозг» впервые пробуждает вас к реальности, когда вы осознаете, что смертны (обычно это случается, когда вы преодолеваете 30- или 40-летний рубеж). Животные знакомы со смертью, но они не понимают, что лично им также предстоит умереть. Так же и дети способны осознавать факт смерти домашнего животного, друга или родственника, но они не понимают, что это случится и с ними. Дети не осознают неизбежность смерти. «Обезьяний мозг» живет в постоянном страхе перед ней.

Второе пробуждение к реальности происходит, когда вы осознаете существование вашей вневременной природы — бессмертного, вечного «я», связь с которым Поддерживается с помощью бога-мозга. Бог-мозг понимает, что сознание не может умереть, и это позволяет нам жить не испытывая страха перед смертью. С помощью бога-мозга творили самые блистательные ученые, Художники, мистики и шаманы. Однажды после выхода из подобного состояния мистического транса английский поэт Сэмюэл Тейлор Колридж записал законченную версию поэмы «Кубла Хан». По свидетельствам современников, Моцарт слышал сразу всю симфонию, звучащую у него в голове, и стремительно записывал йоты, пока длилась эта музыка. Этот же мозг приводит Парсифаля в замок Грааля и позволяет узнать, кому служит Грааль.

МУТЬ ПАРСИФАЛЯ И НАШ ПУТЬ

Легенда о Парсифале учит, что мы можем исцелиться лишь в том случае, если служим чему-то священному. Это сфера деятельности бога-мозга, который позволяет нам подняться над эгоистичными желаниями. Когда Парсифаль задает вопрос о Граале и начинает служить этой священной реликвии, в тот же миг исцеляются Король-Рыболов, придворные рыцари и дамы. Своим поиском, длившимся всю жизнь, Парсифаль учит нас тому, что при всем своем желании

выйти из-под довлеющего над нами рока мы не всегда знаем, как найти путь к своей судьбе.

Подобно поискам Парсифаля, наш путь к обретению судьбы будет состоять из разных этапов, не всегда простых и легких. Вы будете проходить темными коридорами, в которых вам придется взглянуть в глаза ведьме и воссоединить неисцеленные части своей личности. Вы будете исследовать свое прошлое, начиная с прошлых жизней и до раннего детства. Вы вновь обретете своего доброго гения (вашу утраченную внутреннюю женственность) посредством исцеления расщепленных частей своей души и будете исследовать контракты, которые привязывают вас к вашей наследственности или генам, подобно тому как Парсифаль был привязан к своей матери своим домотканым одеянием. Вы также сможете вернуть в свою жизнь благодать, которая позволит вам жить полной жизнью, — так же как Парсифаль нашел в себе смелость задать магический вопрос, который открыл ему путь к его судьбе.

Далее вы научитесь входить в уникальные состояния сознания, свойственного богу-мозгу. Вы научитесь путешествовать в духе. Эта практика известна шаманам уже многие тысячи лет. Шаманы-целители идут нехоженым путем, и вы также найдете свой уникальный путь, чтобы выйти из-под власти своего рока. Мы оставим в стороне современную психологию и в путешествии в Нижний мир (прошлое) и Верхний мир (будущее) будем пользоваться терминологией и практиками шаманов. А сейчас давайте отправимся в путешествие.

ГЛАВА 3

ЗНАКОМСТВО С ДУШОЙ

С самого рассвета старик готовил свое варево, изменяющее состояние сознания. Через час после того, как зашло солнце, каждый из нас держал в руках по стакану горького напитка. Он был приготовлен из аяхуаска, легендарной лозы смерти.

Амазонские шаманы верят, что для путешествия в Верхний и Нижний миры, которые мы называем «бессознательным» или «сверхсознанием», нужно выйти за пределы линейного времени. Лоза смерти помогает вам в этом, указывая на умершие части вашей души — подобно тому, как это делала ведьма в мифе о Парсифале. Безжалостная старуха показывает вам все, что вы скрывали глубоко в себе, — все страхи, все оценки. И затем шаман вырывает их из вас, вырывает с корнями, которые те пустили в каждой клетке вашего существа. Шаманы называют эту практику «изгнанием смерти». Древняя мудрость джунглей гласит, что, если из вас изгнать смерть, она никогда не вернется, так как с этого момента вы будете принадлежать жизни. Смерть выслеживает свои жертвы там, где есть время, — она поджидает вас каждую минуту, каждую секунду. Но если вы покидаете пределы времени, то становитесь невидимым для смерти.

В ночных джунглях пульсирует жизнь. Постоянный свист и шипение душного дня уступают место тонким голосам миллиардов насекомых. Согласно с ритмом трелей насекомых, слышится отдаленное тихое и глухое пение. Я вглядываюсь в темноту и вижу силуэт старика, стоящего в лунном свете у реки. Его пение резонирует со звуками жизни джунглей. Я не могу понять слов его песни, но слышу, что он повторяет один стих четыре раза, поворачиваясь к четырем сторонам света.

«Сегодня ночью мы изгоним из тебя смерть», — говорит он мне.

Из дневника Альберто

Долгие годы психология искала душу — сначала в сердце, а затем в мозге. Не найдя никаких ее признаков, психологи сдались и оставили исследования души художникам и поэтам.

Душа — это наиболее точное слово, которым мы можем называть ту первоосновную часть нас, которая существовала задолго до нашего появления в этом мире и перейдет в следующую жизнь. Для шамана душой является восьмая чакра, которая несет память о многочисленных воплощениях, предшествовавших этой жизни, и содержит потенциал нашего будущего.

Целители говорят о душе как о семени, которое может дать росток, если за ним ухаживать должным образом. Так, например, желудь несет в себе память живую

щего в нем могучего дуба. Однако прежде, чем вырастить дерево, нужно прорастить желудь. Непророщенный желудь остается семенем с нераскрытым потенциалом. Подобным образом любое семя, если оставить его без заботы и внимания, погибнет или не сможет развиваться полным образом.

Путь души состоит в раскрытии потенциала, который несет в себе каждый из нас. Как говорил мой наставник-шаман, «мы приходим в мир не только для того, чтобы выращивать кукурузу, но и для того, чтобы взращивать в себе богов». В этой книге мы используем практику путешествий в духе для того, чтобы прорастить добрые семена, заложенные в нашей душе. Пророщенное семя сможет пустить корни, расти и развиваться, позволив тем самым раскрыться нашей Божественной природе. Если семя оставить без внимания, оно принесет горький плод, но если за семенем заботливо ухаживать, оно подарит изобилие добрых плодов вам и другим людям. Хорошие плоды приносят лишь те семена, за которыми мы ухаживаем.

У индейцев чероки есть притча. Старик индеец говорит своему внуку: «Во мне борются два волка. Один из них злой и жестокий, а второй — добрый и великодушный». И когда мальчик спрашивает: «Какой из волков одержит победу, дедушка?», старик отвечает: «Тот, Которого я подкармливаю».

ИСТОЧНИК ВСЯКОЙ ЖИЗНИ

То, что в психологии мы называем *подсознанием*, ша-йаны именуют Нижним миром. Это плодородная влажная почва, выражающая женское начало, где семена нашего потенциального существа начинают свой путь к осознанному существованию.

В мифологии женское начало зачастую имеет три лица — девы, матери и старухи, которые являют собой несколько аспектов одного архетипа — Великой Матери. Она обитает в подземном мире, из которого рождается все живое. Персонификацией Земли является архетип Великой Матери. Инки называют эту мифическую персону *Пачамама*. Для инков она является матерью, из которой мы все вышли и в которую в итоге вернемся. Следует отметить, что даже в западной мифологии человек был создан из праха земного и в прах возвратится.

В аборигенных культурах Америки распространена вера в то, что жизнь берет начало в сокрытом Нижнем мире. Когда часть души отрывается от целого, она возвращается в темную утробу матери-Земли, оставляя после себя лишь пустоту, которую мы пытаемся заполнить, чтобы заглушить боль утраты. Нижний мир является живым и дарующим жизнь пространством, куда мы должны отправиться в поисках исцеления и обновления.

В рамках европейской традиции это представление может показаться странным. В иудейско-христианской и греко-римской мифологии Нижний мир является местом погребения мертвых. Мы связываем глубины земли с адом, огнем и кипящей серой. Ад представляется нам местом страданий и наказания. Мы не видим в земле источника жизни. В поисках истоков жизни мы обращаемся к нашим биологическим предкам. Мы больше не дети земли — мы дети

людей.

Поскольку американские индейцы очень трепетно относятся к матери-природе, им было трудно понять первых миссионеров, когда те утверждали, что рай находится на Небесах, а ад — под землей. Индейцы не могли понять, как мать-Земля, источник всего живого, может быть губительным, ужасным местом, где духи умерших страдают и расплачиваются за свои грехи, неся вечное проклятие. Для американского индейца Земля является благодатным местом обновления, плодотворным пространством, куда он может отправиться за утраченной частью своего изначального «семени», потерянного в результате травмы или болезненного опыта.

В Нижнем мире мы можем найти семилетнего ребенка, который сбежал из школы, потому что не смог противостоять издевательствам драчунов, или «семенной потенциал», утраченный в предыдущей жизни, где вас сожгли на костре. В Нижнем мире, в утробе Великой Матери, мы находим утраченные части наших душ, которые сохраняются там, ожидая, когда мы сможем вернуть их в Средний мир нашего обыденного сознания. В темноте Нижнего мира мы прячем то, что не хотим видеть и знать. Например, работая со своими клиентами, я часто сталкиваюсь с тем, что в детстве они пострадали в результате насилия. В психологии мы рассматриваем формы подавления этого опыта и то, какой вытесняется в подсознание. Затем посредством психотерапии мы пытаемся выявить этот опыт и понять его. Однако даже Карл Юнг отмечал нашу ограниченность в понимании психики человека: «Наша персональная психология и архетипы являются мощными решающими силами. Они вызывают к жизни реальные события, а не только свойственный личности тип мышления и практический интеллект... Архетипические образы определяют судьбу человека».

Когда ребенок переживает насилие или эмоциональную травму, часть его души отделяется от целого и возвращается в архетипический мир Великой Матери, чтобы получить защиту, которую не может предоставить мать биологическая. Эта часть души в действительности является частью жизненной энергии, которой в настоящий момент вы не можете воспользоваться в целях роста и развития.

Встречая такого человека, я понимаю, что в некоторых областях жизни его развитие могло приостановиться на уровне юного возраста. Например, сорокалетний мужчина в спорах со своей женой может вести себя как двенадцатилетний мальчик. Из этого можно заключить, что в раннем возрасте он пережил травму, которая приостановила его развитие. Я отыскиваю утраченную часть души и знакомяю клиента с этим аспектом его личности, который может позволить ему исцелиться и процветать в дальнейшем. Конечно, нужно, чтобы мой клиент вспомнил, что именно случилось с ним в прошлом. Зачастую ранние травмирующие переживания забываются. Когда клиент мысленно воспроизводит прошлый опыт, относящийся к прошлой жизни или раннему детству в этой инкарнации, начинается процесс удивительного исцеления.

Доктор Брайан Вайс, исследователь опытов прошлой жизни, собрал сотни задокументированных случаев, когда его пациенты заново переживали физические и эмоциональные ощущения, мысленно наблюдая несчастные случаи, пережитые в прошлых жизнях, когда они отправлялись в путешествие в прошлое. Я убедился в том, что при всей значимости этих болезненных переживаний они составляют лишь первый этап процесса исцеления. Далее вы должны также убедить утраченную часть души вернуться, разорвать и переписать устаревшие контракты, которые больше не приносят вам пользы, и в итоге найти желаемый вариант будущего, в который вы могли бы отправиться из настоящего. Я изучал

современную психологию и шаманские практики и, сравнивая их, обнаружил, что один сеанс возвращения утраченной части души и восстановления ее целостности может дать такой результат, для которого потребовались бы долгие годы психотерапии. Для того чтобы вернуть невинность и доверие к жизни, мы должны пересмотреть устаревшие контракты нашей души и отказаться от ограничивающих представлений, что и происходит во время сеанса восстановления души . ; Кроме того, язык души существенно отличается от того, который мы используем в психотерапии. Язык души полон поэзии и волшебства. Он состоит из образов, мифов, архетипов и тайн. Он обращен к интуиции и любви. Отказ, страх, опасность и детская травма — все эти понятия чужды языку души. Они принадлежат ин-теллекту.

Я убежден, что если у нас остаются только эти слова для описания нашего детства, то это верный знак того, что мы пережили потерю части души, ведь очевидно, что вместе с ней мы утратили и ее язык.

В Обществе четырех ветров мои ученики под профессиональным руководством обучаются проводить

Восстановление душ других людей. Это очень тонкое искусство. Например, моя ученица Клэр смогла использовать практику путешествия в духе, чтобы облегчить последние дни своей матери Энн. Энн поступила в больницу с тромбом, образовавшимся в результате курса химиотерапии. У нее отказали почки и наблюдалась общая интоксикация организма. Рассказывает Клэр:

Моя мама очень страдала; она потеряла всякий контакт с детьми и внуками. Она была раздражительной, плохо себя чувствовала и не хотела принимать посетителей. Я знала, что у нее критическое состояние, и понимала, что она очень боится смерти. Я отправилась в путешествие в духе, надеясь найти утраченную моей мамой часть души, которая могла помочь ей бороться за жизнь и здоровье. В своем путешествии я встретила прекрасное существо из белого света. Мое сердце наполнилось любовью и красотой. Я взяла это существо с собой и впустила его в чакру сердца своей матери, когда она спала.

Минут через пятнадцать мама неожиданно открыла глаза и посмотрела на меня с такой любовью, что у меня на глаза навернулись слезы и сердце мое на мгновение замерло. Моя мама излучала сияние! От энергии, которую она излучала, буквально захватывало дух. Брат, который в этот момент говорил по телефону, заметил, что она прекрасно выглядит. Мы смотрели на нее с огромным удивлением. Затем мама тихо закрыла глаза и уснула. Я поняла, что сделала именно то, что было нужно, каким бы ни был конечный результат.

Позже пришел доктор и сказал, что больше ничего нельзя сделать. Маму отключили от аппарата искусственной почки. Я спокойно выслушала эту новость и поблагодарила доктора за все, что он сделал, чтобы помочь моей маме.

Проститься с мамой пришли все дети, внуки, племянники, племянницы и другие родственники. Каждого входящего она встречала взглядом, полным любви, и говорила, как она любит их всех, какие они все замечательные, а после вновь погружалась в сон. Все были глубоко тронуты ее любовью. Особое впечатление это произвело на детей, которые рассказывали: «Она держала мою руку и говорила, что очень любит меня, что я лучше всех». Моя мама никогда не была щедра на выражение чувств, поэтому ее внимание и любовь поразили всех. Она не говорила о надвигающейся смерти, не проявляла страха, а только выражала любовь. В тот вечер она тихо и мирно ушла из жизни. Это путешествие в духе возвратило потерянную матерью часть души, и когда та воссоединилась с целым, моя мама смогла порвать с прошлым и наконец выразить свою любовь.

У каждого из нас есть поврежденные и утерянные части души. Когда нам удается восстановить ее цельность, в нашей жизни происходят удивительные перемены.

ЧТО МЫ ЛОВИМ В ГЛУБОКИХ ВОДАХ

В беспредельных глубинах бессознательного, или в Нижнем мире, обитает *анима* — доверчивый, любящий, невинный и женственный аспект личности. Это та ее часть, от которой мы отказались или которую потеряли в результате конфликта, случившегося в детстве, или травмы, пережитой в прошлой жизни. Чтобы сохранить себя, *анима* покинула вас, оставив по себе незаживающую рану. Чтобы исцелить душу и найти ее потерянную часть, мы должны опуститься в самые глубины психики — туда, где прежде нам не приходилось бывать. Этот вид исцеления невозможен, если вы остаетесь в мелких водах обыденного сознания и повседневных забот. Когда мы встречаемся с душой на ее собственной территории, все инструменты психологии оказываются бессильными. Психология подобна рыболову, который насаживает наживку на крючок, забрасывает блесну и вытягивает все, что клюнуло, на поверхность сознания. Мы же должны научиться погружаться в темные глубины подсознания и путешествовать по течениям Нижнего мира, чтобы исследовать его тайны. Только тогда мы сможем вернуться на поверхность с ценным уловом.

Кроме того, нужно также иметь в виду, что в Нижнем мире мы можем обнаружить то, что огорчит или даже испугает нас.

Таким образом, мы хотим взглянуть в лицо потерянным частям своей души, но когда у нас появляется такая возможность, страх зачастую заставляет нас крушить и уничтожать эти утраченные части, так как они могут быть отталкивающими и пугающими. Психология учит нас анализировать эти аспекты личности, но в практике восстановления души мы не препарлируем ее утраченные части и не избегаем их — напротив, мы признаем их существование и исцеляем их, а затем восстанавливаем целостность нашего существа.

Конечно, это не простой процесс. Зачастую он сопряжен с серьезными катаклизмами, так как ваш мир прежде был разрушен и перевернут. Возможно, вы хотите сказать себе: «Я не могу заниматься этим сейчас, я слишком занят. Я займусь этим завтра, или на следующей неделе, или в следующем году». С такой позицией приходится сталкиваться достаточно часто. Но вам следует иметь в виду, что к тому моменту, когда большинство клиентов обращаются ко мне с просьбой о восстановлении души, они уже страдают физическим или эмоциональным расстройством, потому что утраченные части их душ требуют возвращения к целому.

Нужно успеть восстановить душу *до того*, как ваша жизнь начнет разрушаться. Вы можете сделать это с помощью путешествия в духе — отправиться в Нижний мир и встретить там свою душу в естественной для нее среде. Шаманы представляют потерянные части души в виде существ, с которыми мы можем вступить в контакт и общаться, а в итоге даже исцелить и спасти. Например, ваша жестокость может персонифицироваться со зловещим черным человеком в накидке с капюшоном, а уязвимость может иметь вид маленькой испуганной девочки.

Если ваша душа подверглась расщеплению, когда вы были ребенком, та маленькая девочка, которую вы приведете из Нижнего мира, не вырастет в одночасье. Возвратив утраченную часть души, вы должны помочь ей расти и созревать в безопасности, должны беречь ее, заботиться о ней и отвести ей достаточно места в своей жизни. Порой, когда я помогаю своим клиентам, эта потерянная маленькая девочка говорит мне: «Зачем мне возвращаться? Эта дама говорит, что она хочет иметь больше любви и радости в своей жизни,

но у нее нет времени ни для любви, ни для радости!»

Но если вы позаботитесь о возвращенной части своей души, она будет быстро расти и развиваться, а ваша жизнь существенно изменится. Поэтому я всегда спрашиваю своих клиентов, которые приходят на сеанс восстановления души: «Вы уверены, что выбрали лучшее время? С вами произойдут большие перемены. Возвращенная часть души заставит вас привести свою жизнь в порядок. Хватит ли у вас для этого времени и сил?»

Не нужно тешить себя иллюзиями, представляя, что возвращение утраченной части души будет подобно возвращению на место последнего фрагмента мозаики, который решит сразу все ваши проблемы. Как раз напротив! Один друг признался мне: «Исцеление разрушило мою жизнь». Да, действительно, обретение прежде утраченной части души разрушило неустойчивое и нездоровое равновесие его жизни — при этом вывело на путь к созданию новой, лучшей жизни.

СОСТАВЛЯЕМ КАРТУ НИЖНЕГО МИРА

Подобно любому человеку, отправляющемуся в дальний путь, сначала вы должны ознакомиться с картой местности. Для первого путешествия в духе вам нужно изучить карту Нижнего мира, расположенного в глубинах Земли. Но не забывайте, что хотя вы можете представлять Нижний мир как воображаемую местность, отличную от реального мира, шаманы считают, что воображаемый мир столь же реален, как и физический. Для него мысли, сны и видения так же реальны, как и явления материального мира. Для шамана не существует мира сверхъестественных явлений, так как он считает, что *все* явления естественны. Реальны все видимые и невидимые миры, которые мы можем посещать во снах и видениях. И эти миры могут быть нанесены на карту так же точно, как объекты мира физического.

Ознакомление с картой Нижнего мира подобно ознакомительной экскурсии по библиотеке, где нам показывают залы периодики, книг и справочной литературы. Нам объясняют, где расположены ресурсы, и мы только тогда можем начать пользоваться ими, когда знаем, как организована библиотека. Мы находим в ней раритетные издания, тихое местечко, где можно спокойно почитать, а также обширную информацию о далеких странах. С помощью практики путешествия в духе мы можем получить доступ к «живой библиотеке» нашего существования, в которой хранятся все ландшафты, пространства и переживания из нашего прошлого, настоящего и возможного будущего. Но в отличие от настоящей библиотеки, где знания и опыт благополучно сведены в публикации, выставленные на полках, пространство нашей жизни таинственно, переменчиво и поддается постижению только через личный опыт.

В процессе этого путешествия вы уподобляетесь шаману, изучающему запретные, а порой и неизвестные уголки лесов и гор Нижнего мира. Вы знакомитесь с этим пространством, узнаете его очертания и открываете некоторые из его секретов. Другими словами, вы составляете мысленную карту этого пространства. Затем, когда вы вернетесь сюда за утраченной частью вашей души, этот мир уже не будет для вас незнакомым. ., Но карты бывают разными. Одна и та же местность может быть представлена на картах, где нанесены шос-**це**, тропы или миграционные пути птиц. Территория остается прежней, но карты могут быть разные. Карта, с которой вы будете работать, изображает душу, разделенную на четыре палаты. В сновиденческом состоянии сознания, в которое вы будете входить во время путешествий в духе, вы посетите все четыре палаты души и в каждой из них найдете знания, мудрость, боль и дары (подробнее мы поговорим об этом в части II).

Чтобы создать карту» которой вы будете пользоваться, я использовал опыт древних целителей, преломив его через призму современности. Но вы должны помнить, что карта^ — это не сама местность, а лишь ее отображение. Почтовая карточка, пришедшая с Гавайских островов, не принесет вам тепла, когда вас окружает зима. Карта, которую я вам предлагаю, является лишь инструментом, позволяющим исследовать ландшафт вашего прошлого.

ПУТЕШЕСТВИЕ В НИЖНИЙ МИР

Путешествие в духе проведет вас через сферу высокого энергетического напряжения. Чтобы ваше путешествие прошло безопасно, вы должны подготовиться к нему, создав священное пространство.

В традиционных обществах шамана, отправляющегося в Нижний мир, защищают его помощники, пребывающие в молитве все время его путешествия. Помощники остаются в священном месте рядом с физическим телом шамана, чтобы с его материальным воплощением не случилось ничего плохого, пока тот путешествует вне своего тела. Создание священного пространства также позволит вам безопасно путешествовать в мире бессознательного. Однако при этом следует помнить, что восстановление души — глубокий процесс, который может поднять бессознательные воспоминания, подавляемые вами в течение долгого времени. Особенно важно помнить о том, что нельзя даже пытаться проводить с кем-либо сеанс восстановления души, если вы не под-1 готовы к этому профессионально. "" В древних культурах священными местами зачастую являлись храмы и места религиозных церемоний, такие как Мачу-Пикчу или пирамиды толтеков в Теотиакане. Во многих индейских культурах Америки строятся так называемые кивас, в которых проводятся священные церемонии. Это округлые постройки, сооруженные ниже уровня земли, в которые спускаются по деревян-т, и ой лестнице. Внутри располагается очаг для разведе-1 рш огня, отверстие для вентиляции и небольшая яма в | земляном полу. Она служит воротами в Нижний мир. 1-, Доступ в Нижний мир считается особой привилегией и требует соответствующего обучения и инициации. После окончания священной церемонии яма закрывается, чтобы оградить вход в Нижний мир.

Мы говорили о традиционных священных *местах*, но священное *пространство* можно создать в любом месте Земли с помощью молитвы. Перед тем как отправиться в первое путешествие в духе, вы должны выучить традиционную молитву, чтобы создать свое священное пространство и встретить привратника, охраняющего вход в Нижний мир.

ПРИВРАТНИК НИЖНЕГО МИРА

Нижний мир современного человека совмещает человеческие радости и боль, которую люди носят в себе и подавляют. Если шаман начинает свое путешествие не правильно, он отправляется в путь незащищенным и рискует быть задержанным привратником Нижнего мира или, хуже того, подвергнуться нападкам духов, которые обитают в мире предков. На шамане также могут негативно сказаться токсичные энергии — они «загрязнят» его и вернут его в Средний мир. Поэтому важно соблюдать правила Нижнего мира и, покидая его, закрывать за собой дверь.

Во время путешествия в духе вы будете вызывать в своем воображении сияющий образ, опускающийся в Нижний мир. Там вы встретите привратника, охраняющего сферу души. Это архетипическое существо, которое стережет доступ к бессознательному. Этот архетип встречается во многих культурах. Древние греки изображали его лодочником Хароном, перевозящим души через реку смерти Стикс, а также свирепым трехглавым сторожевым псом

Цербером. В тантрическом буддизме вход в Нижний мир охраняет свирепый бог Махакала. В традициях индейцев инка этот привратник известен как Хуаскар («тот, кто соединяет»). Он символически изображается в виде веревки или лианы, соединяющей Нижний и Средний миры. Привратник может быть мужчиной или женщиной, а также иметь смешен* ные признаки обоих полов.

Отправляясь в Нижний мир, вы должны будете обратиться к привратнику, испросив у него разрешения войти в Нижний мир, а также попросив руководства. Привратник Нижнего мира является властелином жизни и смерти, хранителем времен года. Он вызывает обновление мира. Это сияющий архетип, который будет сопровождать и направлять вас во время путешествия по всем четырем палатам души.

Если вы захотите, то встретите знакомую вам фигуру привратника, но полезнее будет работать с привратником, который вам не знаком. В этом случае общение с ним не будет связываться с вашим прежним психологическим или религиозным опытом. Поскольку вы не имеете определенных ожиданий в отношении привратника, ваш опыт не будет искажен предвзятыми мнениями или взглядами. Помните: вы не сможете войти в Нижний мир без разрешения привратника, иначе рискуете застрять в Нижнем мире, поскольку привратник дает разрешение не только на вход, но и на выход. Однако, несмотря на всю значимость своей роли, привратник не властен изменить курс вашего путешествия. Только вы обладаете этой властью.

Во время первого путешествия в духе вы встретите своего личного ангела-хранителя и посетите свой личный Эдем в чреве матери-Земли. Таким образом, вы сможете восстановить связь с Великой Матерью и женским началом.

В своем воображении вы опуститесь под землю и войдете в священный сад, залитый солнцем, наполненный ароматом цветов и журчанием ручьев. Вы сможете посещать свой личный Эдем, сколько и когда хотите, — в любое время, когда вам потребуется обновление и исцеление. Здесь вы встретите привратника, который будет направлять вас в поисках вашего личного Грааля.

Однако прежде вы должны научиться создавать священное пространство, выполнять дыхательное упражнение, которое шаманы называют «Маленькая смерть», и проникать в свой Эдем. Пожалуйста, несколько раз внимательно прочитайте описания этих упражнений, прежде чем приступить к ним.

Упражнение

СОЗДАНИЕ СВЯЩЕННОГО ПРОСТРАНСТВА

Прежде всего найдите место, в котором вы чувствуете себя комфортно и где никто не будет вам мешать. Найдите удобное кресло, опустите шторы, отключите телефон, зажгите свечу и включите медитативную музыку. Создавая священное пространство, вы открываете дверь, ведущую из Среднего мира, в котором проходит ваша жизнь, в волшебные пространства Нижнего и Верхнего миров. Посредством молитвы вы можете создать священное пространство в любой точке Земли, а затем начать свое путешествие в духе.

Для начала вы должны обратиться к четырем организующим принципам Вселенной, которые защищают вас, создавая правильные отношения со всем живым в мире. Древним было известно, что вся поэзия Вселенной составлена из четырех букв, символизирующих стороны света. В биологии код жизни составляют четыре основных белка, формирующих ДНК. Физики

сформулировал и четыре вида физического взаимодействия: гравитационное, электромагнитное, слабое ядерное и сильное ядерное. Но если наука способна лишь расшифровать этот алфавит, то шаманы умеют использовать его для составления поэм жизни. Они называют четыре основных принципа по именам живых существ: «змея», «ягуар», «колибри» и «орел».

Соприкасаясь с этими силами, обращаясь к ним из освященного места своего священного пространства, мы получаем защиту, и организующие принципы Вселенной отвечают нам. Таким образом, мы вступаем в союз с Духом. Когда мы взываем, Дух отвечает нам.

Чтобы создать священное пространство, остановите свой взгляд прямо перед собой (или закройте глаза) и сложите руки как во время молитвы. Затем поднимите руки, прикоснувшись ко лбу, над головой по центральной линии. Ладони поднятых рук должны быть сложены вместе. Таким образом вы касаетесь своей восьмой чакры, которая представляет собой душу. Затем несколько раз опустите и поднимите руки через стороны вверх, чтобы облечь сиянием восьмой чакры все ваше тело. Сложите руки на коленях и почувствуйте, как окружающее вас пространство наполнилось сияющей энергией души.

Обратитесь к четырем сторонам света: югу, западу, северу и востоку, а также Небесам и Земле и попросите их о помощи и защите. Каждым пунктом воображаемого компаса правит архетипическое животное. Обращаясь к югу, мы призываем змея, который символизирует знание, сексуальность и целительную силу природы. Обращаясь к западу, мы призываем ягуара, который является воплощением трансформации и обновления, жизни и смерти. Обращаясь к северу, призываем колибри, которая символизирует силу и мужество, необходимые для того, чтобы покрывать большие расстояния и пускаться в путешествие эволюции и развития. Обращаясь к востоку, мы призываем орла, который является символом способности подниматься над этим миром. Кроме того, мы обращаемся к Небесам и солнцу, поддерживающему жизнь, а также к земле как создающему женскому началу.

Ниже я привожу свою молитву для создания священного пространства, которой вы также можете воспользоваться. В дальнейшем, регулярно путешествуя в духе, вы, возможно, захотите создать свой собственный вариант этой молитвы.

*Я обращаюсь к ветрам юга и
Великому змею. Окружите меня светом.
Научите меня сбрасывать свое прошлое, как змея кожу,
И мягко ступать по земле. Укажите мне путь красоты.
Я обращаюсь к ветрам запада и
Матери-ягуару.
Защитите мое целительное пространство.
Укажите мне путь мира. Научите меня непогрешимости.
Укажите мне путь преодоления смерти.
Я обращаюсь к ветрам севера,
Колибри, бабушкам и дедам,
Всем предкам. Придите и обогрейте руки у наших костров.
Шепчите мне на ухо голосом ветра.*

*Я почитаю тех, кто пришел в мир раньше меня,
И тех, кто придет после меня, детей моих детей.
Я обращаюсь к ветрам востока и
Великому орлу. Придите ко мне из края восходящего солнца.
Держите меня под своим крылом.
Покажите мне горы, о которых я мог только мечтать.
Научите меня парить вровень с Великим Духом.
Мать-Земля,
Я молюсь за исцеление всех твоих детей, Людей камней и людей леса,
Четвероногих, двуногих, членистоногих, Водоплавающих, мохнатых и крылатых,
Всех моих родных.
Отец солнце, бабушка луна, звездный народ, Великий Дух, Вы, известные под тысячей
имен, и
Ты, Единый Безымянный,
Благодарю вас за то, что позволили мне петь песню
жизни.*

Упражнение

«МАЛЕНЬКАЯ СМЕРТЬ»

Дыхательные практики занимают центральное место во многих духовных традициях, потому что они пробуждают бог-мозг, помогая *нац* достигать возвышенных состояний сознания. Автор йогических сутр Патанджа-ли писал, что посредством дыхательной практики пра-наямы «рассеивается пелена, затемняющая внутренний свет». В своей практике мы будем использовать дыхательное упражнение «Маленькая смерть». Это упражнение позволяет пережить опыт, близкий к смерти, — опыт освобождения от эго и переживания всепоглощающего состояния единства с Духом. Вспоминая его, вы достигаете возвышенного состояния сознания, необходимого для путешествия в духе. (Не забывайте, что это упражнение также нужно выполнять в пределах созданного вами священного пространства.)

Сядьте удобно. Положите руки на колени и закройте глаза или остановите взгляд на выбранной точке на полу перед собой. Вдохните на семь счетов. В конце вдоха задержите дыхание также на семь счетов. Выпустите из легких весь воздух одним непрерывным выдохом на семь счетов. Задержите дыхание еще на семь счетов. Повторите упражнение семь раз.

Это упражнение может показаться достаточно простым, но в процессе его выполнения вы можете ощутить головокружение и на время потерять ориентацию. Головокружение является признаком вхождения в измененное состояние сознания, поэтому вам следует постараться выполнить положенное число повторений данного упражнения.

По своему опыту я могу сказать, что это упражнение дает тот же эффект, что и глубокая медитация. Оно пробуждает бог-мозг и высвобождает его способности к путешествию вне времени.

Выполнив это упражнение, переходите к путешествию для изучения карты Нижнего мира.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ В ЭДЕМ

Это путешествие приведет вас в мифический Эдем. Вы возвратитесь к Матери, с

которой были разлучены, когда поверили в то, что люди были изгнаны из райского сада; Это важное путешествие, потому что даже в том случае, если вы не получили религиозного воспитания, частью которого является миф об Адаме и Еве, на вас оказала влияние культура, для которой характерно представление о том, что человек покинул рай, в который нет возврата, — если, конечно, вы не найдете туда лазейки, через которую вам смогут помочь пройти выдающиеся внешние данные, известность или богатство. Поэтому так приятно возвращение домой, к Матери, которая никогда не забывала о вас и никогда не забудет!

Каждая культура представляет свою карту для этого путешествия, но во всех аборигенных обществах об этом рассказывают детям с самого раннего возраста. Некоторые народы, такие как йоруба, полагают, что для того, чтобы попасть в утробу Матери, нужно спуститься вниз по корням большого дерева глубоко под землю. Арктические народы считают, что для этого следует нырнуть глубоко в воду, а шаманы из амазонских джунглей пускаются в путешествие к глубинам Амазонки. Это путешествие позволит вам восстановить связь с духом Земли и священным женским началом.

Представьте, что ваше сияющее световое тело опускается под землю. Почувствуйте сырую почву, корни больших деревьев, камни, вкрапленные в землю. Минуя подстилающие породы, опускайтесь все глубже и глубже — до тех пор, пока не обнаружите подземную реку. Лягте на дно этой реки, ощущая гальку под спиной, вообразите бегущий по вашему телу прохладный, освежающий поток. Почувствуйте, как он смывает вашу усталость, заботы и негативную энергию, от которых вы хотите избавиться, чтобы не брать с собой в мир души.

Когда будете готовы, позвольте подземным водам отнести вас глубоко в недра Земли. Вскоре они вынесут вас на берег роскошного зеленого сада. Вы увидите лужайку, ручей и лес. Найдите на лужайке валун, на который вы можете присесть и послушать пение птиц. Не забывайте, что вы можете вернуться сюда в любое время, когда почувствуете потребность в исцелении и обновлении. Этот сад — дарующая жизнь утроба нашей Великой Матери. Это и есть ваш личный Эдем.

Обратитесь к привратнику: «Ты, кого называют тысячей имен, властелин жизни и смерти». Посмотрите привратнику прямо в глаза и скажите: «Хранитель времен года, позволь мне войти в твои владения. Покажи мне мой Эдем».

Каждому из нас этот привратник представится по-своему — он может быть любимым предком, ангельским существом или любым другим персонажем. Позвольте привратнику провести вас по лесам, садам и лугам Эдема и познакомить вас с животными, которые там живут. В этом саду вы можете разговаривать с реками, деревьями и каньонами, вся природа будет говорить с вами.

Исследовав свой Эдем и обойдя все его ручьи, леса и каньоны, вернитесь к берегу, войдите в подземные воды, позволив им отнести вас к тому месту, с которого вы начинали свое путешествие. Лягте и расслабьтесь, пусть воды текут и освежают вас, пока вы готовитесь вернуться в наш мир.

Затем пройдите обратным путем через подстилающие породы, корни деревьев, гигантские валуны, сырую почву. Вернитесь в свою комнату и свое тело. Сделайте глубокий вдох и откройте глаза. Ощутите себя полностью отдохнувшим и обновленным. Теперь, поняв, что вы никогда не покидали Эдем, вы можете иначе относиться к красоте Земли.

Упражнение

ЗАКРЫТИЕ СВЯЩЕННОГО ПРОСТРАНСТВА

Завершать путешествие в духе следует закрытием священного пространства и пути в Верхний и Нижний миры.

Сложите руки как во время молитвы, а затем разведите их в стороны. Разведя руки, медленно поднимите их над головой. В верхней точке ваши ладони должны сойтись. Держа ладони сведенными, опустите их по центральной линии тела к груди, вновь сложив их как во время молитвы. Повторите молитву, обращенную к четырем сторонам света, Небесам и Земле, только на этот раз поблагодарите и отпустите каждого из четырех тотемных животных, а затем закройте священное место.

Теперь вы готовы начать процесс восстановления души. Часть II этой книги поможет вам ближе познакомиться с Нижним миром. Итак, начнем.

Часть 2

НИЖНИЙ МИР

ГЛАВА 1

ПАЛАТА РАН

После многих сеансов психотерапии мне начало казаться, что я исследовал все эмоциональные раны своего детства. На самом деле я лишь сыпал на них соль. Прошлой ночью я пережил церемонию аяхуаска. Нужно признаться, что я сделал это буквально на пределе сил. Надеюсь, что мне больше никогда не придется пережить ничего подобного. Старик постоянно говорил мне, что незачем бояться смерти, — ведь ее все переживают. Во время церемонии мне казалось, что мой череп застрял в щели деревянного пола на большую часть ночи.

Одновременно с тем я наблюдал, как мое тело разлагается, кожа сползает с него полосами и вскоре остается только скелет — белые сияющие кости и череп, лежащий между досками пола. Все, что я мог видеть, — это мой скелет и сменяющиеся картины, в которых я узнавал себя в Древней Греции, Помпеях и во время Гражданской войны в Америке. Разные люди, но в каждом из них я узнавал себя. И каждого из них убивали по-разному: кого-то пронзали копьем или штыком, кто-то умирал от выстрела или каким-то иным способом.

" «Эти истории живут в тебе, — говорит мне старик утром. — Только узнав, как ты жил и умирал, ты сможешь изгнать живущую в тебе смерть».

Из дневника Альберто

Библейская история Адама и Евы, которую мы традиционно называем историей о первородном грехе, в действительности описывает нашу первоначальную эмоциональную травму. В книге «Бытие» рассказывается о том, как Бог поселил первых мужчину и женщину в раю — саду Эдема. Им было позволено делать все, что они захотят, за одним исключением — строго запрещалось есть плоды с дерева познания. Но однажды змей искусил Еву, и она попробовала запретный плод, а затем уговорила Адама последовать ее примеру.

Нарушив запрет Бога, первые люди были наказаны изгнанием из Эдема. Их совершенный мир был утерян, и они были обречены на жизнь, полную страданий. Ева должна была рожать в

муках детей (хотя деторождение является одним из самых волшебных опытов в жизни женщины), а Адам — в поте лица добывать насущный хлеб. В саду Эдема были бесчисленные растения и животные, а в изгнании людей ждали лишь тернии и акриды. Когда Адам и Ева были изгнаны из Эдема, они оказались в суровом и враждебном мире.

Перекладывая вину на Еву (которая вообще имела второстепенный статус, так как была создана из ребра Адама), эта иудейско-христианская притча, лежащая в основе христианской цивилизации, утверждает, что ответственность за изгнание из Эдема лежит на женщине. Еву обвиняют в том, что она стала причиной травмы, от которой все мы страдаем, — первоначальной «материнской» травмы.

Эта потеря священного женского начала, которое в нашей культуре символизируют Эдем и Ева, находит выражение в неуважительном отношении к женщине в современном мире и нашей хищнической эксплуатации матери-Земли. Так или иначе, это коллективная утрата части души всего человечества. Демонизируя женское начало, мы лишаем мир святости. Закономерно мы приходим к вере в материю, т. е. в то, что важнее материальный, а не духовный мир. В действительности слово «материя» происходит от латинского корня «mater», что значит «мать».

Таким образом, извращая смысл священного женского начала, мы приходим к ложному представлению о том, что материальные ценности несут в себе материнское начало, что они способны окружить нас заботой. Но материя не может сравниться с нашим духом. Дорогая и модная одежда не поможет ему воспарить. Наш отрыв от женского начала является той первоосновой, той давней травмой, последствия которой мы все испытываем на себе.

ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ТРАВМА И НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ

Психологи интерпретируют первоначальную травму как потерю невинности, которую каждый ребенок переживает в подростковом возрасте как неизбежный переход от детства к взрослой жизни. Мама больше не может утешить нас, когда мы разбиваем колено, и ребенок должен «покинуть Эдемский сад» и перейти к самостоятельной взрослой жизни, что может переживаться как личный опыт «отпадения от благодати», схожий с опытом Адама и Евы. К сожалению, многие дети переживают эту травму в том возрасте, когда не могут правильно осознать происходящее с ними. Вместо того чтобы стать первым шагом к взрослению, их травмирующий опыт приводит к потере души. Все, что способен понять ребенок, — это то, что в мире существует боль: окружающее перестало быть безопасным для него.

Например, когда семилетний ребенок видит, как его мать увозят в клинику с места дорожного происшествия, он не понимает, что врачи действуют в интересах его матери. Он думает, что плохие люди навсегда отнимают ее. Такая эмоциональная травма может сохраниться на долгие годы, и, повзрослев, человек продолжает реагировать как семилетний ребенок, когда у него отнимают то, что он любит. Он продолжает искать «большого папу» (правительство, жену/мужа, Бога), который мог бы навести порядок в его мире.

Наша первоначальная травма не всегда вызвана фактическим событием, так же как изгнание из Эдема не было событием историческим. Скорее, первоначальная травма — это детское представление о некотором событии. Переживая определенную трагедию, ребенок понимает только то, что ему страшно, а мир опасен. Это вполне иррациональное и очень мощное представление, в дальнейшем способное вызвать депрессию и другие негативные последствия. Мы полагаем, что нас изгнали из Эдема, поэтому проводим свою жизнь в попытках облегчить боль, причиной которой, как мы думаем, явилось наше «отпадение от благодати».

Мы можем также страдать от травм, которые передаются по наследству от поколения к поколению. Возможно, ваши предки пережили эмоциональные травмы во время войны или революции и эти переживания передались вам. Чем бы ни была вызвана травма, от своих предков мы наследуем набор представлений, который принимаем за свои собственные. Негативное отношение к изобилию, нужде, успеху, неудаче, безопасности, сексуальности, интимности и иным жизненным аспектам может быть вызвано представлениями, доставшимися от предков. Когда по наследству передается этот вид потери души, детей преследуют негативные представления, не свойственные их возрасту. Однако мы принимаем их за свои собственные, страдаем и осуждаем себя.

Мы можем страдать также и от личной травмы, перенесенной в прошлой жизни. Возможно, мы были изгнаны из своей деревни или потеряли дорогого человека—и все эти или аналогичные им события, создавшие психическую и духовную динамику незаконченности, мы воссоздаем в следующей жизни. Подобные опыты, подобно детским травмам, создают предрасположенность к повторным переживаниям несчастий.

ТРАВМЫ ПАРСИФАЛЯ И КОРОЛЯ-РЫБОЛОВА

В легенде о Парсифале мы находим пример того, как травмы, доставшиеся по наследству, могут приводить к крушению судьбы человека. Как вы помните, мать Парсифаля потеряла своего мужа и старших сыновей, которые погибли в сражениях. Она пытается сохранить младшего сына из страха потерять последнего ребенка. Мать Парсифаля не хочет, чтобы ее сын стал рыцарем и его постигла судьба отца и братьев. И как поступает Парсифаль? Он становится рыцарем, несмотря ни на что! Мать умоляет его надеть защитное одеяние, которое она соткала для него, не задавать лишних вопросов и относиться с уважением к прекрасным девам. Для молодого человека эти просьбы кажутся вполне умеренной платой за свою свободу. Он обещает матери выполнять ее наказания — хотя именно они не позволяют ему найти Грааль и пережить любовь.

В этой истории Король-Рыболов является внешним выражением внутренней травмы Парсифаля. Он живет в сказочном замке и хранит Грааль, из которого не может выпить ни глотка из-за раны в паху. Неспособность Короля испить из Грааля говорит о том, что он не может испытывать радости любви. Он исцеляется только тогда, когда Парсифаль задает вопрос о том, кому служит Грааль. До этого момента Король, живущий в роскоши, лишен подлинной радости жизни.

Каждому из нас известны люди, которые все свою жизнь проводят в трудах по достижению материального комфорта. Они стремятся приобрести просторный дом, занять руководящее положение или обрести еще какой-нибудь символ богатства — и когда их желания сбываются, они понимают, что в этих приобретениях нет никакого смысла. Это вызывает кризис, и они разводятся, чтобы искать новую супругу, с которой, как им кажется, они могут быть счастливы, внезапно бросают работу, продолжают покупать все более дорогие символы богатства, становятся алкоголиками или наркоманами. Наша культура ориентирована на материальные ценности, где людей оценивают по внешним признакам успеха. Поэтому многие из нас, подобно Королю-Рыболову, не способны обрести подлинную радость и испить из кубка жизни.

Легенда о Парсифале показывает, что существует только один способ обрести святость и чистоту души — превратить свою жизнь в духовный путь к внутреннему совершенствованию.

ВОСПОМИНАНИЯ ОБ ЭДЕМЕ

Подобно тому как каждый из нас несет изначальную эмоциональную травму, все мы также обладаем воспоминаниями об Эдеме, по которому тоскуем и куда стремимся вернуться. Это может быть воспоминание о том, как мать качала нас в колыбели, о родительском доме, первой любви или том времени, когда жизнь казалась нам беззаботной. Можно сказать, что первую половину своей жизни мы стремимся потерять невинность, а остаток жизни посвящаем попыткам ее восстановить. И это весьма непростая задача. Парсифалю пришлось потратить почти всю жизнь на то, чтобы вновь добраться до замка Грааля. Многие из моих клиентов посвятили поискам своего личного Грааля долгие годы, но в действительности они лишь бесцельно бродили по темному лесу жизни, создавая семьи, меняя работы, переживая успехи и неудачи. Долгие годы они посещали сеансы психотерапии, надеясь осознать свой последний болезненный опыт, хотя им следовало бы исцелить свою *первую* травму. Мои клиенты часто хотят рассказать мне о последнем травмирующем переживании, которое зачастую является просто очередным повторением первой травмы, полученной в результате определенных образцов поведения и мышления. И исцелять нужно именно эту, первую травму, а не ее многочисленные последующие версии.

На самом деле в нашей жизни может быть очень небольшое число тем, имеющих источником первоначальную травму. Остальной наш психический и физический болезненный опыт является лишь различным проявлением данных тем. Это просто повторные версии одного фильма, и все они сделаны по одному сценарию. Выявив эту повторяющуюся тему, мы можем справиться с ней, изменить сценарий и стать авторами нового сюжета.

Продолжая переживать повторяющийся болезненный опыт, мы рискуем передать его нашим детям. Этот феномен известен шаманам как «наследственное проклятие». Вы можете справиться с ним лишь в том случае, если исцелите эту рану. Когда это случается, волновой эффект данного события распространяется вперед и назад во времени, принося прощение и облегчение не только вашим потомкам, *но и предкам*.

Мы страдаем в том случае, если продолжаем цепляться за прошлое. Но шаманы считают, что и наши предки также страдают, пока мы продолжаем винить их за боль, которую они передали нам. Страдания предков прекращаются, когда мы исцеляемся и перестаем страдать. С помощью практики путешествия в духе мы можем выявить первоначальную травму и переписать контракты наших предков, тем самым исцелившись и определив курс на благоприятное будущее. И тогда мы сможем вернуться в Эдем и избавиться от бремени, которое не позволяло нам понять, что в действительности нас никогда не изгоняли из рая.

В отличие от иудейско-христианской веры в то, что человек был создан совершенным, а после утратил свое совершенство, шаманы считают, что человек был и остается совершенным. В действительности многие религиозные и мифологические системы не разделяют иудейско-христианской идеи об изгнании из Эдема. Так, например, эта идея совершенно чужда австралийским аборигенам, племенам, обитающим близ Сахары, американским индейцам, племенам, обитающим в джунглях Бразилии, или обитателям Тихоокеанских островов. Все эти народности до сих пор видят себя людьми, продолжающими жить в Эдеме. Они разговаривают с реками, деревьями и богами. Более того, в мифологии аборигенов повсеместно присутствует общая тема человека, созданного для того, чтобы ухаживать за Эдемским садом.

В то время как эти культуры стремятся жить в гармонии с природой (и успешно справляются с этим уже несколько тысяч лет), мы воспринимаем природу как противника,

которого следует ограбить и покорить, или просто как утилитарный набор природных ресурсов, существующих единственно с целью удовлетворить наши потребности. Мы не сомневаемся в том, что растения и животные созданы лишь для питания человека и что все продукты питания в мире предназначены для нас. В течение сотен лет мы беспощадно грабим природу. Обширные леса в Европе были по большей части уничтожены. Мы начали добывать нефть уже на самых отдаленных шельфах арктических морей. В Израиле, который считается одним из самых священных мест в мире, реки настолько загрязнены, что были случаи, когда люди, упав в воду, умирали. Если бы так было во времена Иоанна Крестителя, ему бы не удалось загнать в Иордан ни одного человека.

Если западная мифология приводит к уничтожению цивилизации, она должна замещаться новой, более жизнеспособной. Сегодня мы ищем новые модели устойчивого развития и способы предотвращения катастрофы. Я верю, что эти новые модели появятся по мере продвижения к исцелению ран, присущих нашей цивилизации, и восстановления утраченных ценностей.

КАК ОБНАРУЖИТЬ СВОЮ ПЕРВОНАЧАЛЬНУЮ ТРАВМУ

Чтобы исправить свое прошлое, вы должны начать с Палаты ран и найти нам историю своей первоначальной травмы — как и когда она случилась, кто в этом участвовал и как эта история продолжает жить в вас. Эта палата содержит информацию о причинах ваших болезненных образцов поведения в эмоциональной сфере и в области здоровья. Зачастую воспоминания об этом инциденте подавлены, поэтому повторное обращение к данной теме может быть утешающим уже само по себе. Однако путешествие в эту палату не принесет вам исцеления — оно случится позже. Здесь вы лишь познакомитесь с обстоятельствами своей первоначальной потери души, что станет первым шагом на пути к исцелению.

В Палате ран вы найдете тот сценарий драмы, который многократно повторяется в вашей жизни и определяет ваш мир. Эти истории могут быть не слишком точны с точки зрения фактов, но однозначно истинны в эмоциональном смысле. Они являются стандартными подпрограммами, которые раз за разом воспроизводит краевая область мозга. Нужно также помнить о том, что подсознание говорит на языке снов и сказок, другими словами, в Палате ран вы найдете не то, что в действительности случилось, а свои воспоминания о случившемся. Именно они и определяют ваш жизненный сценарий. Подробности этой истории имеют значение лишь постольку, поскольку они выявляют стандарты вашего поведения, созданные первоначальной травмой. Сама же по себе эта история не имеет особого смысла (более того, позже вы поймете, что не можете и не должны идентифицировать себя со своей историей).

Я говорил о том, что воспоминания о прошлых событиях могут быть чрезвычайно болезненными, поскольку болезненным было само их восприятие. Например, одна из моих клиенток страдала комплексом «оставленной сироты». Когда ей было восемнадцать месяцев, родители оставили ее на попечение бабушки и дедушки. Маленькой девочке тогда казалось, что родители никогда не вернуться, и это нанесло ей глубокую эмоциональную Травму.

Людей, страдающих травмирующими нарушениями, на протяжении всей жизни преследуют воспоминания о вызвавшем их событии, даже если оно произошло много лет назад. Это объясняется тем, что для краевой области мозга линейного времени не существует. Поэтому трудности на работе или в другой сфере жизни могут запускать механизм воспроизведения воспоминаний о стрессовой ситуации. Таким образом, отправляясь в Палату ран, мы будем наблюдать травмирующее событие, но отнюдь не переживать его вновь.

Повторное его переживание зачастую является более деструктивным, чем само событие, — ведь при переживании воспоминаний о событии болезненные эмоции повторяются вне контекста.

Порой события, которые продолжают переживаться нами как эмоциональная травма, относятся к прошлой жизни. У меня была ученица Салли, которая, войдя в свою Палату ран, обнаружила, что в прошлой жизни ее сожгли на костре. Женщина, которую увидела там Салли, кричала на полузабытом сейчас староирландском языке о том, что она невиновна и любит Бога. Моя клиентка предположила, что в одной из своих прошлых жизней ее преследовали по подозрению в колдовстве. Наблюдение за этой сценой принесло Салли глубокое облегчение, так как она наконец поняла, почему испытывала необъяснимый страх перед тем, что родные и друзья могут узнать о ее увлечении духовными и целительными практиками. Это также объясняло ее страх перед огнем — муж Салли любил сидеть перед камином в зимние вечера, и, когда она присоединялась к нему, ее сердце начинало биться с невероятной силой.

В ходе восстановления души мы можем изменять свое восприятие изначального события, нанесшего нам травму, и таким образом изменять будущие психологические и физиологические реакции на него. Другими словами, мы можем изменить пути нейронов мозга, отключая при этом механизм образования боли. Таким образом, приступая к практике восстановления мозга, мы не просто хотим добиться интеллектуального понимания прошлого травмирующего события, но также стремимся изменить восприятие его на уровне сознания, духа, души и тела. Мы хотим добиться коренной трансформации своих взглядов, убеждений, образцов поведения и даже нейрофизиологии.

Что же касается Салли, то после опыта восстановления души она смогла рассказать родным о своем увлечении энергетической медициной. Теперь Салли даже испытывает удовольствие, проводя время у камина со своим мужем, хотя по-прежнему с некоторой опаской относится к огню.

МОЯ ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ТРАВМА

Я хочу поделиться с вами историей из своей жизни. Это поможет вам понять, в каких целях проводится восстановление души.

Я родился на Кубе, и, когда мне было десять лет, в нашей стране произошла революция. Началась гражданская война. Она была страшна тем, что твоим врагом мог оказаться кто угодно, поскольку люди по обе стороны баррикад были кубинцами, говорили на одном языке и носили похожую одежду. Однажды отец дал мне свой американский револьвер 45-го калибра. Он усадил меня на пороге нашего дома, показал мне, как им пользоваться, а затем сказал: «Я ухожу, а ты остаешься за меня и должен защищать свою мать, сестру и бабушку. Если кто-нибудь попытается ворваться в дом, стреляй через дверь!»

Несколько недель я сидел у двери, прислушиваясь к отдаленным звукам выстрелов, и однажды к нашему дому подошли три повстанца. Сначала они постучали в дверь и, когда им никто не ответил, попытались выбить ее. Я подумал: «Стрелять через дверь или подождать, пока они ворвутся в дом?» Потом я поступил так, как свойственно десятилетнему мальчику, — отложил револьвер и подошел к окну. Один из повстанцев увидел меня, испуганного ребенка, и сказал другим: «Здесь никого нет. Пойдемте дальше».

В тот день закончилось мое детство. Я быстро повзрослел за те несколько недель, когда сидел у двери своего дома в ожидании возможной смерти. Я позабыл, что я ребенок, и стал серьезным маленьким мужчиной. Но вместе с тем я стал бояться чужаков. Мне постоянно

снились кошмары, в которых люди врывались в наш дом и уводили с собой всех моих родных.

С помощью практики путешествия в духе я смог отправиться в прошлое и посетить мальчика, который так близко видел смерть в свои десять лет. В Палате благодати (которую вы тоже посетите в главе 6) я встретился с маленьким Альберто и рассказал ему, что все закончится хорошо, что я позабочусь о нем и ему никогда не придется бороться за жизнь своей семьи.

В то время мне было чуть больше тридцати, и только тогда я смог вернуть свое детство. Я сумел отказаться от своей постоянной серьезности и недоверия к другим людям и перестал воспринимать каждое событие как вопрос жизни и смерти. Я перестал относиться к жизни как к борьбе за выживание и стал получать от нее радость.

ТРАНСФОРМАЦИЯ ЧЕРЕЗ ПУТЕШЕСТВИЕ В ДУХЕ

Во время путешествия в духе я раскопал эту историю десятилетнего Альберто, а также много других историй, которых тогда еще в полной мере не осознавал. Я видел

себя испуганным молодым человеком, принимающим участие в битвах. Складывалось впечатление, что я многократно переживал этот опыт, из жизни в жизнь. Я также понял, что во всех этих жизнях есть повторяющиеся темы: недоверие к учителям, стремление причинять боль любящим меня людям и ощущение того, что всякий раз, когда я встречаю кого-нибудь, кто мне нравится, я должен защищать его ценой своей жизни. Кроме того, я испытывал обиду на своего отца, который обрек меня на эти переживания.

В мифологических системах американских индейцев существует представление о том, что часть нашей личности всегда пребывает с Богом, а часть остается с нами. Переживая потерю души, нам кажется, что мы отделяемся от Бога, т. е. испытываем «отпадение от благодати». Исцелив свою душу, я понял, что во время многих своих прошлых жизней я словно сидел с заряженным пистолетом на пороге своего дома. Жизнь за жизнью я переживал один и тот же сюжет в разных формах и забывал о своей подлинной вечной природе и своей связи с Богом.

В свете сказанного очень важно заняться восстановлением души именно сейчас, не дожидаясь передачи вашей эмоциональной травмы детям или вам же в следующей жизни.

Практика восстановления души позволила мне перестать идентифицировать себя с историей десятилетнего Альберто, который сидит у двери с револьвером в руке и готов застрелить любого, кто попытается ворваться в дом. В ходе путешествия в Палату ран я понял, почему этот маленький мальчик в дальнейшем так и не смог отложить свой пистолет и научиться доверять другим людям и открыто относиться к жизни. (Позже, в Палате благодати, этот мальчик научился доверять мне, а я научился жить без страха.)

Один из моих учеников, Барри, работает каскадером в кино и на телевидении. Несмотря на то что в детстве в результате несчастного случая он потерял руку, ему нравится выполнять сложные трюки с профессионально организованной страховкой. Вот как он описывал свой опыт путешествия в духе:

Я опустил в пруд у устья реки и встретил там привратника — высокого кареглазого человека, похожего на полинезийца. Он вежливо пригласил меня войти. К своему удивлению, я увидел там хот-дог — причем к нему прилагались солнцезащитные очки. Подумав над тем, что бы мог означать этот символ, я пришел к выводу, что он означает пожелание расслабиться и приятно провести время. Я предположил, что это все к тому, что я долгое время не расслаблялся как следует.

Я открыл глаза, и мне внезапно все стало ясно. Когда мне было девять лет, один из

мальчишек в нашем районе все время околачивался возле точки, где продавали хот-доги. Однажды я катался на велосипеде по парковочной площадке, и меня сбил неизвестно откуда появившийся автомобиль.

Я слетел с велосипеда и, хотя существенных травм не получил, потерял значительную часть энергии. Из спокойного ребенка я превратился в стеснительного неврастеника. Я потерял многих

друзей и до сегодняшнего дня жил как одиночка. Каждый день я пытался предсказать, что может со мной произойти. Я хотел заглянуть в будущее, чтобы избежать следующего «столкновения с автомобилем». В результате я слишком много думаю и подвергаю все излишнему анализу.

Вскоре Барри стал видеть образцы поведения, с помощью которых он защищался от эмоциональных травм, — и это при том, что он не боялся физической боли, сопряженной с работой каскадера. Он начал брать на себя больший риск в личных отношениях и понял, что самые сложные трюки он выполняет не перед камерой, а в реальной жизни, где приходится действовать без страховки.

ИСТОРИИ И ТЕНИ

Итак, вы практически готовы к тому, чтобы отправиться в Палату ран. Помните, что отправляться в путешествие следует из тихого и спокойного места — тогда вы сможете привнести больше ясности в ваше путешествие в духе.

Обнаружив свою первоначальную травму, вы высвободите энергию, таящуюся в глубинах вашей психики. Нечто подобное сделал и я, когда нашел десятилетнего Альберто сидящим у двери своего дома с револьвером в руке. Прежде это воспоминание было подавлено, и осознанно я не мог к нему вернуться. Только после того, как я провел восстановление своей души, мой отец подтвердил, что эти факты действительно имели место. И тогда воспоминания об этих событиях постепенно поднялись на поверхность моего сознания, и я смог понять, почему ощущал одиночество.

Занимаясь целительной практикой, я заметил, что только открывая свою первоначальную травму, мы можем осознать происходящие с нами события. Мы страдаем комплексом, который я называю «незрелой оценкой», — чем скорее мы находим ярлыки для событий, категоризируем и называем их, пытаемся понять, тем сложнее нам проследить свою глубокую трансформацию.

Первоначальная травма, которую вы обнаружите во время путешествия в духе, откроется вам в виде истории. Проникнув в Палату ран, вы сможете увидеть драматическую сцену: людей, кричащих друг на друга; человека, опускающего руку в огонь; старуху с вязаньем и т. д. Интересно то, что вы можете подойти к каждому из этих людей и спросить: «Что здесь происходит? В чем дело?» И они покажут вам, каким образом эта первоначальная травма живет в вас, хотя, возможно, данное представление не будет точно совпадать с реальными фактами.

Многие события могут показаться вам незнакомыми, потому что вы можете встретить те утраченные части души, которые слишком болезненны, чтобы вы признали их своими. Это *тенивая сторона* вашей личности, которую вы прячете глубоко внутри и часто проецируете на других людей. Эти проекции заставляют вас набрасываться на людей, потому что вы видите в них те качества, которые не нравятся вам в себе. Поэтому, встречая свою тeneвую личность в Нижнем мире, вы можете не захотеть признать в ней часть себя.

Например, в одном из своих первых путешествий в духе я встретил зловещую фигуру,

истязавшую кнутом мальчика. Я предположил, что мальчик являлся утраченной частью моей души, но когда я обратился к нему, он сказал, что в действительности я должен исцелить этого темного человека. Я подумал, что это, должно быть, ошибка, это не моя история, потому что я всегда идентифицировал себя с жертвами и презирал негодяев, обижающих слабых. Но после я понял, что в этой истории я был и жертвой и обидчиком. И действительно, темный человек был частью моей души, нуждающейся в исцелении.

Помните, что у каждого из нас есть теневая сторона. Даже мать Тереза, когда ее однажды спросили, почему она отправилась для служения в Калькутту, сказала, что она поступила так потому, что обнаружила Гитлера внутри себя.

Подобно тому как травмы могут доставаться нам по наследству, эти теньевые части нашей души также могут проявляться в сфере коллективного бессознательного. Например, в 1920-е годы Германия переживала период экономической стагнации, в то время как еврейская община в этой стране совершала гигантские шаги вперед в области музыки, науки и философии. В условиях собственной стагнации нацисты проецировали свою теньевую сторону на евреев, которых попытались уничтожить. В итоге нацисты утратили свои человеческие качества, а это аналогично тому, что мы переживаем, когда теряем душу.

Мы также можем проецировать позитивные части своей личности на других людей, или нашей тенью могут стать атрибуты, которых мы не имеем, но хотели бы иметь. Мы хотели бы видеть себя более ярким, красивым и умным человеком. Это очень распространенное явление в нашем обществе, когда нам постоянно навязывают в качестве образцов для подражания успешных, процветающих и привлекательных людей.

Писательница Марианна Уильямсон весьма красноречиво описала наш страх перед светлой стороной нашей природы: «Нас пугает не темнота, а свет, который мы находим в себе». Она имела в виду то, что нам нужно научиться носить в себе этот сияющий свет и ощущать его мощную и зачастую незнакомую нам энергию. Если мы не сумеем этого сделать, то будем проецировать идеальный образ себя на другого человека, гуру или наставника и не сможем проявить в себе этот свет. Поэтому шаман, так же как психолог или психиатр, должен прежде всего исцелить себя, чтобы избежать опасности проецирования своей светлой или теньевой стороны на другого человека.

Практика восстановления души учит нас проливать свет на свои теньевые стороны, чтобы вернуть их свету. Пускаясь в этот путь, я хочу посоветовать вам не бояться и помнить, что мы покидаем упорядоченную сферу разума и логики, вступая в мир магии и интуиции.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ В ПАЛАТУ РАН

Подготовьтесь к этому путешествию, открыв священное пространство. Сядьте удобно, остановите взгляд перед собой (или закройте глаза) и сложите руки как во время молитвы. Проникнитесь готовностью к путешествию, а затем медленно поднимите руки по центральной линии тела, коснувшись лба. В верхней точке руки должны быть выпрямлены над головой, ладони сложены. Коснитесь своей восьмой чакры несколько раз, опуская и поднимая руки через стороны вверх, распространите сияние этой чакры вокруг своего тела. Сложите руки на коленях.

Обратитесь к четырём сторонам света. Призовите змея, ягуара, колибри и орла, а также Небеса и Землю. Выполните дыхательное упражнение «Маленькая смерть» (семь вдохов и выдохов на семь счетов каждый) и отправляйтесь в свой Эдем в Нижнем мире.

Отправьте свое световое тело под землю. Ощутите, как оно проникает через корни больших деревьев, камни и влажную почву. Минуя подстилающие породы, найдите подземный источник или ручей, лягте туда и отдохните. Ощутите, как прохладная вода приятно освежает вас, очищая для предстоящего путешествия. Затем позвольте подземным водам унести вас глубоко внутрь чрева Земли и вынести на берег вашего священного сада.

Выйдите на берег и оглянитесь. Перед вами расстилается прекрасный луг. Вообразите, что вы окружены цветами, а в лесу, совсем рядом с вами, поют птицы. Подойдите к валуну, лежащему у ручья, присядьте на него и насладитесь красотой природы. Вы можете вернуться сюда в любое время, когда ощутите потребность в исцелении и обновлении.

Позовите привратника, властелина жизни и смерти, хранителя Нижнего мира, принимающего духов предков после того, как они покидают землю, и возвращающего их Великой Матери. Поясните, что вы хотите попасть в Палату ран. Привратник может спросить вас: «Почему я должен пропустить тебя туда, куда могут пройти только мертвые?» Вы должны сказать, что хотите увидеть свою первоначальную травму. В противном случае вас не пропустят. Привратник может сказать: «Сегодня неудачный день для твоего путешествия». Если так, отнеситесь к его словам со всем вниманием. Привратник приносит гармонию в хаос Нижнего мира, и он знает, когда вы можете пройти туда, не подвергаясь опасности.

Если привратник согласится вас пропустить, вы должны попросить его быть вашим проводником. С одной стороны вы увидите холм, на склоне которого найдете пещеру. Попросите отвести вас туда, ведь в этой пещере находится ваша Палата ран. Ды найдете в ней первоначальную травму, которую носите в себе и исцеление которой имеет самое решающее значение для восстановления вашей души.

Попросите свое тело-сознание создать образ, который приготовлен для вас в этой пещере. Войдите в Палату ран, чтобы увидеть, какая пьеса там разыгрывается. Оказавшись среди участников пьесы, одних из них вы узнаете, а других нет. Оглянитесь вокруг. Горит ли в Палате ран огонь? Кто скрывается в тени? Какие книги пылятся на полках? Осмотрите эту палату. Если вы не можете достаточно хорошо визуализировать эту сцену, подключите другой орган чувств — осязание или обоняние. Возможно, вам удастся осознать происходящее с помощью интуиции. Такой подход может оказаться более трудным, но вместе с тем и более эффективным, потому что вы не будете отвлекаться на визуальные образы.

Травмированная часть вашей души может предстать в виде маленького мальчика или девочки, пожилого человека или даже человека противоположного пола. Эти части души являются аспектами вашей личности. Спросите у этого существа: «Кто ты?», «Когда мы расстались?» и «Почему ты ушел от меня?» Помните о том, что эта травмированная часть вашей личности не является той частью души, которую вы собираетесь вернуть. Вы вернете в Средний мир исцеленную часть души, которую встретите в Палате благодати.

А теперь покиньте Палату ран, пройдя знакомый вам путь в обратном направлении. Попрощайтесь с властелином жизни и смерти. Скажите ему: «Спасибо за то, что позволил мне войти в свои владения, куда попадают только мертвые». Погрузитесь в подземные воды и позвольте им отнести вас к подземному ручью. Пусть он смоеет ту энергию, которую вы не можете принести в Средний мир. Затем поднимитесь к поверхности через подстилающие породы, корни больших деревьев, гигантские камни и влажную почву. Вернитесь в свою комнату. Потянитесь всем телом, потрите ладони, лицо, откройте глаза и вернитесь в свое тело. Закройте священное пространство.

Упражнение

ДИАЛОГ С ТРАВМИРОВАННОЙ ЧАСТЬЮ ВАШЕЙ ЛИЧНОСТИ

Во время предыдущего путешествия вы познакомились с некоторыми историями, описывающими вашу первоначальную травму. В ходе следующего упражнения вы будете вести письменный диалог с центральным персонажем, встреченным вами в Палате ран, задавая ему вопросы, которые помогут вам определить природу своей травмы, а также то, что необходимо для ее исцеления.

Процесс письменного общения пробуждает мощные целительные голоса в вашей психике — голоса, которые вы, возможно, не слышали очень долго. Помните о том, что душа дремлет до тех пор, пока не найден голос. Но с возвращением голоса душа начинает направлять вас к восстановлению здоровья.

Вы можете инициировать письменный диалог с утраченной частью вашей души. Сядьте с дневником и ручкой в удобном месте и откройте священное пространство. Когда будете готовы, начертите вертикальную линию по центру пустой страницы. С одной стороны запишите вопросы, которые вы хотите задать. С другой стороны заносите ответы, которые подскажет голос вашей утраченной души. Начните с простых вопросов, таких как «кто ты?», а затем постепенно переходите к полноценному диалогу. Попробуйте вести его как можно дольше, стараясь получить столько информации, сколько потребуется вам для исцеления утраченной части души. Также спросите часть души, которая нуждается в исцелении, как вы можете защитить ее и чем вы можете ее почтить. Спросите ее: «Что мне сле-

датель, чтобы ты ощутила себя в безопасности?», «Чему ты можешь научить меня?», «От чего я должен отказаться?» и т. д.

Когда закончите диалог, закройте священное пространство.

Этот процесс может занять от нескольких минут до нескольких часов или даже сеансов.

Теперь, когда вы познакомились с травмированной частью вашей личности, пришло время вновь пуститься в путешествие. На этот раз мы отправимся в Палату контактов души, где вы узнаете, какие соглашения вы заключили в прошлом и как можно их изменить.

ГЛАВА 5

ПАЛАТА КОНТРАКТОВ ДУШИ

Я приехал в Перу, чтобы пройти церемонию аяхуаска и пережить смерть.

Завтра я возвращаюсь в джунгли, возвращаюсь в Эдемский сад.

Восемьдесят тысяч лет назад человек, обрел мыслящий мозг — механизм сознания, отделивший нас от природы. Затем мозг увеличился почти вдвое. Мы научились оценивать, рационализировать, мыслить. И человек проник туда, где прежде безраздельно господствовала природа.

В этом отеле на тумбочке рядом с кроватью лежит дешевое издание Библии. «И сказал Господь Бог: вот, Адам стал как один из Нас, зная добро и зло; и теперь как бы не простер он руки своей, и не взял также от древа жизни, и не вкусил, и не стал жить вечно. И выслал его Господь Бог из сада Едемского, чтобы возделывать землю, из которой он взят».

Я возвращаюсь в Эдемский сад, чтобы простереть руку свою и вкусить от древа жизни

вечной...

Из дневника Альберто

«А с того самого дня они жили счастливо» — эту фразу мы слышим в конце многих сказок. Но когда история не заканчивается счастливо — когда принцесса не встречает своего принца или опять превращается в лягушку, — «с того самого дня» превращается в проклятие: «С того самого дня она больше никогда не улыбалась» или «С того самого дня он перестал доверять людям» — все это примеры соглашений, которые мы находим в Палате контрактов души.

Контрактами души я называю соглашения, которые мы заключаем, чтобы пережить кризис. Они позволяют нам справиться с болезненными ситуациями, для которых нет очевидных решений. Они являются продуктом «обезьяньего мозга», который готов поступиться всем ради безопасности. Контракты души могут иметь форму обещаний, которые мы даем себе («Отныне я буду стремиться разбогатеть, чтобы все меня уважали») или нашим родителям («Я буду хорошо себя вести, чтобы папа любил меня»). Независимо от того, с кем мы заключаем свои контракты, они заставляют нас повторять болезненные ситуации, которые мы обнаружили в Палате ран.

Чаще всего эти соглашения принимаются без слов и соблюдаются без обсуждения (а порой и без осознания) на протяжении многих лет. И хотя они действительно помогают пережить кризис, создавая ощущение безопасности в мире, который внезапно стал опасным, в дальнейшем такие договоры становятся источником наших ограничивающих представлений об изобилии, интимности, любви и успехе. Другими словами, даже единственный контракт души порождает многие дюжины ограничивающих представлений.

Хотя зачастую трудно рассмотреть последствия своих контрактов души, мы можем без труда увидеть их на примерах жизней других людей. Мы видим несчастного молодого человека, находящегося под сильным влиянием своего отца, который ждет от него выдающихся достижений в спорте, или стеснительную молодую актрису, которой не приносит радости сценическая карьера, но она, тем не менее, пытается угодить своей матери, непременно желающую видеть свою дочь звездой.

ПОЧЕМУ МЫ СОГЛАШАЕМСЯ НА КОНТРАКТЫ ДУШИ

Возможно, вам не вполне понятно, почему мы соглашаемся на контракты, приносящие нам вред. Чтобы решить этот вопрос, мы должны вновь обратиться к иудейско-христианскому мифу о сотворении мира. Адам и Ева были изгнаны из Эдема после того, как «вкусили от запретного плода», и с тех пор контракт души обрек их на тяжкую жизнь, в которой Ева занимала подчиненное положение по отношению к своему мужу, а Адам должен был добывать хлеб в поте лица своего.

Адам, Ева и все их потомки (т. е. человечество) оказались, таким образом, обречены этим соглашением на жизнь в изгнании, в отрыве от красоты и изобилия Эдемского сада. Таким образом, каждый из нас, принимающий эту историю как истинную, подписывается под данным контрактом.

Представьте, каким мог быть этот контракт, если бы Адам и Ева попытались заключить его с Богом на более выгодных для себя условиях. Контракт с Богом? Но в рамках иудейско-христианской мифологии это невозможно! Вместо того чтобы вести переговоры с Богом,

первые люди покорно покинули Эдемской сад, сгорая от стыда и прикрывая свою наготу, — и ничего лучше они придумать не могли.

Аналогичным образом заключаются все контракты души. Мы подписываем их тогда, когда чувствуем себя бессильными, когда попадаем в унижительную ситуацию, в которой, как нам кажется, нельзя вести никакие переговоры. В этой главе вы научитесь тому, как переписывать ограничивающие вас контракты души, в том числе заключенные с Богом. Мы исследуем обязательства, которые взяли на себя после первоначальной травмы. Нам нужно понять, на какие условия мы обрекли себя тогда и какой ценой заплатили за ощущение безопасности, которое получили по условиям контракта. Нужно понимать, что вы не сможете вовсе отказаться от этого договора, но сумеете переписать его таким образом, чтобы жить в полном соответствии с ним и обрести полное исцеление. Об этом мы и поговорим в следующих главах.

ПОСЛЕДСТВИЯ ПЛОХО СОСТАВЛЕННЫХ КОНТРАКТОВ ДУШИ

Плохо составленные контракты души препятствуют нашему развитию. Вспомните о Парсифале. Когда он покидал свою мать, она просила его всегда носить домотканое одеяние, не задавать вопросов и не соблазнять девушек. Этот договор стоил Парсифалу упущенного в юности шанса увидеть Грааль во всем блеске его магической силы и возможности развивать отношения с Бланш Флёр, девушкой, которая ему очень понравилась.

Если бы он позволил себе выразить свою любовь к Бланш Флёр, их единственная ночь не была бы невинной — но тогда он нарушил бы слово, данное матери. Мы не можем измерить масштаб убытков, которые понесем в результате ограничивающих условий, предлагаемых нам контрактом души, потому что всегда слишком заняты настоящим моментом. Если бы Парсифаль знал, какой ценой ему придется заплатить по соглашению, заключенному со своей матерью... Но когда он соглашался на ее условия, его интересовало только одно - возможность поскорее вырваться из материнского дома. И ради этого он готов был согласиться на все. Мы не знаем, чего нам будут стоить наши контракты. Более того, до тех пор, пока мы не станем сгибаться под тяжестью непомерных выплат, мы редко думаем о том, какую цену нам придется заплатить по контракту души. Например, Парсифаль начинает подсчитывать свои убытки только после того, как колдунья выставляет его на посмешище. Но даже тогда он не понимает, что, собственно, удерживает его от того, чтобы жить полной жизнью. Он понимает, что в его жизни отсутствует нечто важное, но продолжает идти прежним путем — до тех пор, пока ему не указывают на тайный контракт.

Когда Парсифаль встречает отшельника, живущего в лесу, старик спрашивает его: «Почему ты носишь доспехи и меч в святой день?» В этот момент Парсифаль вынужден трезво взглянуть на себя — и тогда с него спадает заклятие. Не случайно именно в этот момент перед ним вновь возникает замок Грааля. Когда Парсифаль вновь попадает в замок и задает вопрос, который прежде ему было запрещено задавать, Грааль наконец являет ему свою магическую силу, и Парсифаль освобождается от злого рока.

Подобно Парсифалу, многие из нас застревают в «фазе воителя», связанные условиями контракта души, заставляющими нас тратить долгие годы на достижение мирского успеха. И только ухудшение здоровья, потеря работы или крах личной жизни заставляют нас спросить себя: «Зачем я этим занимаюсь?» Но нам известна лишь роль, отведенная нам по контракту. Например, Адам способен лишь добывать хлеб насущный в поте лица своего, а Парсифаль —

сражаться.

Таким образом, после того, как мы зададим вопрос: «Зачем я этим занимаюсь?», могут пройти годы, прежде чем мы поймем, что нас ограничивают контракты души, и сможем переписать их. Настоящие изменения не произойдут до тех пор, пока мы не пересмотрим свои обязательства и не заменим старые ограничивающие убеждения новыми, которые позволят нам вести более полную жизнь.

МИФ О ПСИХЕЕ

В то время как миф о Парсифале часто используют как иллюстрацию архетипического пути мужчины, классический античный миф о Психее и ее возлюбленном Эросе (Купидоне) часто используется для рассмотрения развития сознания женщины. В этом качестве миф о Психее является замечательной иллюстрацией архетипических контрактов души, с которыми сталкиваются женщины.

Психея — самая младшая и наиболее привлекательная из трех дочерей царя. Ее красота и нежная душа известны во всем царстве, и народ начинает поклоняться смертной девице как божеству. Это вызывает гнев Афродиты, богини любви и красоты, и она устраивает заговор против Психеи, отпугивая от нее всех поклонников. Когда отец Психеи видит, что ни один жених не показывается на пороге их дворца, чтобы просить руки девушки, он решает обратиться к оракулу. Но оракул, находящийся под влиянием ревливой Афродиты, объявляет, что Психее суждено сочетаться браком со Смертью. Чтобы пророчество исполнилось, отец Психеи приковывает дочь к скале, где ее должно забрать самое ужасное существо.

Психея символизирует юную и невинную часть нашей личности, вступающую в конфликт с неизменными устоями, которые символизирует Афродита. Психея хочет любить и быть свободной, а Афродита желает, чтобы девушка несла бремя прежних поколений женщин. Это универсальный миф о травмированной женственности, и эта травма передается от старого поколения новому — например, в тех африканских племенах, где до сих пор практикуют женское обрезание, обязанность старшей женщины состоит в том, чтобы подготовить юную девушку к этому ужасному испытанию.

В этом мифе Афродита выступает в роли, схожей с ролью матери Парсифаля, которая связывает своего сына по рукам и ногам обязательствами, препятствующими его самореализации. Афродита посылает к Психее своего сына Эроса, который должен пронзить девушку одной из своих знаменитых стрел любви, чтобы разжечь в ней страсть к Смерти. Но Эрос настолько впечатлен красотой Психеи, что забывает обо всем и влюбляется в нее. С помощью ветра Эрос уносит девушку на вершину дальней горы. (Эта ситуация не так уж редка и в реальной жизни. Многие молодые женщины, для которых воля их отцов в отношении выбора жениха зачастую хуже смерти, убегают с первым попавшимся человеком, который обещает освободить их от тирании родительского дома.)

Союз Эроса и Психеи оказывается счастливым. Но Эрос берет у своей возлюбленной обещание не смотреть на него при свете и не задавать ему вопросов. (Это не слишком отличается от позиции многих мужей, которые считают, что их график работы не должен обсуждаться женами, а партия в гольф по субботам является более важной, чем интересы семьи.)

Некоторое время Психею не тяготит это соглашение — ее ночи полны любви, а днями она вкушает экзотические плоды и принимает знаки внимания, достойные самой богини. Но, к несчастью, этому раю приходит конец. Роль змея-искусителя в этом мифе играют сестры

Психеи, которые приходят навестить девушку в ее роскошной горной обители, проникаются завистью к ее счастью и решают разрушить его. Сестры стремятся заронить в душу Психеи сомнения. Они говорят, что на самом деле Эрос является ужасным и безобразным чудовищем — иначе зачем ему запрещать глядеть на себя? Сестры убеждают легковверную девушку добыть светильник и нож — последний на тот случай, если Эрос, чей ужасный секрет будет раскрыт, захочет убить ее. Психея прячет эти предметы в спальне, чтобы ночью зажечь светильник и увидеть подлинное лицо Эроса.

В одну из ночей после нежных ласк Эроса она поднимается с постели, берет светильник и нож и зажигает свет, освещая лицо своего спящего мужа. Потрясенная Психея видит не безобразного монстра, а прекрасного бога любви, самое красивое существо на свете.

Впервые увидев Эроса во всем блеске его красоты, Психея настолько потрясена, что натывается на одну из его стрел и влюбляется в него. Но в это время она проливает горячее масло из светильника на плечо Эроса. Он просыпается и видит свою возлюбленную, стоящую над ним с ножом в руке. Эрос в испуге бежит и направляется к своей матери Афродите.

Сердце Психеи разбито. Она взывает к богам, умоляя вернуть ей Эроса, но боги не хотят идти против Афродиты. Они в один голос говорят, что только Афродита может ей помочь. Психея не хочет просить ревнивую богиню, но кто же время понимает, что у нее нет другого выбора.

ПУТЬ ПСИХЕИ К ИСКУПЛЕНИЮ

К этому моменту Психея дважды пережила потерю души. Сначала ее предал отец (и не защитила мать), а потом оставил возлюбленный. Визит Психеи к Афродите символизирует ее путешествие в Палату ран, чтобы найти источник своих бед и несчастий. Там она находит задачи, выполнение которых позволит ей попроситься с ограничивающим представлением о себе как о страдальце и даст возможность стать сильной и счастливой.

Афродита дает Психее четыре невероятно сложные задачи, обещая возвратить Эроса, если девушка справится с ними. Выполнение этих задач связано с такими трудностями, что Психея на каждом шагу испытывает соблазн бросить все и покончить с жизнью. Но вместе с тем девушка твердо решает переписать свои контракты души.

Она хочет обрести свою истинную природу, так как в сияющем свете истины она пережила подлинную любовь.

Первая задача Психеи — под страхом смерти перебрать огромную кучу зерен и успеть закончить работу к рассвету. (Важна не столько сама задача, сколько наказание за ее невыполнение, так как мы знаем, что жизнь нашего духа зависит от выполнения нашей миссии.) И тут появляются муравьи, которые помогают Психее перебрать зерна.

Вторая задача — пересечь реку, достичь луга, на котором пасутся злобные златорунные овцы, и нащипать с них золотой шерсти. Тростник, растущий вдоль реки, советует Психее не подходить к овцам, а дожидаться сумерек и собрать шерсть, которая застревает в зарослях тростника. И когда девушка справляется со второй задачей, казавшейся невыполнимой, Афродита дает ей еще более опасное задание: Психея должна наполнить хрустальный кубок водой из реки смерти Стикс. Эта задача представляется девушке совершенно невозможной, и она всерьез подумывает над тем, чтобы наложить на себя руки. Но тогда появляется орел, который, зажимая в своих когтях кубок, летит к реке, набирает воду и приносит ее Психее.

Четвертая задача самая трудная. Психея должна спуститься в Нижний мир и попросить у богини Персефо-ны банку крема, дарующего красоту, и принести ее Афродите. Психея

совершенно не представляет себе, каким образом она отправится в царство мертвых, но она получает совет от возвышающейся над землей таинственной башни, которая символизирует Дух. Всевидящая и всезнающая башня объясняет девушке, как следует подготовиться к предстоящему путешествию, и дает подробные инструкции.

Башня рассказывает Психее, что царство мертвых охраняет Цербер, злобный трехглавый пес, который стережет врата в Нижний мир, пропуская в него только мертвых. За этими вратами обитают голодные души, страждущие спасения. Психея должна взять с собой две монеты и две ржаные лепешки, а также не помогать никому, кто будет просить ее о помощи.

Все предыдущие задачи были лишь подготовкой к этому решающему испытанию. Она знает, что у нее есть союзники, готовые ей помочь, и понимает, что находится под защитой башни. И теперь она должна спуститься в Нижний мир — то самое место, куда мы отправляемся, чтобы найти свои утерянные души, — и обрести" свою внутреннюю красоту, символом которой является крем Персефоны.

По пути в Нижний мир Психея сначала встречает хромого человека, который ведет жалкого ослика, нагруженного хворостом. Когда несколько хворостин падают на землю, Психея хочет нагнуться и поднять их, чтобы вернуть владельцу, но вовремя вспоминает, что ей запрещено помогать кому бы то ни было. Итак, Психея продолжает свой путь. Она подходит к реке Стикс и отдает паромщику Харону одну из монет. Когда Харон перевозит ее на другой берег, Психея видит тонущего человека, который умоляет ее о помощи, но девушка отказывает ему.

Добравшись до берега, Психея вступает в мир мертвых, где встречает трех старух, прядущих нити судьбы. Они просят ее о помощи, но девушка вновь отказывается и спешит дальше.

Психея понимает, что ничто не должно останавливать ее на пути к ее цели. (Так же и мы в своем путешествии в Нижний мир можем встречать много потерянных душ, но нам следует держаться своей цели.) Вскоре девушка встречает Цербера, охраняющего врата в Аид, подземное царство теней. Психея бросает ему одну из ржаных лепешек и проскальзывает мимо, пока три головы пса спорят, кому достанется лакомство.

Персефона с радостью делится с Психеей своим волшебным кремом, и молодая женщина начинает свой путь домой. И тут на нее нападает непреодолимое желание тотчас же взглянуть на крем. Но когда она открывает банку, на нее спускается сон — глубокий, как сама смерть, и Психея падает наземь в обмороке. (Дело в том, что подарки, полученные в Нижнем мире, нельзя открывать — или дешифровать — до возвращения в Средний мир. В противном случае, подобно Психее, мы можем «уснуть» или потерять сознание и утратить подлинное понимание смысла подарков.)

Увидев свою смертную возлюбленную в опасности, Эрос приходит к ней на помощь. Он будит Психею и возвращает ее в мир людей и богов. Когда Психея приносит Афродите крем Персефоны, Эрос просит своего отца Зевса о помощи. Зевс позволяет Психее испытать из ручья бессмертия. Девушка становится богиней и воссоединяется с Эросом как равная с равным.

УРОКИ ПСИХЕИ

Эта история учит нас тому, что мы способны пройти невероятно долгий путь, пытаясь действовать согласно условиям наших контрактов души. Когда Эрос спасает Психею от брака со Смертью, она соглашается на любые условия, которые выдвигает ее спаситель. И

действительно, разве может быть что-нибудь ужаснее, чем ситуация, в которой собственный отец отдает тебя на съедение жуткому монстру? Психея заключает контракт, по условиям которого она отдает свою любовь Эросу, даже не познакомившись с ним как следует, и это не оставляет ей права узнать, кем является ее возлюбленный на самом деле. Психея позволяет ему распоряжаться всеми аспектами их отношений. Взамен она получает возможность жить в раю. Как часто женщины отказываются от возможности проявить свою силу и мудрость из страха или нежелания расстроить мужа или родных!

Но каким бы ни был наш рай, мы можем выполнять условия унижительного контракта души только ограниченный срок. Рано или поздно мы начинаем понимать, что обделяем себя. Подобно тому как Психея не может удержаться от того, чтобы не взглянуть на Эроса, наше стремление к самопознанию приводит нас к конфликту с ограничениями нашего контракта души. Но подобно Психее, которой приходится пройти ряд суровых испытаний, мы можем разорвать свой контракт, лишь приложив огромные усилия. Подобно Психее, мы отправляемся в путь, где нам предстоит выполнить задачи, которые кажутся невыполнимыми, чтобы понять, в чем состоит наша истинная природа.

Не переписав условия своих контрактов, мы живем бессознательно. Мы постоянно меняем спутников жизни в поисках «Эроса», который спасет нас, но раз за разом оказываемся в прежнем положении. Так, потрясенная потерей мужа, Психея бросается в Афродите, чтобы заключить новый контракт «спасения брака» — вместо

того, чтобы напрямую добиваться любви Эроса. Она соглашается на невыполнимые задачи, поскольку ей представляется, что только Афродита способна ее спасти.

Почему Психее не приходит в голову просто пригласить бога любви на ужин? И вновь Психея слепо верит в персону, которая, как ей кажется, может решить ее проблемы.

История Психеи также учит нас тому, что мужество и решимость в итоге приносят успех. Только после того, как Психея пересекла реку Стикс (которая символизирует последнюю границу в жизни) и рисковала жизнью, она находит в себе силы, чтобы отказывать в помощи другим людям, и обретает мужество бросить вызов условиям своего контракта души.

Для того чтобы изменить обстоятельства, прежде следует изменить себя. Когда Психея изменяется, с ней изменяется весь мир. Она оставляет позади свою смертную долю и находит новую судьбу в качестве богини.

КАК ПЕРЕПИСАТЬ КОНТРАКТЫ ДУШИ

Многие религии признают необходимость перезаключения контрактов души. В иудаизме существует йом-киппур — священный день искупления, в который каждый правоверный иудей не только кается во всех грехах, совершенных в прошедшем году, но и освобождается от тех обязательств перед Богом и собой, которые он не смог выполнить, но к осуществлению которых приложил достаточно усилий. Христианское тайнство отпущения грехов также можно рассматривать как пересмотр контракта души на условиях приложения искренних усилий. Вы признаете, что согрешили, и спрашиваете у Бога, что можете сделать, чтобы пересмотреть контракт, по условиям которого вам грозит вечное проклятие.

Епитимья дает грешнику возможность получить отпущение грехов.

Проблема с религиозными формами искупления состоит в том, что прощение зависит от бога, находящегося вне нас, или его представителя. С помощью практики путешествия в духе мы можем пересматривать свои контракты души напрямую. Мы можем пересмотреть свою жизнь, отделив то, что считаем важным и значимым, от того, что таковым не является.

Подобным образом Психея перебрала зерна. Мы тоже можем найти золотую шерсть, чтобы соткать ткань новой жизни, и выпить святой воды перед тем, как отправиться в Нижний мир, чтобы восстановить свою внутреннюю красоту и силу.

Первым шагом к пересмотру ваших контрактов души является осознание их наличия. Мы не должны ждать кризиса, чтобы начать изменять свои контракты. Мы можем пересмотреть их на более выгодных для себя условиях, не дожидаясь, когда наш мир превратится в руины. Зачастую нам в этом помогает привратник Нижнего мира, как это произошло с моим учеником Денни.

Моя Палата контрактов выглядела как большая правовая библиотека. Вдоль стен тянулись полки с книгами. Здесь я встретил служителя, который снял с полки и подал мне книгу, подписанную моим именем. Я сел за стол и стал ее читать. Сначала мне показалось, что в ней просто перечислены свойства, которые я проявлял в этой жизни. Ниже я прочитал: «Старший, сильнейший, самый наглый и объявляющий себя самым умным получает всю власть». Это показалось мне очень знакомым, так как в моем детстве вся власть надо мной доставалась моим старшим братьям и сестрам. Служитель мягко, но настойчиво начал убеждать меня пересмотреть условия этого контракта. Он протянул мне штемпель «Признано недействительным», и я стал с большой энергией штемпелевать пункты своего контракта, отменяя их.

Когда мы изменим условия своих контрактов души, изменятся многие аспекты нашей жизни. Нам нужно пересмотреть условия многих отношений с людьми, которые отравляют нам жизнь. Эти люди привыкли к тому, что мы позволяем им унижать или эксплуатировать нас, и когда мы изменимся, они, вероятнее всего, огорчатся. Мы должны сделать все, чтобы переписать и эти пункты наших контрактов.

Пересмотр контрактов души является необычайно глубоким опытом, изменяющим нашу жизнь в гораздо большем числе аспектов, чем мы можем предположить. Поэтому мы должны сообщить своим детям, женам (мужьям), начальникам и друзьям о том, кем собираемся стать, и заручиться их поддержкой в отношении нашей новой личности.

НАСЛЕДУЕМЫЕ КОНТРАКТЫ ДУШИ

Контракты души наших предков передаются нам по наследству, так же как и психологические травмы. Например, дети евреев, переживших преследования во время Второй мировой войны, часто страдают серьезной депрессией, которая имеет причиной наследуемые контракты души, ограничивающие доверие к людям и веру в доброту мира. Экономические страхи и боязнь разорения также могут передаваться из поколения в поколение, если один из ваших предков пережил Великую депрессию. Неспособность доверять людям может передаваться ребенку, если его мать была оставлена своим мужем.

В таких случаях нынешнее поколение будет выплачивать долги, о причине которых ему ничего не известно. Даже в Библии говорится о наследуемых контрактах, когда утверждается, что за грехи отцов будут расплачиваться семь последующих поколений.

Я хочу поделиться с вами одним примером наследуемого контракта в моей семье. Когда моему брату в возрасте сорока семи лет поставили диагноз «рак мозга», я привел его к знаменитому целителю, который сказал: «Я работаю с вашим световым энергетическим полем. Через три дня[^] вас начнутся истечения из головы. Не подвергайте себя рентгеновскому излучению, не препятствуйте истечениям в течение десяти дней». Ровно через три дня на черепе моего брата появилось небольшое отверстие и через него стала истекать желтая

жидкость. Никто не мог сказать, что это было.

Мой отец, который всегда был скептиком и убежденным материалистом, очень беспокоился. Он запаниковал и настоял, чтобы брат прошел магнитно-резонансную томографию с целью определить причину подозрительных истечений. Когда томография была сделана, истечения прекратились — и мой брат умер через две недели.

Дело в том, что у моего брата был шанс изменить свой контракт души и сказать: «Я не подчиняюсь своему отцу, который не любит меня». Но в своем ослабленном состоянии он не мог противостоять отцу — при том, что всю свою жизнь он пытался избавиться от его влияния. Мой брат сохранил прежний контракт души ценой своей жизни, потому что не хотел предать или разочаровать отца. Брату было легче принять смерть, чем изменить свои представления.

Скрепя сердце я вынужден был принять выбор своего брата, но всегда понимал, что его жизнь не должна была закончиться так печально.

Изменение или расторжение контракта души является высвобождающей силой, которая позволяет нам создать изменяемую систему взглядов, ведущую к новым опытам жизни и соглашениям, что порой спасает нашу жизнь.

ОБЕЩАНИЕ МАТЕРИ

Одной из моих клиенток, Бонни, неожиданно позвонила дочь, с которой они не общались несколько лет. Врачи обнаружили у дочери опухоль груди и назначили биопсию. Молодая женщина захотела, чтобы в этот момент ее мать была с ней.

Бонни позвонила мне, чтобы сказать, что она не может сдерживать слезы после звонка дочери. «Это не печаль, я даже не знаю, что это такое», — сказала она. Биопсия дочери была назначена на понедельник, и в тот же день у Бонни должна была состояться серьезная встреча на работе, поэтому она боялась, что в таких расстроенных чувствах не сможет справиться с ситуацией.

Я встретился с Бонни в воскресенье перед биопсией, и мы вместе с ней отправились в путешествие в духе. В Палате ран она увидела себя молодой матерью двух младенцев, живущей в средневековье. На их дом напали мародеры, которые подрубили один из опорных столбов постройки. Мать и ее двое малышей оказались заживо погребены под завалом без всякой надежды на спасение. Была зима, солнце заходило, и мать знала, что им предстоит замерзнуть и умереть. Она испытывала мучительную боль, но продолжала успокаивать малышей: «Не бойтесь, мама с вами».

В Палате контрактов души Бонни увидела себя просящей Бога забрать детей прежде, чем умрет она, — чтобы утешать малышей до их последнего вдоха. Этот контракт души («пусть мои дети умрут прежде меня») был заключен сотни лет назад, но он по-прежнему сохранял силу. Соглашение было сформулировано так, что долгое время приносило ужасные результаты, но во время кризиса мы не выбираем слова. Этот контракт души оказал влияние на реакцию Бонни в отношении биопсии ее дочери. Во время нашего путешествия в духе она смогла пересмотреть условия прежнего контракта, сформулировав его следующим образом: «Пусть мои дети знают, что их мать всегда останется с ними, чтобы их утешить».

Моя клиентка вернулась в нормальное эмоциональное состояние, как только поняла, какие прошлые события вызывали у нее тяжелые чувства. Она поняла, что оттолкнула от себя дочь, потому что не могла вынести мысли о том, что может потерять ее. По результатам биопсии стало понятно, что у дочери Бонни доброкачественная опухоль, и после этого

отношения матери и дочери начали налаживаться.

В случае Бонни мы видим, как контракт души, перенесенный из прежней жизни, может вступать в силу во время кризиса. В случае Линды мы увидим, как можно переписать контракт души уже в этой жизни.

И ВСЕ ПРОЯСНИЛОСЬ....

Когда я познакомился с Линдой, успешной и реализовавшейся женщиной, фотографом и консультантом, она переживала не лучшее время. Ей только что поставили диагноз «рак груди», и она проходила химиотерапию. В ее Палате ран мы обнаружили испуганную и озлобленную трехлетнюю девочку. Когда я попытался приблизиться к ней, она с плачем бросилась бежать, крича, что она не может никому доверять после того, как все ее оставили.

Линда узнала эту девочку и пояснила: «В известном смысле я осталась совсем одна, когда мне было три года. Маму госпитализировали с послеродовой депрессией сразу после моего рождения, и я не видела ее долгие месяцы, мой отец погиб, когда мне было восемнадцать месяцев. Мы с мамой отправились жить к родственникам, и когда я была совсем маленькой, то видела, как моя бабушка едва не сгорела, неосторожно обращаясь с газовой плитой. После этого я поняла, что не могу ей доверять. Но дедушка был сильным и нежным. Я помню, как он поднимал меня на руках, чтобы я могла увидеть чудесный сад за высокой стеной. Мне очень нравился этот сад. Дедушка подарил мне книжку, которую я храню до сих пор. Он умер во сне, когда мне было три года. Часть моей души умерла вместе с ним».

«И я заключила контракт души, — продолжала Линда, — по условиям которого должна была оставаться в одиночестве. Я решила играть в одиночестве, заниматься творчеством в одиночестве, не искать друзей и спутника жизни».

Когда мы отправились в Палату контрактов души, Линда увидела скалу, покрытую петроглифами, которые частично были закрыты плотным дымом. Дым не позволял прочитать это сообщение до тех пор, пока Линда наконец не была готова его воспринять. Она попросила дым рассеяться, после чего смогла увидеть, что петроглифы складываются в слово «да». «Это мой новый контракт», — поняла Линда. Ее просили сказать «да» своей жизни и возможностям, которые отрываются-перед ней.

«И неожиданно я поняла, что это поворотный момент в моей жизни, — рассказывала Линда. — Я поняла, что это духовная клятва, которую мне предлагалось принести. Если я не скажу „да“, другой возможности может не быть. Если я принесу эту клятву, мне придется ее исполнять. Я понимала, что это очень серьезно. Я была испугана, но в то же время ощущала себя счастливой — и я сказала „да"».

Как видите, эти контракты имеют очень большое значение в жизни человека. Моему брату этот договор стоил жизни. Бонни в течение многих лет не имела серьезных отношений с мужчинами, и ее отношения с дочерью также были разрушены. Но всего через год после того, как Бонни осуществила восстановление души, я провел шаманскую церемонию бракосочетания для нее и ее нового мужа.

Здоровье и творческие способности Линды были далеки от оптимальных до тех пор, пока она не пересмотрела свой прежний контракт и не научилась говорить «да» жизни. Сейчас у нее устойчивая ремиссия после рака, и она успешно развивает свою карьеру как фотограф и консультант.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ В ПАЛАТУ КОНТРАКТОВ ДУШИ

Как и прежде, подготовьтесь к этому путешествию, открыв священное пространство. Сядьте удобно, остановите взгляд перед собой (или закройте глаза) и сложите руки как во время молитвы. Проникнитесь готовностью к путешествию в Палату контрактов души, а затем коснитесь своей восьмой чакры и круговыми движениями рук распространите ее сияние вокруг своего тела. Призовите четыре стороны света на помощь в открытии священного пространства. Выполните упражнение «Маленькая смерть» и отправьтесь в свой сад в Нижнем мире.

Позовите привратника, поясните, что вы хотите исследовать контракты души. Привратник проводит вас из Эдема в Палату контрактов. Попав туда, оглянитесь и поговорите с теми, кого вы там застанете. Задайте им вопросы: «Кто тот человека у камина?», «Кто сидит в кресле-качалке?», «Что здесь происходит?», «Кто участвует в этой сцене?»

Вы можете встретить себя в том возрасте, когда заключили контракт, и узнать, как и на что вы тогда согласились. Возможно, вы встретите свое воплощение из прошлой жизни. Вы можете даже обнаружить наследуемый контракт и увидеть человека, который его заключил. Спросите у него: «Что написано на этой доске?», «Что записано в этой книжке?», «Что вы повторяете про себя?» Помните: каждый контракт предполагает, что вы получаете нечто (безопасность, любовь, облегчение) в обмен на что-то другое (цену, которую вы платите). Какую цену вы платите по условиям договора и что получаете взамен? Справедливый ли это обмен? Спросите у этого человека: «Получил ли ты то, что действительно хотел?», «Этот контракт принес тебе покой, утешение или безопасность?», «Если бы ты мог попросить Бога о чем угодно, о чем бы ты его попросил?»

Изучите формулировку контракта. Если вам потребуется помощь, попросите привратника. Он знает все и объяснит то, чего вы не поняли. Затем предложите более удачную формулировку. Предлагайте формулировки до тех пор, пока не получите новое соглашение, которое будет составлено в вашу пользу.

Перед тем как отправиться обратно, объясните условия нового контракта другим людям в палате. Тем самым вы внедрите свой договор в подсознание, и он сможет начать незамедлительно действовать.' Скажите этим людям: «Вы не должны продолжать повторять эту пьесу. Сценарий изменен. Вы можете жить в мире. Мы составили новый контракт». Убедитесь, что все поняли, что старая пьеса закончена. Объясните условия нового контракта каждому из них, чтобы они поняли, о чем идет речь.

Отправляйтесь обратно. Поставьте в известность привратника, властелина жизни и смерти. Скажите ему: «Благодарю тебя за то, что позволил мне попасть в свои владения, куда открыт вход только мертвым».

Как прежде, вернитесь в свой мир. Потянитесь всем телом, потрите ладони, лицо, откройте глаза и вернитесь в свое тело. Закройте священное пространство.

Упражнение

ЗАПИСИ ДЛЯ ИСПРАВЛЕНИЯ КОНТРАКТА ДУШИ

Во второй палате вы находите контракты души, которые подписали в момент своей первоначальной эмоциональной травмы. Вы просите тех, кого встречаете в этой палате, объяснить вам подробности данного соглашения. Сейчас вы сможете использовать процесс ведения записей, чтобы пересмотреть условия своего контракта и выработать более благоприятные для вас условия, которые перестанут ограничивать вас в реальном мире.

Процесс ведения записей пробуждает голоса сильных исцеляющих элементов вашей

психики. Эти голоса принадлежат той части вашей души, которая стремится к достижению нового позитивного контракта с вами. Возьмите записную книжку и ручку. Удалитесь в спокойное место, где вы можете открыть священное пространство.

Справившись с этим, разделите чистую страницу вертикальной линией. С одной стороны составьте список вопросов, с другой стороны запишите ответы, которые даст та часть вашей души, которая стремится заключить новый контракт с жизнью. Начните с простых вопросов: «Кто ты?», «Как ты можешь мне помочь?» и «Что ты хочешь попросить?». Перенесите диалог на бумагу. Это поможет вам определить условия вашего нового контракта души.

Не скупитесь на время. Беседа может оказаться продолжительной.

Следующий пример диалога Бонни со своим прошлым «я» отражает то, как она пересматривала условия своего контракта души:

Бонни: Почему ты плачешь?

Женщина: Этот дым, я не вижу своих малышей...

Бонни: Где они?

Женщина: Под завалом. Я слышу, как плачет младший... Боже, за что это мне? Позволь им умереть раньше меня, чтобы до последней минуты они могли слышать мой голос и знать, что я с ними.

Бонни: Ты действительно хочешь этого от Бога? Может быть, ты имеешь в виду, что хочешь, чтобы твои дети знали, что их мать не оставит их и она любит их?

Женщина: Я не хочу, чтобы они умерли в одиночестве.

Бонни: Попробуй такую формулировку: «Господь, пусть мои малыши знают, что я всегда с ними и я люблю их».

Женщина: Да, я имела в виду именно это. Пусть мои дети знают, что мама всегда поможет, когда в этом будет нужда.

Бонни: Успокойся, моя дорогая. Отправляйся домой. Твои дети живы и здоровы.

А это беседа Линды, в которой она обсуждает новые условия контракта с тем, кто выдает себя за ее покойного дедушку:

Линда: Где ты?

Дедушка: Я вокруг тебя, я в тебе.

Линда: Мне жаль, что я этого раньше не понимала. Я думала о тебе как о своем дедушке — человеке, который давно умер. Как я смогу узнать тебя?

Дедушка: Теперь я здесь, и я был здесь задолго до того, как твой дед родился на этот свет. Я — дерево, растущее у дороги. Я — порыв ветра. Я — крик совы в ночи. Я — эта земля, легенды и духи народов, заселявших эту землю до тебя. Куда бы ты ни посмотрела, ты увидишь меня.

Линда: Это так прекрасно! Спасибо. Мне нужна сейчас твоя сила, твоя защита. Я стараюсь расти, овладеть пламенем, живущим во мне, овладеть мудростью. Но они так велики, а я мала и беззащитна.

Дедушка: Я вижу, как в тебе растет хрупкий побег, исходящий из семени. Да, ты беззащитна, но этот побег живет, он глубоко пустил свои корни, он защищен и питаем Духом.

Линда: Могу ли я позвать тебя, чтобы ты защитил и укрыл малютку Линду?

Дедушка: Призывай меня во время своих медитаций, и я буду говорить с тобой. Я коснусь тебя, и ты почувствуешь тепло моих объятий. Я подниму тебя над стеной, чтобы ты могла увидеть тайный сад с другой ее стороны. Однажды ты отправишься туда, но прежде будешь опднимать над стеной других людей, помогая им понять, что этот сад существует.

Новый контракт Линды обязал ее помогать другим увидеть чудесный сад.
Ее новый контракт связал исцеление Линды с исцелением других людей.

Упражнение

ПИСЬМЕННЫЙ ДИАЛОГ С БОГОМ

Вы можете изменить контракты, заключенные вашими предками с Богом. Вы не обязаны страдать из-за этих контрактов. В Ветхом завете мы находим много примеров препирательств с Богом по поводу условий соглашений с ним.

Например, в истории Содомы и Гоморры Бог говорит Аврааму: «Я собираюсь разрушить эти города, потому что их жители не выполняют моих законов». Авраам спрашивает Бога: «Если я найду пятьдесят праведников, ты пощадишь эти города?» Бог отвечает: «Да». Вскоре Авраам опять обращается к Богу: «А что, если я найду сорок пять праведников?» Бог отвечает: «Да». Он готов пощадить города и на таких условиях. Авраам спрашивает: «Но что, если я найду десять праведников?» Бог вновь соглашается. Этим заканчиваются переговоры Авраама с Богом.

Когда ангелы спустились в Содом, они нашли там только одного праведника, Лота, и стали убеждать его взять с собой семью и бежать из города — прежде чем тот будет разрушен. Но мы никогда не узнаем, чем закончилась бы эта история, если бы Авраам выторговал у Бога обещание не разрушать города при условии нахождения только одного праведника. Торгуясь с Богом, Авраам также мог предложить такой вариант: «Пощади мой народ, ибо я — праведник».

Попробуйте переговорить с Богом, чтобы определить, как действует в вашей жизни прежний контракт изгнания из рая и как можно его изменить. Прежде всего откройте священное пространство. Проведите вертикальную линию, разделяющую чистую страницу пополам. С левой стороны запишите свои вопросы, а с правой записывайте ответы Бога.

Начните с того, что без смущения, запросто спросите Бога: «Что случилось со мной в прошлом?», «Что сделала Ева?», «Кем был змей-искуситель?», «Что сделал Адам?», «Какая часть меня испытывает позор?», «Почему я страдаю?» и «Я вижу Тебя повсюду, я ощущаю Тебя каждой клеточкой моего тела, поможешь ли Ты мне?»

Закончив диалог, закройте священное пространство.

Эти диалоги с Богом вы должны практиковать ежедневно.

Теперь, когда вы переписали свой контракт души, новая его версия гарантирует вашей исцеленной душе безопасность, которая понадобится вам для упражнений, приведенных в следующей главе.

ГЛАВА 6

ПАЛАТА БЛАГОДАТИ

Мой отец умер в возрасте пятидесяти лет, хотя его физическое тело дожило до семидесяти шести... Он умер духовной смертью — той, что лишает нас духа и подлинной жизни. Я обещал себе умереть иначе.

Я знаю, что сила, которую каждый человек может получить в путешествии четырех ветров, больше обретенного знания, откровений духа, ответственности и навыков, необходимых для того, чтобы принять на себя заботы о Земле. Эта сила позволяет получить новую жизнь.

Существует энергетическое тело. Обратившись к югу, вы получаете его.

Существует природное, эфирное тело. Вы получаете его, обратившись к западу. Оно

становится телом ягуара.

Существует астральное тело, жизнь которого равна веку звезд. Его сторона — север. Это тело древних мастеров. Мистическое тело. Мудрость Вселенной.

К востоку обращено казуальное тело. Мысль, предваряющая действие. То, что существует до существования. Творческий принцип. Тело орла.

Таков я. И я понимаю, что должен продолжать свой путь. Нужно ответить на новые вопросы. Нужно еще многое пережить и испытать...

Из дневника Альберто

Находясь в состоянии благодати, мы можем жить полной жизнью. Китайцы называют это состояние «пробужденным ци». По утрам мы с радостью выпрыгиваем из постели и идем по жизни, без труда преодолевая препятствия. Лишившись благодати, мы с трудом просыпаемся и без желания встаем, а жизнь представляется нам бременем, которое мы вынуждены нести изо дня в день.

Хотя наши души стремятся жить в благодати, обычно мы осознаем ее лишь тогда, когда теряем, — например, когда наш запас жизненных сил истощается в связи с неудачным браком или проблемной ситуацией на работе, или когда мы предаем свои идеалы и мечты, выбирая путь, который все дальше уводит нас от своего призвания. И тогда мы обретаем болезненную зависимость от труднодобываемого эликсира, называемого счастьем.

БЛАГОДАТЬ ИЛИ СЧАСТЬЕ?

Большинство из нас путают понятия «благодать» и «счастье», хотя между этими состояниями имеется существенная разница. Благодать отличается глубиной и трансформационными качествами, а счастье мимолетно и казуально. Для достижения счастья мы всецело полагаемся на благоприятные обстоятельства, что очень далеко от естественного ощущения благополучия, которое мы называем благодатью. Когда мы принимаем определение счастья как состояния, связанного с благоприятными обстоятельствами, нас удивляет согласие с обстоятельствами, которое проявляют простые или бедные люди — например, те, кто живет впроголодь, не имеет крыши над головой, семьи или детей.

Исследования показывают, что ощущение счастья для людей, которые борются за выживание, и для тех, чьи основные нужды гарантированно обеспечены, существенно отличается. Но между теми, чьи основные нужды гарантированно обеспечены, и теми, кто обладает значительным богатством, разница совсем невелика. Конечно, дорогой автомобиль или роскошное платье некоторое время доставляют нам радость, но мы очень быстро привыкаем к своей новой игрушке, и она становится для нас обычной и больше не радует. Таким образом, нам не остается ничего другого, кроме как желать следующую новую игрушку. Перефразируя слова Олдоса Хаксли, можно сказать, что потолок вчерашнего желания становится для нас полом сегодняшних ожиданий.

Подобно тому как в традиционной китайской медицине в человеке, страдающем ожирением, видят несчастного, пытающегося заглушить свой духовный голод пищей, мы также можем сказать, что люди, одержимые духом приобретательства, в действительности приобретают не вещи, а то, что представляется им лекарством для исцеления психологической или духовной пустоты в своей жизни. Лишенные внутренней гармонии и согласия с собой, мы проходим по жизни как призраки.

Мы не живем в настоящем и пытаемся избавиться от неприятных чувств, выбрасывая деньги на ветер, обедааясь, меняя сексуальных партнеров или работая без отдыха. Или же мы начинаем злоупотреблять алкоголем или наркотиками, что приносит временное ощущение счастья, которое быстро исчезает и делает нас еще более несчастными, чем прежде.

Люди принимают наркотики, чтобы испытать чувство эйфории, но когда у них развивается привыкание к наркотику, эйфория сменяется болезненной «ломкой». Психологи называют болезненное пристрастие «обезьяной у нас за спиной». И в этом есть свой смысл — когда люди сдаются на милость своего «обезьяньего мозга», т. е. поддаются страху, нездоровому голоду, позывам агрессии или похоти, наше существование превращается в элементарную борьбу за выживание, а в этих условиях нельзя жить в благодати. Борьба за выживание и жизнь в благодати являются взаимоисключающими понятиями. Живя в благодати, мы уподобляемся библейским лилиям полевым, которые ни в чем не нуждаются.

Однако кратковременные удовольствия не могут привести нас в это состояние. Существует ли лучший образ благодати, чем улыбка ребенка? Но дети не стремятся намеренно к благодати и не уклоняются от печали — они просто живут в своем детском мире так, как им свойственно. Это и есть благодать.

ОТ СТРАХА К БЛАГОДАТИ

Потеря благодати приносит с собой страх, и это переводит нас в режим борьбы за выживание. А когда нам кажется, что нашей жизни нечто угрожает, мы создаем для себя план Б. Например, за две недели до рождения сына меня охватила паника. «Я никогда в жизни не был отцом! Я не знаю, как им быть! — внутренне кричал я. — Я замечательно справляюсь с жизнью в джунглях Амазонки, но мне ничего не известно о том, как воспитывать маленьких детей!»

Меня пугала уже одна мысль о том, что до конца жизни мне придется менять подгузники, вытирать сопли и выполнять другие родительские обязанности, которые, как мне казалось, совершенно несвойственны такому выдающемуся искателю приключений и духовной истины, каким я себя воображал. И тогда я сказал себе: «Если у меня не получится, я всегда смогу вернуться в джунгли». Это был мой план Б, лазейка для побега, которую я оставлял для себя. И эта лазейка не позволяла мне полностью посвятить себя интересам семьи.

Когда я это понял, то закрыл эту лазейку и аннулировал план Б. Я решил приложить все свои усилия к воплощению плана А — единственного из оставшихся. И мне это удалось. Когда родился мой сын, первые два года я наслаждался заботами о нем, проводя с ним почти все время, пока моя жена училась на медицинском факультете университета.

Аннулирование плана Б — плана, рожденного страхом, — позволяет нам освободиться от напрасного расходования огромного объема энергии. И эту высвободившуюся энергию мы можем направить на осуществление плана А. Это может показаться слишком простым, но на самом деле такой подход и является критерием возвращения благодати, поскольку страх и благодать не могут существовать совместно.

КОРОЛЬ-РЫБОЛОВ И БЛАГОДАТЬ

В легенде о Парсифале мы встречаемся с раненым Королем-Рыболовом, который представляет собой классический пример человека, лишённого благодати. Когда мы знакомимся с ним, он живет в замке Грааля и страдает от раны в паху — в то время как его придворные наслаждаются жизнью, пируют, танцуют и пьют из Святого кубка Грааля.

Рядом с Королем-Рыболовом находится вещь, способная исцелить его, но он не может ею воспользоваться. (Это отражает состояние потери благодати — мы окружены красотой, но не способны рассмотреть ее и насладиться ею.) Вместо этого Король-Рыболов упорно страдает и пассивно ждет, когда появится молодой наивный парень вроде Парсифаля, который задаст исцеляющий вопрос: «Кому служит Грааль?»

Король-Рыболов символизирует травмированное «я», которое мы носим в себе большую часть своей жизни. Мы чужие на празднике жизни, в котором не позволяем себе участвовать. Повзрослев, Парсифаль превращается в подобие Короля-Рыболова — он выполняет свои рыцарские обязательства, но не испытывает при этом никакой радости. Огонь, горевший в его душе, когда он был молод, почти погас. Он бесцельно скитается по полям и лесам, позабыв о замке Грааля. Опустошенный и утративший юношеские иллюзии, он проводит время за занятиями, которые стали для него привычными, — освобождает принцесс и разгоняет войска, осаждающие замки.

Парсифаль занимается этим до тех пор, пока ему не указывают на необходимость снять свои доспехи. Когда Парсифаль наконец вновь находит замок Грааля и задает магический вопрос, он и Король-Рыболов в один миг исцеляются, что позволяет им принять благодать Грааля.

Причина, по которой Святой Грааль не смог найти ни один из рыцарей короля Артура, кроме Парсифаля, состоит в том, что в действительности Грааль существует не в физическом мире — он находится в невидимом замке. Во многих духовных культурах считается, что это символическое место нельзя отыскать, просто пустившись на поиски. Оно открывается тем, кто готов его найти и увидеть. Другими словами, мы должны отправиться на поиски того, что всегда было рядом с нами. В противном случае мы оставим эту задачу своим детям.

Парсифаль и Король-Рыболов представляют аспекты нашей личности. Если Парсифаль, живущий в нас, никогда не найдет Грааль, он превратится в Короля-Рыболова, который ждет, когда его исцелят. Я часто вижу такие наследуемые травмы, которые передаются от матери к дочери, от отца к сыну. Родителям не удается исцелить или спасти Парсифаля, живущего в них, и они передают травму следующему поколению — в надежде, что потомки исцелят ее.

Вообще любой опыт потери души является отпадением от нашей Божественной природы, нашего природного, естественного «я», которое во все дни нашей жизни пребывает в благодати. Это «я» не выказывает своего лица до тех пор, пока мы не находим в себе мужество обратиться к своей травме и начать героический путь к ее исцелению.

Мы представляем благодать как особый вид состояния Божественности, в который можно войти с помощью медитации или молитвы. Но в действительности не существует дорожного знака, который мог бы помочь нам в выборе пути к благодати.

Наблюдая свою первоначальную травму (чем мы занимались в предыдущих упражнениях), мы глубоко осознаем пережитый нами опыт. Многие из моих клиентов испытали облегчение, когда поняли, что их фобия огня, высоты или закрытого пространства пришла из опыта прошлой жизни. Но для глубокого исцеления требуется пойти дальше и перезаключить контракты, составленные нашим травмированным «я», и в дальнейшем восстановить утраченную часть души.

Парсифаль долгие годы бесцельно скитался, прежде чем вновь попал в замок Грааля. Психее пришлось пережить болезненный опыт потери невинности и выполнить четыре почти невыполнимые задачи, прежде чем она смогла найти свою внутреннюю красоту, которая позволила ей стать супругой и богиней. Нет другого способа вернуть благодать, кроме как

отправиться в путь навстречу подвигам. Для этого мы должны попасть в Палату благодати и найти ту часть души, которая никогда не отпадала от благодати.

Именно здесь мы встречаем свое исцеленное «я», пребывающее в перманентном состоянии гармонии. Обретенное «я» позволит нам вернуться в рай. Это исцеленное «я» рождается мудростью. Оно позволит нам вновь доверять людям и миру, выказывая при этом разумную осторожность, любить и быть любимыми, проявляя при этом здравый смысл, и жить с открытым сердцем.

ГЕРОИЧЕСКИЙ ПУТЬ ЛАЙЗЫ

Когда я познакомился с Лайзой, ей было сорок пять лет, и она боролась с лейкемией в тяжелой форме. Болезнь была вызвана наследственным дефектом хромосом. Лайза была в ужасе от тяжести заболевания. Каждые три месяца ей приходилось ездить из Лос-Анджелеса в Хьюстон для регулярных обследований.

Когда я провел для нее сеанс восстановления души, Лайза обнаружила в своей Палате ран мрачное, темное место.

Во мраке Лайза увидела статую женщины с ножом, пронзившим ее сердце. Лайза никак не могла объяснить увиденное. Отправившись в Палату контрактов души, она нашла там записку, прикрепленную к школьной доске. Записка гласила: «Я скорее умру, чем буду жить с утратой». Мы продолжили путешествие в духе и проникли в Палату благодати, где Лайза встретила юную девочку, играющую на полу. Она улыбнулась Лайзе и продолжала свою игру, по правилам которой должна была подбросить и поймать возможно больше камешков.

Вскоре после того, как Лайзе поставили диагноз, она начала расспрашивать тетю о своем детстве и обнаружила в прошлом историю травмирующего опыта. Когда Лайзе было девятнадцать месяцев, отец убил ножом ее мать, а после ранил в грудь маленькую Лайзу и ее старшего четырехлетнего брата. Полиция обнаружила обливающихся кровью детей рядом с телом их матери только на следующий день. Их отец через несколько дней также был найден мертвым. Он покончил с жизнью.

У Лайзы не осталось осознанных воспоминаний об этих событиях. Она не знала, как умерли ее родители, хотя у нее и брата на груди были шрамы. Она всегда считала своими родителями тетю и дядю, воспитавших ее с братом, и понимала, что судьба ее биологических родителей является мрачной давней тайной, которую не следует обсуждать. Она даже убедила себя в том, что шрам на ее груди является родимым пятном.

Совершенно очевидно, что подсознательно Лайза пыталась отгородиться от этого несчастного случая. Случившееся с ней было слишком ужасным и недоступным пониманию ребенка. Трагедия была настолько ужасной, что осознать ее было трудно даже взрослому человеку.

И только после восстановления души моей клиентке вернулась память об этой эмоциональной травме. Следующей ночью Лайза проснулась от острой боли в области сердца. Никогда прежде она не испытывала ничего подобного. Статуя с ножом в груди, увиденная ею во время путешествия в духе, связалась с воспоминанием о событии, являвшемся источником ее боли, и Лайза больше не хотела возвращаться в Палату ран, опасаясь, что ее сердце не вынесет горя, — хотя Палата контрактов казалась не менее жуткой и пугающей. Лайза увидела свою первоначальную травму, и ее тело вспомнило это событие.

Лайза поняла, что ее контракт души связан с раной в сердце. В символическом

повторении несчастного случая, пережитого в детстве, она даже видела катетер, через который ей проводили курс химиотерапии. Этот катетер был вставлен в отверстие чуть выше ее сердца, и от него отходила трубка.

В физике существует теория анализа критической точки, которая утверждает, что мы должны прилагать силу в той точке, где минимальное усилие дает максимальный результат. Для этого Лайза должна была соединиться с позитивной жизненной силой, представленной девочкой, которую она встретила в своей Палате благодати. И только тогда Лайза могла бы вновь отправиться в свою Палату ран.

Сразу после первого путешествия в духе я попросил Лайзу сыграть в воображаемую игру с камешками, где она должна была поочередно подбрасывать и ловить один, два и три камешка — до тех пор, пока не доведет счет до двенадцати. Лайзе не сразу далась эта сложная игра, требовавшая умений, внимания и координации движений. По мере усложнения условий игры Лайза была вынуждена отказаться от обычных способов контроля над своим телом и сознанием. Когда она дошла до финального раунда, на ее лице появилась широкая улыбка.

Это упражнение помогло Лайзе вернуться к юной и здоровой части своей души, пребывавшей во времени, предшествовавшем травме. Лайза протянула руки навстречу маленькой девочке, полной благодати, и пригласила ее войти в свою чакру сердца. И тогда энергия ребенка распространилась по всему ее телу. Эта игра также помогла Лайзе понять, что она обладает навыками и природным чутьем, чтобы успешно справляться с игрой в камешки — и с самой жизнью.

После этой игры Лайза вновь отправилась в Палату ран, чтобы взглянуть на статую с ножом в сердце. Лайза

до сих пор не понимала, почему там оказалась эта статуя. Она лишь знала, что в присутствии статуи ее парализует страх. Я попросил Лайзу вынуть нож из сердца статуи. И когда она попыталась это сделать, то неожиданно поняла, что может вынуть нож, который пронзил ее собственное сердце.

Несколько месяцев спустя Лайза отправилась в Хьюстон на очередное обследование, которое показало ремиссию ее лейкемии. В дальнейшем симптомы лейкемии больше не возвращались.

КАК ПРИНЯТЬ ПОТЕРЯННУЮ ЧАСТЬ ДУШИ

Работая с Лайзой, я вместе с ней посетил Палату благодати — прежде, чем вновь отправиться вместе со своей клиенткой в Палату ран. Так мы обычно поступаем в тех случаях, когда клиент, подобно Лайзе, перенес серьезную психологическую травму. Я знал, что Лайза нуждается в укреплении духа, чтобы встретить очень трудную ситуацию, и в таких случаях нужно несколько раз посетить Палату благодати, чтобы убедиться в том, что утраченная часть души готова вернуться в наш мир. Если Лайза вернет свою потерянную часть души, но не создаст для нее безопасной обстановки, не окружит ее вниманием и заботой, то возвращенная часть души опять отправится в изгнание.

Как видите, ситуации, с которыми вы можете столкнуться в Нижнем мире, могут оказаться довольно неприятными. В Обществе четырех ветров при обучении целительным практикам на основе восстановления души я настаиваю на том, что ученики должны в совершенстве овладеть этими практиками, прежде чем применять их для исцеления других людей. Очень важно сохранять духовную чистоту и внимание, когда вы восстанавливаете свою душу, но это приобретает особое значение, если вы отправляетесь на поиски чьей-либо

утраченной души. Этот тонкий процесс требует особого внимания и осторожности.

Можете ли вы вообразить, как трудно волку не съесть пойманного кролика, а принести его за несколько миль раненому члену волчьей стаи? Подобным образом, часть души представляет собой столь завидную порцию тонкой энергии, что у целителей может возникнуть соблазн использовать ее для собственного исцеления, вместо того чтобы исцелить клиента. Неисцеленный целитель может проецировать свою тень на человека, которому, как предполагается, он должен помочь.

Помните, что, входя в Палату благодати, чтобы найти в ней потерянную часть своей души и вернуть ее, вы должны вновь познакомиться с ней и защитить ее (в конце главы вы узнаете, как это сделать). Знакомство с первоначальной травмой само по себе не дарует благодати. Не приносит ее также и перезаключение контракта души. Вы должны вернуть потерянную часть души и влить ее энергию и эмоциональные ресурсы в свою систему чакр.

Таким образом, утраченная часть души сможет перестроить вашу нейрофизиологию и мозг. И только это позволит вам вновь обрести безопасность и благодать.

После визита в Палату благодати вам не следует ожидать мгновенного перехода к «счастливому концу» и решения всех ваших проблем. Благодать — это путь

«героя, который только начинается в этой палате. Он начищается на том энергетическом уровне, на котором вы абсорбируете возвращенную часть души своей системой чакр.

Эта часть души сама проведет вас через шаги, которые вы должны сделать, чтобы вернуть ее назад.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ В ПАЛАТУ БЛАГОДАТИ

Как и прежде, подготовьтесь к этому путешествию, открыв священное пространство. Сядьте удобно, остановите взгляд перед собой (или закройте глаза) и сложите руки как во время молитвы. Проникнитесь готовностью к путешествию в Палату благодати, а затем коснитесь своей восьмой чакры и круговыми движениями рук распространите ее сияние вокруг своего тела.

Встретив привратника, поясните, что хотите встретить утраченную часть души, которую необходимо вернуть, чтобы достичь исцеления и возвратиться в состояние благодати. Утраченная часть души может предстать перед вами в любом облике — маленькой девочки, старика или женщины среднего возраста. Задайте ей вопросы: «Кто ты?», «Какие дары ты принесла мне?», «Кому ты доверяешь?», «Во что ты играешь?», «Как я должен заботиться о тебе и защищать тебя?», «Что я должен изменить в себе, чтобы ты осталась со мной?»

Спросите эту часть души, готова ли она вернуться к вам. Она может дать вам список действий, которые вы должны предпринять прежде, чем она будет готова вернуться. Например, вы можете спросить: «Почему я должен измениться?» — и попытаться объяснить, что у вас нет времени, чтобы радовать свою душу или играть с ней. В других случаях она попросит вернуться через неделю после того, как вы наладите отношения с каким-нибудь человеком, или предложит вам задачу, подобную тем, которые выполняла Психея.

Очень часто душа выдает вам список взглядов, поведенческих установок и привычек, которые вы должны изменить, чтобы встать на путь героя.

Если утраченная часть вашей души готова к возвращению, попросите ее сделать это. Оправляйтесь в свой сад и пригласите ее с собой. Поблагодарите привратника и погрузитесь в воды, позволив им отнести вас к месту, с которого вы начинали свой путь.

Возвратитесь обратно в свою комнату и свое тело.

Затем протяните руки и пригласите часть души войти в ваше тело через ту чакру, которую подсказывает вам интуиция. Возьмите душу в ладони и поднесите ее к чакре. Если вы не знаете наверняка, с какой чакрой совместима ваша часть души, поднесите ее к чакре сердца, которая находится в центре груди. Сделайте глубокий вдох и ощутите каждой клеточкой, как ваше тело наполняется возвращенной душой, которая несет с собой силу и благодать.

Сделайте еще один глубокий вдох. Теперь вы никогда больше не потеряете душу. Затем за-1 кройте священное пространство.

Упражнение

ЛИЧНАЯ МОЛИТВА

Полезно создать личную молитву, которая подчеркивала бы, что вы идете по жизни в молитвенном настроении, видите и цените окружающую вас красоту, знаете свое место среди нее. Для поддержания своего внутреннего мира в благодати я использую следующую молитву, в основу которой положена традиционная поэзия индейцев навахо. Я счастлив поделиться этой молитвой с вами:

Красота передо мной, Красота позади меня, Красота вокруг меня. Я окружен красотой. Я иду по жизни в красоте.

Моя личная молитва подтверждает дары и благодать моей исцеленной личности. Не существует большей силы, чем сила молитвы, — особенно если эта молитва составлена вами и исходит из вашего сердца.

Создавая свою личную молитву, не забывайте, что она должна содержать позитивные утверждения. Вы не должны включать в молитву просьбы или жалобы. Напротив, она должна быть выражением вашей благодарности жизни, инструментом восполнения благодати и счастья.

Повторяйте эту молитву регулярно, питая ею свою душу.

Возвратив благодать, вы должны ценить и подпитывать ее, чтобы она смогла двигать вас вперед и приносить радость и мир в вашу жизнь.

У меня также есть еще одна личная молитва, которую я повторяю по утрам и в течение дня:

Мать Земля, отец Небо! Благодарю вас за красоту и любовь, которые окружают меня.

Помогите мне жить в мире и радости, помогите приносить мир и радость всем, с кем я встречаюсь. Я живу в красоте, радости и мире.

Откройте священное пространство и произнесите вслух свою молитву. Запишите ее и выучите наизусть. Закончив, закройте священное пространство.

Упражнение

ПИСЬМЕННЫЙ ДИАЛОГ С ВОЗВРАЩЕННОЙ ЧАСТЬЮ ДУШИ

Письменный диалог поможет вам понять утраченную часть своей души, и в дальнейшем вы сможете вернуть ее в свою жизнь. Возможно, после этого упражнения часть вашей души начнет посещать вас во снах или видениях во время медитаций.

Как и прежде, начните с открытия священного пространства, а затем разделите чистый лист вертикальной чертой на две части. Слева запишите вопросы, которые вы хотели бы задать потерянной части вашей души, а справа — ее ответы. Ваши вопросы могут быть такими: «Как я могу защитить тебя?», «Что мне нужно сделать для тебя?», «Как я могу сделать твой мир

безопасным?», «Чем я могу почтить тебя?» и «Какие дары ты приготовила для меня?».

Не спешите, этот диалог должен развиваться спокойно и постепенно.

Закончив, закройте священное пространство.

ГЛАВА 7

ПАЛАТА СОКРОВИЩ

Всем кажется, что я антрополог, и только мне в глубине души известно, что я — поэт.

Из дневника Альберто

Если бы Билли Холидей не научилась использовать свой талант певицы в борьбе против расизма или Анна Франк не оставила бы дневник, запечатлевший ужасы дней, когда она скрывалась от нацистов, страдания этих женщин переполнили бы их сердца, а знания людей об ужасах фашизма не были бы полными без этих драматических свидетельств. Эти женщины использовали свои способности для того, чтобы преодолеть негативные обстоятельства и обрести свою уникальную судьбу.

Примеры Билли Холидей и Анны Франк исключительны, но каждый из нас также обладает собственными уникальными дарами и способностями. Дары, которые мы можем обрести в Нижнем мире, ведут нас к своей судьбе. К сожалению, многие из нас даже не подозревают об этих скрытых дарах, потому что ведут ограниченную жизнь, полностью определяемую семьей, работой и обстоятельствами. Мы выбираем лишь один поезд, везущий нас по жизни, и остаемся в нем независимо оттого, в каком направлении он движется. Мы не выходим, потому что нашли удобное место, и нам кажется слишком хлопотной пересадка на другой станции с неизбежной выгрузкой багажа. Например, в колледже мы проходим профориентационный тест, который выявляет у нас способности к медицине, хотя наша душа жаждет строить самолеты. Нас подталкивают к выбору, и мы приходим к тому, что пересчитываем пилюли, отрываясь от этого скучного занятия, чтобы с завистью взглянуть в облака. Мы предаем свое призвание.

Призвание Анны Франк состояло в том, чтобы рассказать людям свою историю. Ваше призвание может состоять в том, чтобы учить, исцелять других людей, обрабатывать землю, растить хлеб или просто быть хорошим мойщиком окон.

В этой главе мы отправимся в Палату сокровищ, чтобы обрести инструмент, который позволит вам выразить ваше призвание — каким бы оно ни было. Призвание без этого инструмента можно уподобить спортивному гонцику без «феррари». Откровенно говоря, нет зрелища печальнее, чем человек, рожденный с выдающимися способностями к музыке, поэзии или науке, который так и не сумел реализовать свои дарования.

И нет ничего более утомительного, чем человек, который постоянно говорит о том, как ему хотелось бы стать художником, не прилагая при этом ни малейших усилий к тому, чтобы приобрести навыки, необходимые для достижения этой цели.

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ ДАРЫ

Вновь обретенная часть вашей души будет собирать инструменты, которые позволят ей выразить ее цель и предназначение. В действительности эти инструменты являются

«целительными дарами», так как несут возможность для проявления нового измерения в выражении вашей жизни — они позволяют вам сесть на новый поезд, идущий в *другом* направлении.

При всем своем многообразии инструменты являются не более чем метафорами. Вашим инструментом может быть кисточка для рисования или даже такие простые предметы, как камень или зерно риса. Эти целительные дары гораздо сложнее, чем представляется на первый взгляд. Они обладают мифическими и мистическими свойствами, которые вы должны найти в себе. Например, перо для письма, которое вы находите в Палате сокровищ, — это не просто пишущий инструмент, а средство для пробуждения в вас поэтического дара.

Однако не следует думать, что эти инструменты просто ждут, когда вы их заберете, подобно кольцу с бриллиантом в ювелирном магазине. Ценность кольца определяется прежде всего стоимостью драгоценного камня, который нужно сначала извлечь из земли ценой значительных усилий. Мы ценим драгоценные камни не только за красоту, но и за то, что они встречаются относительно редко. Стоимость драгоценного камня определяется его редкостью.

Подобно старателю, отправляющемуся на добычу драгоценных камней, мы должны отправиться в Палату сокровищ, чтобы обрести ценные инструменты. К их

числу относятся драгоценные дары вашего подсознания, а не гаечные ключи и пассатижи, которые вы используете в своей работе. Другими словами, эти дары можно сравнить с пером, которое вы используете, когда сочиняете вдохновенное стихотворение, но не с ручкой, которой подписываете чеки. Эти дары являются инструментами мистика, мудреца, художника и ученого.

Хотя западные люди склонны полагать, что «больше — всегда лучше», в действительности лучшим зачастую оказывается самый простой инструмент. Мы покупаем автомобили и забываем о том, как ходить пешком. Приобретаем переносной гриль и забываем, как разжигать костер. Берем в кредит самый дорогой ноутбук, чтобы написать роман, хотя могли бы обойтись самым дешевым блокнотом и ручкой. Мы забываем мифы и легенды, рассказывающие о многочисленных героях, преодолевающих немислимые препятствия с помощью самых простых инструментов.

ПРОСТОЙ И ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ ДАВИДА

В библейской истории о Давиде и Голиафе рассказывается о том, как юный пастух одним броском из пращи изменил курс западной цивилизации, имеющей, как ни парадоксально это звучит, своим истоком Ближний Восток.

Самый младший из восьми братьев, Давид, жил со своей семьей в Вифлееме во время правления царя Саула. Молодой человек пас стадо, принадлежавшее его отцу, проводя с ним дни и ночи и защищая от хищников. Однажды он убил льва, который пытался унести овцу, а в другой раз сразил медведя, который напал на ягненка. В обоих случаях Давид использовал свою пращу.

Долгими вечерами Давид сидел у костра и играл на арфе, сочиняя песни, восхваляющие Бога, которые пел, сторожа свое спящее стадо.

Три старших брата Давида состояли на службе в царском войске, воюющем против филистимлян, среди которых было много воинов огромного роста. Самого свирепого из гигантов звали Голиаф. Его рост составлял почти три метра. В течение сорока дней он взбирался на вершину скалы, возвышавшейся над лагерем филистимлян, и кричал через всю долину царю Саулу: «Выбери человека, способного сразиться со мной! Если он убьет меня,

филистимляне станут твоими рабами. Если я убью его, вы станете нашими рабами». Голиаф наводил ужас на воинов царя Саула, и ни один из них не решался выйти на бой с гигантом.

Однажды отец Давида собрал хлеба, пшеничного зерна, сыра и попросил своего младшего сына отнести все это братьям, которые служили в войске, стоявшем против филистимлян. Когда Давид прибыл в лагерь, он услышал голос Голиафа, наводящий ужас на храбрых воинов. Они полагали, что вооружение не защитит их, а Давид, напротив, верил, что с ним Бог. Поэтому он пришел к царю Саулу и вызвался выйти на поединок с Голиафом.

Царь отнесся к предложению Давида скептически. Он видел перед собой юного пастушка в одеянии из овечьей шерсти, который наверняка не был знаком с искусством войны. Царь сказал молодому человеку, что сомневается в том, что он способен выстоять против I гиганта. И добавил, что не хочет рисковать судьбой царства, поскольку слишком велика вероятность того, что Давид потерпит поражение.

Давид ответил: «Я пас овец своего отца, и, когда лев попытался унести ягненка, я бросился за ним, вырвал ягненка из его пасти и убил льва. Господь, уберегший меня от когтей льва, спасет меня и от руки этого филистимлянина».

Царь Саул увидел, что Давид храбрее его воинов, и приказал принести юному пастуху свои доспехи и шлем — традиционные военные инструменты. Но доспехи были слишком тяжелы для Давида. Он отложил их в сторону и отправился на поединок с одной пращой. В долине он остановился, собрал пять округлых камней, положил их в свою котомку и поднялся на холм, где находился лагерь филистимлян. Когда Голиаф увидел Давида — без доспехов и шлема, с одной пращой, — он выругался и прокричал: «Разве я пес, чтобы выходить на меня с падкой?»

Помолившись, Давид вложил один из камней в свою пращу и привел ее в готовность. Когда он высвободил пращу, камень со свистом разрезал воздух и ударил прямо в лоб Голиафа, повалив его на землю. Давид быстро подбежал к поверженному Голиафу, выхватил его меч из ножен и отсек ему голову.

Филистимляне были ошеломлены таким неожиданным поворотом событий и разбежались, охваченные паникой. Войско царя Саула бросилось за ними в погоню, а люди в близлежащих городах пели, плясали и прославляли Давида. После смерти царя Саула Давид стал царем Израиля.

ВАША ПРАЩА

История о Давиде и Голиафе иллюстрирует то, что случается, когда мы выбираем инструмент, соответствующий нашему призванию, — даже если этим инструментом оказывается простая праща. В то время когда в Давиде видели всего лишь скромного пастуха, он знал, что однажды станет царем Израиля. Чтобы реализовать свою судьбу, он использовал свои инструменты, отказавшись от тех, что предложил ему царь Саул. Никому не удалось бы убить Голиафа с помощью пращи, но Давид смог это сделать, так как этот инструмент подходил ему. Так же и мы, заглянув поглубже в свою сущность, найдем соответствующий нам инструмент.

Как и в случае с Давидом, наши инструменты могут быть у нас на виду всю жизнь, но сначала мы должны разглядеть их ценность, и лишь затем сможем их использовать. Легенда о Парсифале говорит о том, что для того, чтобы изменить свою жизнь, он должен сделать совсем немного — задать вопрос о Граале. Но юный Парсифаль вырастает суровым и молчаливым человеком действия, неспособным выразить свое удивление передмиром. Он полагается

исключительно на свой меч и доспехи, потому что так поступал его отец. Меч и доспехи — обычные инструменты рыцаря. И Парсифаль упускает возможность за возможность, потому что не может позволить проявиться своему внутреннему голосу. Он не женится на Бланш Флёр, потому что не решается спросить ее: «Не меня ли ты ждала?» Еще молодым человеком он находит Грааль, но не задает вопрос, который способен изменить его судьбу. Парсифаль упускает драгоценные возможности изменить свою жизнь, прячась в скорлупе своих доспехов. И только тогда, когда он проявляет себя должным образом, ему открывается магическая власть Грааля.

Психея также использует очень простые инструменты для выполнения стоящих перед ней задач. Она использует муравьев для сортировки зерен, тростник для собирания золотой шерсти, орла для доставки воды из реки Стикс, а также монеты и ячменные лепешки для проникновения в Аид. Но в отличие от Парсифаля Психея использует самый важный инструмент — вновь обретенную способность отвечать своему призванию и противиться всему, что отвлекает ее от цели, — будь то тонущий человек или парки, прядущие нити судьбы. Для вас также важна способность сопротивляться отвлекающим обстоятельствам: в своих путешествиях в духе вы занимаетесь своей судьбой, а не судьбой какого-то человека, просящего вас о помощи.

Истории Парсифаля и Психеи показывают, что к данным нам инструментам прилагается список задач, и мы должны использовать их в соответствии с этими задачами. Если Парсифаль использует свой голос только для того, чтобы беседовать со своим отражением в зеркале, его голос бесполезен в качестве инструмента для изменения судьбы. Если Психея съест ячменные лепешки вместо того, чтобы скормить их Церберу, или купит себе что-нибудь на припасенные монеты, ее путешествие в поисках внутренней красоты закончится ничем. Если бы Давид не использовал свою пращу, он навсегда остался бы пастухом, войско царя Саула потерпело бы поражение, а Давид никогда не стал бы царем.

Когда мы находим свой голос или пращу, обретенный нами инструмент позволяет нам изменить свою судьбу. Однако это не значит, что мы освобождены от обязанности сразиться с великаном. Наш инструмент не волшебная палочка, которая исполняет все желания, но он позволяет нам встречать ситуации, которые могут показаться непреодолимыми, безнадежными и обескураживающими.

Как в случае с царем Саулом и его войском, когда наши эмоциональные ресурсы истощаются, а запас позитивной энергии и вдохновения на исходе, мы останавливаемся и не можем двигаться дальше. И тогда такой простой инструмент, как праща, способен изменить ход вещей. Как в случае с Давидом, риск велик, условия жесткие, но и вознаграждение велико. Когда мы используем глубоко спрятанные сокровища, чтобы исполнить свое призвание, результаты сравнимы с чудом. Из пастухов мы превращаемся в царей своей внутренней жизни.

КАК НАЙТИ ТВОРЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ

Инструмент, который вы найдете в этом путешествии, может изменить вашу жизнь, позволив вам реализовать свое призвание. Например, когда моя клиентка Салли вошла в Палату сокровищ, она нашла там золотое перо, к которому прилагалась инструкция, гласившая, что первый человек, который возьмет его в руки, никогда не сможет отказаться от него. Салли задумалась. Она всегда хотела стать писательницей, но не могла найти времени для этого занятия. Ей приходилось не только вести домашнее хозяйство, но также помогать мужу вести бухгалтерию и полный рабочий день посвящать своим целительным практикам.

Рядом с пером Салли нашла песочные часы. Она забрала с собой оба эти подарка. В

течение следующих недель она рассматривала песочные часы, пытаясь понять, какой смысл заложен в этом предмете. Перевернув часы и глядя, как пересыпается песок, Салли догадалась, что символизирует этот подарок. Она может находить для себя свободное время! В результате Салли начала урезать время работы. Затем она пустила в ход свое золотое перо, которое стало рассказывать ей истории, жившие в ее душе.

Верная своему призванию, Салли с тех пор просто не может взять и отложить перо! Она написала свою первую книгу рассказов и в настоящее время работает над второй.

Творческие инструменты могут быть орудиями духовного спасения, если полностью использовать их потенциал. Когда выдающаяся мексиканская художница Фрида Кало получила тяжелую травму в результате дорожно-транспортного происшествия, единственной силой, позволившей ей жить дальше, стал ее талант. У нее был выбор — умереть или творить. Многие ее работы выразительно отображают боль и страдания, через которые она прошла. Сам факт их существования свидетельствует об огромной духовной силе художницы. Еще один пример простого инструмента для изменения жизни мы находим в фильме «Пианист», вышедшем в 2002 году. В нем описывается история выдающегося польского пианиста Владислава Шпильмана, который выжил в оккупированной нацистами Варшаве только благодаря своей способности играть на пианино. Музыка питала его дух и оживляла душу в периоды страшных несчастий.

ПЕРЕЙТИ ОТ ВООБРАЖАЕМОГО К ПРАКТИЧЕСКОМУ

Нематериальные инструменты, которые мы находим в Палате сокровищ, порой трудно распознать и использовать. Нам нужно время для того, чтобы подумать и понять, что этот предмет может изменить нашу судьбу.

Во время одной из первых поездок в джунгли Амазонки после сеанса восстановления моей души шаман подарил мне раковину моллюска размером с голову человека. Я храню эту раковину уже много лет, но только недавно мне стало понятно, что я должен с ней делать.

Тогда шаман сказал мне: «Пусть эта раковина говорит с тобой. Открой ее целительные свойства». И я забрал раковину с собой. Она была очень красива. Когда я дул в отверстие, сделанное в раковине, она издавала мелодичный звук. Прикладывая ее к уху, я слышал, как раковина усиливает все звуки. И тогда я начал понимать, что имел в виду шаман: мне нужно научиться лучше слышать голос своего призвания. Я понял, что оно состоит в том, чтобы учить других слышать голос *их собственного* призвания. И эту глубокую истину открыла мне простая раковина.

Позже я узнал, что во многих традиционных обществах звуком раковины созывали на молитву, и понял, что отчасти дело моей жизни состоит в том, чтобы помогать людям находить свое призвание в качестве целителей и современных шаманов. Кроме того, раковина принадлежала моллюску, который носил ее на своей спине. Я понял, что очень похож на этого моллюска — ведь я ходил по Андам с большим рюкзаком за спиной, в рюкзаке носил палатку — свой переносной дом — и Другое снаряжение, которое позволяло мне чувствовать себя в безопасности. И когда я поднялся на высоту три ^тысячи метров, мне пришлось задать себе вопрос: так ?!я необходимо мне это снаряжение, которое я, подобно моллюску, носил на спине?

И я начал находить другие аналогии с грузом, который носил для обеспечения своего комфорта и безопасности. Раковина научила меня путешествовать налегке, держать в сердце всех, кого я люблю, — мой подлинный дом. Эта раковина до сих пор остается замечательным

трансформационным инструментом. Ведь ценность инструмента определяется не тем, ради чего он был создан, а тем, как вы его используете.

Найдя свой инструмент, мы должны научиться пре-' вращать его из символа в практическое орудие. Чтобы помочь в этом своим клиентам, я часто даю им предмет, который представляет собой то, что я нахожу в Палате сокровищ, — подобно тому, как шаман подарил мне раковину. Так я могу перенести этот инструмент из воображаемого мира в реальность. Я выбираю предмет, который на самом деле можно использовать, носить с собой, держать в руке, потому что только так он сможет оказать влияние на вашу реальную жизнь.

Я могу принести из Палаты сокровищ камень или кубок и сказать своему клиенту: «В этом кубке содержится исцеляющий состав — как вы думаете, что в нем? Экспериментируйте! Поместите в кубок воду и цветы, поставьте свечу. А с чем можно сравнить пустой кубок? . Можете ли вы стать пустым сосудом для Духа?» Физическая практика обращения с инструментом поможет извлечь скрытый в нем смысл.

ИСЦЕЛЯЮЩИЙ НОЖ ЛОРЫ

Лора руководит программой обучения в университете, и так получилось, что она оказалась в самом центре запутанных интриг на работе. Она обратилась ко мне в поисках нового подхода к исцелению.

Во время совместного путешествия в духе я нашел золотой нож, который лежал на столе в ее Палате сокровищ. Я захватил с собой этот символ и вдул его (это традиционный способ внедрить в человека часть души, инструмент или тотемное животное) в третью чакру Лоры. После я попросил ее найти церемониальный нож, что она и сделала, подобрав красивый нож с черепаховой рукояткой. Лора носила его с собой следующие шесть месяцев.

В своих медитациях она использовала этот нож для того, чтобы рассечь им негативные связи в отношениях с людьми, интриги на работе и ограничения, которые накладывала на себя. Я попросил Лору медленно провести ножом вокруг тела и отсечь все связывающие ее энергетические пути. Я хотел, чтобы она освободилась от нитей, которые связывали ее с прошлым и отношениями, разрушавшими ее благополучие. Эти медитации научили ее также тому, как оттачивать интуицию для принятия лучших решений. В то же время Лора поняла, что не должна использовать свою интуицию как оружие в борьбе с людьми и что ей следует очень избирательно относиться к применению своей силы.

Я также принес из Палаты сокровищ паука, которого определил как тотемное животное для Лоры. Паука я вдул в ее вторую чакру, хотя в тот момент ни я, ни Лора не понимали, какое значение для нее имеет это животное. Тогда я не знал, что Лора страдает легочным заболеванием, которое не поддавалось лечению. Ее врач говорил о необходимости в дальнейшем провести операцию по пересадке легкого, что пугало Лору не только по причине сложности операции, но и потому, что она одна воспитывала семилетних двойняшек.

За несколько лет до описываемых событий Лору укусила ядовитый паук. Ее левая рука распухла, а место укуса наполнилось гноем. После того как рана зажила, Лора о ней больше не вспоминала. Прежде она не связывала укус с возникновением легочного заболевания, но с началом занятий шаманскими практиками это показалось ей вполне возможным.

После медитаций Лора нашла связь между укусом , паука и паутиной затруднительных обстоятельств, в которой она оказалась. По мере того как она начала .освобождаться от запутанных обстоятельств своей жизни, ее организм смог перебороть яд, вызвавший легочное заболевание. Позже тотемное животное Лоры открыло ей, что все попадает в суперпаутину —

все, кроме самого паука.

Вскоре Лора поправилась. Она смогла отправиться со мной в Перу и без проблем переносила пребывание в горной местности на немалой высоте над уровнем моря. Ее физическое исцеление также способствовало значительному эмоциональному и духовному развитию.

НАЙДИТЕ СВОЙ ИНСТРУМЕНТ

Пришло время отправиться в последнюю палату Нижнего мира — в Палату сокровищ. Там вы найдете свой инструмент, мифическую пращу, с помощью которой поразите двух чудовищ — апатию и нежелание меняться. Вы найдете глубоко спрятанный инструмент, который сможете взять с собой и использовать в повседневной жизни. Возможно, таким инструментом станет орудие творчества, как перо для Салли, или орудие исцеления, как нож для Лоры, или любой другой инструмент, который поможет вам расти, развиваться и найти свое предназначение в жизни.

Однако не забывайте, что эти сокровища извлечь так же тяжело, как старателю, добывающему драгоценные камни, укрытые глубоко в недрах земли. Вам придется проявить упорство в достижении цели, особенно в том случае, если никто не видит в вас скрытых дарований или говорит: «Ты писательница? Не смей меня! Ты просто мать-одиночка!» А потом вам нужно будет обработать свое сокровище, подобно тому как ювелир обрабатывает драгоценные камни, открывая в них красоту.

Найдя свой инструмент, вы принесете его в Средний мир — в физический мир действия и самовыражения. Подобно Давиду, который бросил вызов Голиафу и сразил его из пращи, Психее, которая использовала монеты и ячменные лепешки, чтобы пробраться в Аид, и Парсифалю, который с помощью своего голоса нашел Святой Грааль, вы тоже сможете найти свой инструмент, который станет для вас орудием исцеления, позволяющим продвинуться в творческом выражении ваших уникальных дарований.

Приготовьтесь к путешествию в духе, сформулировав для себя четкую цель. Подготовьтесь к принятию даров, которые принесет ваш инструмент, а также сопутствующих ему вызовов.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ В ПАЛАТУ СОКРОВИЩ

Откройте священное пространство, выполните упражнение «Маленькая смерть» и отправьтесь в свой сад в Нижнем мире.

Сообщите привратнику о своем намерении найти священный инструмент и попросите его проводить вас в Палату сокровищ. Войдя в нее, спросите, какой инструмент вы можете использовать для проявления своих дарований. Как и прежде, вступите в беседу с любым человеком или предметом, который вы обнаружите там, и задайте вопросы, которые помогут вам определить характер своего инструмента и способ его использования. Например, когда я отправляюсь в Палату сокровищ, мне нравится представлять ее в виде огромного склада, заставленного книжными полками, буфетами, шкафами — и столом в центре. Я знаю, что на столе найду инструмент, который нужен моему клиенту. Но порой там ничего не оказывается, и я вынужден искать инструмент в пыльных шкафах и ящиках.

Ищите свой инструмент повсюду. Попросите помощи у привратника. Найдя инструмент, возьмите его в руки. Как вы будете его использовать? Чему он может вас научить?

Найдя свой целительный предмет, начните обратный путь. Поблагодарите привратника, войдите в воды и вернитесь в свою комнату и свое тело, унося с собой свой инструмент. Положите его на ладонь и поднесите к той чакре, которую

укажет вам интуиция. Если ваша интуиция молчит, поднесите этот предмет к чакре сердца. Помните о том, что это энергетический дар, — глубоко вдохните и ощутите, как энергия наполняет каждую клетку вашего тела. Закройте священное пространство.

Упражнение

НАХОЖДЕНИЕ АНАЛОГИЧНОГО ПРЕДМЕТА ДОМА

Поищите у себя дома предмет, напоминающий найденный вами инструмент. Ни в коем случае не покупайте его в магазине! Помните, что наши инструменты чаще всего находятся рядом с нами. Поищите в чулане, переройте весь дом — и вы найдете предмет, который больше всего напоминает инструмент, найденный вами в Палате сокровищ. Помедитируйте с этим предметом, повертите его в руках, позвольте ему научить вас выражать связанные с ним дарования.

Упражнение

ПИСЬМЕННЫЙ ДИАЛОГ С ИНСТРУМЕНТОМ

После того как вы принесли из Нижнего мира свой инструмент, выполните это упражнение, которое поможет вам больше узнать о роли этого предмета в вашей жизни. Начните с открытия священного пространства. Затем возьмите записную книжку и разделите чистую страницу вертикальной чертой. С левой стороны запишите вопросы к своему инструменту, а с правой заносите ответы, которые он даст вам. Ваши вопросы могут быть такими: «Как мне лучше использовать тебя?», «Как

мне перенести тебя в свою повседневную жизнь?», «Как я могу использовать тебя практически?», «От каких устаревших инструментов должен я избавиться, чтобы начать пользоваться тобой?», «Как ты можешь мне раскрыть мои творческие способности?», «Как ты можешь служить инструментом моего исцеления?»

Начните диалог и не спешите — пусть он развивается естественно.

Закройте священное пространство, когда закончите.

В следующей главе вы узнаете о том, как принять тотемное животное, которое научит вас следовать своим природным инстинктам.

ГЛАВА 8

ТОТЕМНЫЕ ЖИВОТНЫЕ

Я двигаюсь. Я дышу.

Я продвигаюсь через многослойный коллаж влажной листвы, висящих лиан, красных, желтых и зеленых цветов, ставших серыми в свете луны. Моя голова опущена вниз. Я начинаю пыхтеть, когда прибавляю шаг. Земля немного прогибается под моими... ногами, руками или, может быть, лапами? Их движения совершаются в едином ритме с биением сердца в моей груди. Мое дыхание горячее и влажное, мое сердце бьется очень быстро, и я могу слышать свой запах во влажных зарослях джунглей.

Я выбираюсь на опушку и сажусь, скрестив ноги, обнаженный, сияющий влагой в свете

луны. Моя голова откинута назад, шея напряжена. Руки свободно опущены по бокам и касаются ладонями земли.

Я вижу себя сидящим на краю джунглей. Во мне не движется ничто, кроме дыхания. Позади меня в бессонном движении живут джунгли.

Я движусь с гибкостью тени, следуя контурам леса, выслеживая добычу. Беззвучно я подкрадываюсь все ближе. И вот мое дыхание сливается с дыханием другого существа. Наши глаза встречаются... На мгновение я опускаю голову. Мой подбородок касается груди. Я вновь поднимаю голову и открываю свои глаза, желтые звериные глаза — глаза дикого кота. Дыхание замирает в моем горле...

Из дневника Альберто

Если вы заговорите с животными, они будут говорить с вами, и вы познакомитесь друг с другом. Если вы не станете говорить с ними, то никогда не поймете их, а все, что мы не понимаем, рождает в нас страх. И мы уничтожаем все, что не понимаем. Из книги Тэда Эндрю «Звериная речь» («Animal Speak»)

Нам нравятся дельфины, потому что они кажутся нам игривыми и свободными. Мы ощущаем нечто связывающее нас с ними, и нам кажется, что они в свою очередь приветствуют нас как послы мира природы — умные, красивые и грациозные, — когда плывут рядом с нашими судами и окликают нас веселым свистом. Древние греки считали дельфинов священными посланниками и поклонялись им как символам моря. Дельфины могут научить нас многому, в том числе тому, как расслабляться, радоваться жизни и глубоко дышать...

Но дельфины не единственные животные, у которых стоит поучиться. Нашими наставниками могут быть самые обычные животные.

Например, мы воспринимаем мышей и других грызунов как мелких вредителей, но при этом рассматриваем лишь одну сторону их жизни и деятельности, а для того, чтобы действительно понять их, нужно рассмотреть все аспекты их существования в совокупности. Небольшие и живучие, мыши приспосабливаются к любым условиям существования. Они могут проникнуть в любое место, путешествовать по подземным коммуникациям, запасать пищу. Мыши приносят от трех до четырех пометов в год, обеспечивая выживание своего биологического вида. В некоторых культурах, например африканских, в мышах видят посланников подземного мира, «связников», приносящих известия от предков.

С самых давних времен человек выражал свое благоговение перед миром природы, используя животных в качестве тотемов и символов высших идей. Представители фауны воплощали силу правителей (лев), чистоту Бога (ягненок) и священные принципы Вселенной (змеи и орел). У тольтеков и других мезоамериканских народностей существовали ритуалы поклонения крылатому змею Куэтцалькоатлю, который являлся богом-властелином неба и защитником людей. В древнегреческой мифологии горгона Медуза вместо волос имела извивающихся змей — символ ее верховной женской мудрости, а Геракл часто изображался в накидке из шкуры льва, которая сообщала ему силу, ловкость и смелость этого зверя, царя животного мира.

В библейских историях также часто упоминаются животные. Царя Соломона называют львом Иудеи, а Иисуса — агнцем Божиим. В индуизме корова считается священным животным. В этой же религии встречаются боги, имеющие вид животных — бог Хануман, напоминающий обезьяну, и бог Ганеша, напоминающий слона. Животных мы находим среди знаков зодиака, а также в традиционном китайском календаре.

Культурная идентификация с животными настолько сильна, что некоторые цивилизации сделали их своими символами. Так, например, могучий лев, символ мужества, долгое время служит символом Англии, а деятельный шмель, символ бессмертия и воскрешения, был избран в качестве эмблемы Карлом Великим, Наполеоном и руководством современной Франции.

Вероятно, самым распространенным тотемным символом является орел, который присутствует во многих культурах с глубокой древности. Эта великолепная птица выступала в качестве символа грозных империй древних греков, египтян, шумеров, хеттов и римлян. Белоголовый орел также воплощает собой силу и свободу Соединенных Штатов.

АРХЕТИП ЖИВОТНОГО В ЗАПАДНОМ МИРЕ

Только на Западе человек живет так, словно вся природа является источником ресурсов для его потребления. В книге Моисеевой «Бытие» упоминается, что Бог отдал во власть человеку все живые существа на Земле. Однако в большинстве аборигенных культур люди до сих пор умеют жить в мире и гармонии с животными. Индейские шаманы считают себя ответственными за все живое и стремятся жить в гармонии с природой, общаясь с ней напрямую. У индейцев существует много традиционных танцев, связанных с такими животными, как змея, орел и олень. Исполняя эти танцы, индейцы надевают шкуры животных, чтобы проникнуться их духом и лучше ориентироваться в их мире во время охоты или путешествия в духе. Призывая дух животного, индейцы вбирают в себя его сущность, для чего они надевают шкуру или перья животного в качестве его атрибутов.

Когда перед танцем индеец из племени осаджей надевает головной убор, символизирующий бизона, он просит позволения забрать жизнь бизона — в надежде, что это животное возродится к жизни в следующем году. Осаджи не хотят уничтожать бизонов. Напротив, они почитают этих животных и поклоняются их удивительной силе. Индейцы понимают, что во время охоты этот великолепный зверь может без труда затоптать любого человека, если от него отвернется удача. Осаджи почитают природу. Они знают свое место в ней, понимают ее циклический характер, поэтому берут у природы ровно столько, сколько необходимо для пропитания.

Таким образом, в отличие от нас, осаджи используют лишь возобновляемые природные ресурсы. Для сравнения вспомним историю Америки XVIII—XIX веков, когда с появлением там белого человека были беспощадно уничтожены миллионы бизонов, что привело к вымиранию многих индейских племен, утративших естественный для них образ жизни и питания.

В обществе, ориентированном исключительно на прибыль и потребление, образы животных часто используются в рекламе или корпоративных логотипах, потому что мы интуитивно реагируем на эту символику. Мы понимаем, какими свойствами будет обладать спортивный автомобиль «ягуар»: изящные формы, высокая скорость и элитность, — так же как одно из самых быстрых

И почитаемых существ в джунглях. Самый популярный [Грузовик компании «Dodge» называется «баран», так как, подобно этому животному, уверенно держится даже на самых опасных каменистых дорогах.

Если не считать архетипических образов животных, используемых в рекламе, мы никак не связаны с миром животных. Исключение составляют лишь наши домашние питомцы. Мы видим диких животных только по телевизору или в клетках зоопарков. В этой главе мы отправимся в Нижний мир, чтобы обрести животную силу, представляющую инстинктивные

аспекты души в ее природном, не испорченном культурой состоянии.

ЧЕТЫРЕ ДУХА ЖИВОТНЫХ в ШАМАНСКОЙ ПРАКТИКЕ

Подобно многим индейцам, шаманы настолько тесно связаны с животным миром, что зачастую называют себя их именами. Таким образом они стремятся обрести силу и энергию избранного животного. Для шаманов особое значение имеют четыре животных: змей, ягуар, орел (или кондор) и колибри. (Вы помните, как призывали этих животных в молитвах при открытии священного пространства?)

- Давайте подробнее рассмотрим каждый из перечисленных архетипов.

1. ЗМЕЙ

Змей символизирует знание, сексуальность и целебные свойства природы. Это универсальный архетип. Когда Моисей вел израильтян через пустыню, он нес посох с изображением змея, символизовавшего мудрость. Змей в Эдемском саду искушил Еву попробовать запретный плод древа познания. На Востоке змей символизирует энергию кундалини, которая пребывает, свернувшись у основания позвоночника, и проходит по каналу, соединяющему все чакры. На Западе известный медицинский символ Кадuceй, появившийся еще в Древней Греции, представляет собой двух змей, обвившихся вокруг жезла. Связанный с мудростью и исцелением, змей представляет собой сущностную жизненную силу, которая стремится к единству и созиданию.

Змей также является символом плодородия. В природе плодородие является созидательным принципом, связанным с женским началом. Каждая клетка в организме стремится делиться и размножаться. Перенимая энергию данного архетипа, мы призываем женский созидательный принцип, который способен разжечь в нас новую страсть и помочь избавиться от прошлого, подобно тому как змея сбрасывает старую кожу.

2. ЯГУАР

Ягуар — царь джунглей и самый важный зверь для шамана, поскольку это животное символизирует силу трансформации. Об этом важном качестве пишет антрополог Питер Фюрст: «Шаманы и ягуары не просто равны по значению, в известном смысле они неотличимы друг от друга». Это не должно нас удивлять — в преданиях народов, живущих в джунглях, ягуар является чистильщиком джунглей, потому что он стоит на самой вершине цепи питания. Выше него только один хищник — человек.

Уничтожая ослабленных животных в лесу, ягуар помогает исчезнуть тому, что обречено на смерть, чтобы освободить место для других существ. Таким образом, ягуар учит нас тому, что кризис становится временем открытия новых возможностей, а смерть — началом новой жизни. В джунглях процесс жизни означает постоянное перерождение, а ягуар выступает в качестве силы, несущей перемены, жизнь и смерть. Шаманы понимают, что стабильное, устойчивое состояние существует лишь временно, поскольку все во Вселенной переживает постоянный процесс умирания и возрождения к новой жизни. Они понимают, что смена хаоса и порядка представляет собой естественный цикл жизни.

Энергия ягуара может принести обновление человеку, организации или сообществу. Иногда в качестве реакции на циклическую смену порядка и хаоса индейцам приходится оставлять обжитое поселение и переходить на другое место. По всей Америке археологи находят поселения индейцев майя и инка, оставленные без видимых причин. Данный факт является отражением цикла смены жизни и смерти, который символизирует ягуар.

Ягуары представляли такую силу для древних людей, что целые цивилизации идентифицировали себя с этим зверем. Ольмеки, жившие три тысячи лет назад в Центральной Мексике, являлись первой развитой цивилизацией в Америке. Они известны как «народ ягуара». Их шаманы называли себя «жрецами ягуара». Среди дошедших до наших дней статуй и барельефов ольмеков половину составляют очеловеченные изображения кошек, а многие взрослые и дети изображены с головами ягуара. В джунглях Амазонки обитает аборигенное племя майоруна, также называющее себя «народом ягуара». Они наносят на свои лица татуировки, придающие им сходство с кошками, и даже вставляют кабаньих ус в специально проделанные отверстия в носу, чтобы походить на ягуаров.

В книге «Лучезарная Амазонка» («Amazon Beaming») Петру Попеску рассказывает о фотографе и путешественнике Лорене Макинтайре, работавшем на журнал «National Geographic». Макинтайр открыл истоки Амазонки в Перуанских Андах в 1971 году. Кроме того, в 1960-х годах он долгое время жил среди индейцев май-оруна. Макинтайр сообщает, что майоруна использовали не только разговорный язык, но и могли общаться телепатически.

Способность общаться без слов является одной из легендарных особенностей шаманов — «жрецов ягуара». Во время первых поездок в джунгли Амазонки мой наставник, старый шаман, предложил мне провести ночное бдение в джунглях. Он сказал, что пришлет ко мне ягуара.

Перед тем как оправить меня в джунгли, шаман пригласил меня выпить напиток аяхуаска, изменяющий состояние сознания. Я вежливо отказался от этой дурно пахнущей жидкости — ведь даже в моем обычном состоянии сознания мне было достаточно страшно в предвкушении ночи, которую я собирался провести в джунглях в полном одиночестве... Пока я не заснул, со мной не произошло ничего необычного. Но, проснувшись, я уже не был собой — неожиданно я обнаружил, что превратился в большого кота! Пребывание в теле ягуара было незабываемым переживанием.

3. ОРЕЛ

Орел — мощный символ животного мира, воплощающий предвидение, ясность и прозорливость. Шаманы полагают, что энергия орла помогает нам воспринимать всю панораму нашей жизни, одновременно заглядывая в прошлое и будущее, а также осознавать, откуда мы пришли и куда направляемся.

Орел наделяет нас крыльями, позволяющими воспарять к сияющим вершинам, поднимаясь гораздо выше мелких и тривиальных усилий. Орел обладает удивительно острым зрением. Острота его зрения в шесть раз превышает человеческую. Орел может разглядеть мышь в зарослях кустарника с высоты, составляющей примерно полкилометра. Его взгляд охватывает огромные пространства, и орел может стремительно бросаться вниз, с удивительной точностью схватывая свою жертву.

Орел также символизирует принцип развития, или поэтапного восхождения, природы (поэтому его часто ассоциируют не с Нижним, а с Верхним миром). Биологи полагают, что этот принцип лежит в основе всей природы. Он направляет эволюцию, и мы наблюдаем, как молекулы соединяются в клетки, клетки формируют ткани, а затем и органы — и в итоге сложная система органов переходит в качественно новое состояние, становясь самоорганизующимся живым существом, таким как животные или человек. Каждый следующий переход включает все предыдущие этапы; клетки состоят из молекул, но не являются ими; органы состоят из клеток, но значительно превосходят их по сложности; человек состоит из органов, но не может быть сведен к ним, так как целое всегда превосходит простую сумму его частей. Проблемы клеток лучше всего разрешаются в органах, а нужды органов

лучше всего восполняются организмом.

Тот же принцип действует в нашей обыденной жизни. Орел показывает, что мы не можем восполнить свои эмоциональные нужды с помощью материальных вещей и каждая проблема имеет в первую очередь духовное решение. На крыльях орла мы поднимаемся над своими мелкими проблемами, получаем возможность увидеть перспективу и воспринять жизнь такой, какая она есть.

4. КОЛИБРИ

Эта крохотная, бесстрашная и мужественная птица учит, как следует отправляться в путешествие эволюции и развития. Это самое благородное из странствий, в которые может пуститься человек, — странствие к собственному духу. Каждый год колибри совершают невероятный вояж, мигрируя из Бразилии в Канаду через Карибское море. На первый взгляд может показаться, что эти небольшие существа не приспособлены к столь длительным перелетам — у них гораздо меньший размах крыльев, чем у орлов, и их маленькие тельца не могут запастись достаточно энергии, — тем не менее каждый год колибри предпринимают это невероятное путешествие.

Когда мы прикасаемся к энергии этого архетипа, она подвигает нас к тому самому путешествию, которое возвращает нас к истоку — туда, где рождается наш дух. Когда нам не хватает времени, денег или знаний, чтобы осуществить намеченное, энергия колибри дает нам мужество, силу и направление, необходимые для того, чтобы достичь успеха.

Отказываясь от своего призвания, мы начинаем понемногу умирать, поскольку, как живые существа, мы должны стремиться к открытиям и путешествиям. Когда мы предпочитаем комфорт приключениям или игнорируем стремление своей души к развитию, откладывая свое путешествие до тех пор, пока не появится достаточно денег или времени, — мы начинаем чахнуть. Но когда пример колибри пробуждает в нас природный инстинкт к исследованиям и обучению, наша жизнь превращается в захватывающее приключение.

ЧЕМУ МЕНЯ НАУЧИЛ ВОЛК

Прелесть практики восстановления души состоит в том, что Дух может дать вам любое тотемное животное, и вам не придется прикладывать никаких усилий, чтобы выбрать его. Вам нужно работать с тем животным, которое вам дано, и исследовать его атрибуты, а в процессе общения оно поделится с вами своей мудростью. Вы призовете тотемное животное, и оно придет на ваш зов. И уже только от вас зависит, как вы будете работать с ним. Например, когда родился мой сын, в качестве тотемного животного я получил волка. Он появился неожиданно и прижался ко мне. Он сообщил мне, что собирается научить меня тому, как быть преданным своей семье — так же, как он был предан своей стае, — но при этом не отказываться от дальних путешествий. Он рассказал мне, что волку свойственны преданность и верность, но без отказа от индивидуальности. Мне нужен был именно этот урок, поскольку большую часть своей взрослой жизни я провел в скитаниях по Андам и джунглям Амазонки.

Волк научил меня лояльности и независимости. Он научил меня тому, как быть частью семьи, но не быть связанным ею. Я понял, что сослужу лучшую службу своей семье, если сохраню свою индивидуальность и цель жизни.

Хотя тотемные животные символизируют полезные свойства, которые нам следует приобрести, они также имеют и некоторые недостатки.

Так, например, самка ягуара очень предана своим детенышам и защищает их изо всех сил, в то время как самец проводит с семьей только две недели в году, а остальное время живет

достаточно далеко от самки. Если вы слишком засиделись дома и хотите вернуть себе приключенческий дух, вам стоит поработать с мужской энергией ягуара, но если вы считаете себя не самым преданным родителем или хотите усилить ощущение своей безопасности в окружающем мире, вам нужно выбрать женскую энергию ягуара. Работая с тотемным животным, необходимо учитывать его сильные и слабые свойства.

БЫК, ПРИШЕДШИЙ НА ПОМОЩЬ ПЭТТИ

Через несколько месяцев после своей свадьбы моя молодая клиентка Пэтти получила в качестве тотемного! животного быка.

Она считала себя писательницей и постоянно оставалась дома со своим мужем. Вот как описывает это- опыт Пэтти:

Я была счастлива, когда наконец сбылась моя давняя мечта и мне удалось выйти замуж, но меня начали тяготить перемены, которые брак принес в мою жизнь. Мне не нравилось, что муж стремился навязать мне заботы о доме и деньгах, и я не понимала, какие обязанности дополнительно ложатся на меня. Я не могла понять, в какой степени мне хотелось бы сохранить независимость от мужа. Я не знала, как одновременно заботиться о муже и не давать ему повода эксплуатировать меня как домохозяйку. Но вместо того, чтобы обсуждать эти вопросы с мужем, я старалась со всем справляться самостоятельно, а это подрывало мои силы и вызывало у меня обиду и горечь.

Когда я впервые получила тотемное животное, то очень удивилась, что им оказался огромный неуклюжий бык. Но когда мы разговорились, бык сообщил мне, что он мой партнер. Он сказал, что его назначение состоит в том, чтобы работать со мной и разделять мое бремя. Он привык работать в одной упряжке с другим быком. Когда два быка понимают друг друга и заботятся друг о друге, они могут эффективно работать вместе, и на каждого приходится лишь половина общего веса, который они тянут. Когда между быками существуют хорошие партнерские отношения, они могут справиться с любой задачей.

Мой бык также сказал, что, поскольку эти животные очень сильные, мало кто замечает их слабые стороны. Всем известно выражение «силен, как бык», но мало кто знает, что это животное может умереть от перенапряжения. Так же и вы можете разрушить свои отношения с супругом, если один из вас будет работать, чтобы угодить другому, забывая при этом о собственных нуждах и желаниях. Кроме того, бык может быть очень упрямым. Он может сопротивляться и не желать работать с партнером, который не способен или не хочет изменить свое отношение к нему. Как никто другой, бык способен тянуть в свою сторону, особенно если запряжен в ярмо вместе с другим животным.

Бык смог очень многое сказать Пэтти о создании отношений на основе взаимопомощи и доверия, преданности и равенства. Пэтти должна была научиться понимать своего мужа и вместе с ним нести тяжкое бремя брака.

Будучи тягловым животным, бык нуждается в том, чтобы его поили, кормили и предоставляли отдых — подобным образом и Пэтти должна была научиться сообщать мужу о своих проблемах. Ей нужно было научиться нести свою часть бремени и при этом не иметь подсознательных ожиданий относительно того, что ее муж возьмет на себя всю тяжесть их брака.

Пэтти поняла, что бык, как тотемное животное, может научить ее сотрудничеству, упорству, трудолюбию и усердию. Пэтти необходимо было освоить умение управлять своей

новой жизнью в браке, чтобы максимально полно раскрыть потенциал совместной жизни.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЖИВОТНЫМИ ИНСТИНКТАМИ

Получение тотемного животного является последним этапом в вашем путешествии в Нижний мир. В конце этого путешествия вы можете попросить, чтобы на пути в реальный мир вас сопровождало тотемное животное.

Зачастую вы получаете совсем неожиданное животное — ласточку или крокодила. Каким бы ни оказалось ваше тотемное животное, вам следует принять его, забрать с собой и воспользоваться его дарами. Вы должны научиться жить в реальном мире, используя энергию своего тотемного животного.

Порой вы можете получить животное, которое вам не нравится, например змею. Помните, что змея символизирует инстинктивную часть вашей личности, с которой вы, возможно, утратили контакт или даже сочли неприятной. Многим людям не нравятся змеи, но в качестве тотемного животного змея может научить вас двигаться не по прямой, а хитрыми извивами, а также всем своим существом ощущать, что происходит вокруг вас. Вы должны принять любое тотемное животное, кроме насекомых. (Насекомые связаны с Верхним миром, поэтому их не следует вырывать из натуральной среды обитания.) *Работа с тотемным животным является интуитивным процессом, связанным с обретением вашего нового «я», независимо от ваших сознательных предпочтений.*

Тотемное животное поможет вам вернуть связь со своим природным, неиспорченным состоянием. Без этих ресурсов вы можете воспринять процесс путешествия в духе слишком интеллектуально. Тотемное животное вернет вам интуитивную часть вашего «я», и вы сможете многому научиться у него, перенимая его ритм, движения и способ восприятия мира. Например, если вашим тотемным животным окажется рысь, вы сможете просыпаться утром и потягиваться, как кошка, двигаться с кошачьей грацией, воспринимать жизнь и даже чувствовать по-кошачьи.

Физические упражнения помогут вам лучше усвоить сущность вашего тотемного животного.

Например, здороваясь за руку с кем-нибудь, вы можете вложить в это движение энергию ягуара, и ваше рукопожатие станет уверенным и сильным. Или вы можете воспринимать мир, как мышь — один небольшой фрагмент за раз. Усвоив повадки своего тотемного животного, вы научитесь больше полагаться на свои инстинкты, чем на рациональное сознание. (Ваши животные инстинкты также защитят вернующуюся часть вашей души.)

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ ЗА ТОТЕМНЫМ ЖИВОТНЫМ

Подготовьтесь к этому путешествию, открыв священное пространство. Сядьте удобно, зафиксируйте взгляд на одной точке перед собой или закройте глаза. Сложите руки как во время молитвы. Объявите о своем намерении войти в контакт со своим тотемным животным во время этого путешествия в духе. Откройте священное пространство. Выполните дыхательное упражнение «Маленькая смерть». Отправьтесь в свой сад в Нижнем мире. Повстречав привратника, объявите ему о своем намерении познакомиться со своим тотемным животным.

Сядьте на камень, который лежит на лужайке в вашем саду. Попытайтесь ощутить дух зверя, который подкрадывается к вам из-за спины. Ощутите на себе взгляд звериных глаз. Услышьте за спиной дыхание зверя. А потом обернитесь, откройте глаза (в воображении) и

взгляните в глаза своего тотемного животного. Протяните руку и коснитесь его клюва, шерсти, рогов или плавников.

Загляните ему в глаза и спросите: «Какие дары ты принес мне?», «В чем заключается целительная сила?», «Каков ты?», «В чем твои сильные стороны?», «В чем твои слабости?», «Как ты поможешь мне исцелиться?», «Сколько ты шел по моим следам?», «Как мне заботиться о тебе?» и «Почему именно ты, а не другое существо, стал моим тотемным животным?» Ведите эту беседу сколько потребуется.

Когда почувствуете, что готовы, пригласите своего тотемного животного отправиться с вами в реальный мир. Попрощайтесь с привратником, властелином жизни и смерти. Погрузитесь в воды, позовите сдобой свое животное. Потянитесь всем телом, потрите ладони, лицо и откройте глаза. Вернитесь в свой мир и свое тело.

Затем вытяните руки и ощутите энергию своего тотемного животного, притяните ее к себе. Отправьте эту энергию в чакру, которую подскажет ваша интуиция. Ощутите, как эта энергия распространяется по всему телу. Попробуйте совершить несколько движений, напоминающих движения вашего животного. Ощутите, как ваше тотемное животное сливается с вашим телом. Закройте священное пространство.

Упражнение

ПИСЬМЕННЫЙ ДИАЛОГ С ТОТЕМНЫМ ЖИВОТНЫМ

Это упражнение поможет вам открыть уникальные свойства своего тотемного животного и услышать его голос. Помните, что это существо зачастую символизирует теневую часть вашего «я», которую вы прежде игнорировали. Оно может представлять те части вашего «я», которые не очень вам нравятся. Люди, нелюбящие рептилий, зачастую получают в качестве тотемного животного кобру или гремучую змею.

Начав беседу со своим тотемным животным, вы заметите, что оно начнет являться вам в снах или медитациях. Это упражнение позволит вам раскрыть секреты своего животного.

Как прежде, начните с открытия священного пространства. Затем разделите чистую страницу на две части вертикальной линией. С одной стороны запишите свои вопросы, а с другой заносите ответы, которые даст вам тотемное животное. Начните с простых вопросов, а затем постепенно перейдите к более сложным.

Ниже я привожу пример диалога между Пэтти и ее тотемным животным:

Пэтти: Кто ты?

Бык: Я твой партнер. Я разделю с тобой время жизни. Коль уж мы работаем вместе, то должны идти в ногу. Ты не можешь опережать меня, а я тебя. Каждый день мы будем впрягаться в ярмо и тянуть лямку вместе. Мы будем работать вместе, двигаться в едином ритме — много, много лет.

Пэтти: Что мы будем делать вместе?

Бык: Мы будем работать. Мы не будем развлекаться или заниматься сексом. Мы тягловые животные, мы созданы для того, чтобы добывать средства к существованию. Мы пашем землю, вращаем мельничные жернова, давим сахарный сироп из тростника. Вместе, шаг за шагом, мы совершаем громадную работу.

Пэтти: Как я должна заботиться о тебе?

Бык: Относись ко мне как к равному. Корми меня должным образом, пои вовремя и позволяй иногда отдохнуть. Мы всегда будем вместе, каждый день. Шаг за шагом, мы

выполним нашу работу.

Пэтти: Почему ты пришел ко мне?

Бык: Потому, что тебе нужна помощь. Ты не сможешь справиться со своими делами в одиночку. Тебе потребуется помощь, когда твоя энергия истощится. Тебе нужен партнер, который шел бы рядом с тобой. Я твой партнер.

Когда закончите беседу, закройте священное пространство.

Упражнение

ПРОНИКАЕМСЯ ДУХОМ ТОТЕМНОГО ЖИВОТНОГО

Теперь, когда вы изучили свое тотемное животное, вам нужно также научиться тому, как обрести некоторые из его качеств. Это должно стать постоянной, осознанной практикой. Вы можете просыпаться утром и потягиваться, как ваше тотемное животное, или совершать любые другие движения в той же манере. Вы можете попытаться развить в себе зрение орла, перенеяв его способность охватывать взглядом сразу все видимое пространство. Используйте органы чувств своего животного, станьте им, сотрудничайте с ним. В идеале вы должны достичь такого состояния, когда будете не просто *иметь* тотемное животное, а сами станете им.

В следующем разделе мы начнем наше путешествие к осуществлению судьбы, но перед этим вам будет полезно освежить в памяти некоторые уроки, полученные в ходе путешествий с целью восстановления души. Перечитайте письменные упражнения, которые вы выполнили в части II. Уделите время тому, чтобы впитать эту мудрость.

ВЕРХНИЙ МИР

ГЛАВА 9

ВЫБОР СУДЬБЫ; ЛЮБОВЬ, СИЛА, ДЕНЬГИ И ЗДОРОВЬЕ

К тридцати годам я пережил несколько романов с женщинами. А однажды утром проснулся и понял, что по сути это был только один сценарий отношений, который постоянно повторялся. Если бы я не вынес из этого урок, прервать этот круг мне бы не удалось...

Из дневника Альберто

Австрийский психиатр Виктор Франкл после трех-летнего заключения в нацистском концентрационном лагере во время Второй мировой войны написал свою уникальную книгу «Человек в поисках смысла». Во время того кошмара он начал понимать, что самым глубоким стремлением человека является желание найти смысл и назначение своей жизни. В противном случае, полагал Франкл, он не смог бы пережить все ужасы, выпавшие на его долю. «У человека можно отнять все, — писал Франкл, — кроме одной, последней из его свобод — способности определять свое отношение к предлагаемым обстоятельствам, возможности выбирать свой путь».

В то время как многие бывшие узники нацистских концентрационных лагерей до конца своей жизни страдали от посттравматического стресса и вели унылую жизнь, единственным смыслом которой стало взыскание денежных компенсаций с правительств Германии и Австрии, Франкл стал доктором, философом и автором тридцати двух книг. Он получил двадцать девять

премий, а также медаль Альберта Швейцера. Как ему удалось этого достичь? Были ли в нем изначально заложены семена величия, или он был обычным человеком, который выбрал необычную судьбу, отвечая на зов своего призвания?

Самые древние из наших мифов утверждают, что каждый человек рождается, имея определенное призвание. Карл Юнг считал, что, когда мы игнорируем свое призвание — которое не всегда состоит в том, чтобы стать гением, но всегда включает необходимость осмысленной жизни, — наша жизнь проходит понапрасну. Величие Франкла состояло в его способности выявить потребность человека в нахождении смысла своего существования, в понимании того, что эта потребность превосходит пределы внешних обстоятельств жизни. Когда Франкл реализовывал свое призвание и выбирал свою судьбу, внешние обстоятельства, воплощенные в понятии «рока» или «фатума», не могли победить его. Точно так же и мы говорим «да» своей судьбе, способны превозмочь страдания и выйти победителем из самых тяжелых ситуаций.

Чтобы иметь значение, наша судьба необязательно должна быть выдающейся или иметь признание публики, но непременно должна иметь смысл и осознанную цель. И это совершенно не зависит от материальных приобретений, брака, семьи или славы. Мы можем обрести счастье, имея пустые карманы и пребывая в одиночестве, и, напротив, можем найти лишь страдания, если будем жить в роскоши и окружим себя самыми красивыми спутниками и спутницами жизни.

СУДЬБА И БУДУЩЕЕ

Нашу судьбу нельзя приравнивать к нашему будущему. В то время как будущее — это то, что всегда наступает «затем», судьба вершится в каждое из мгновений. Нельзя идентифицировать судьбу и рок. Судьба — это согласие с призванием, с которым мы рождены, а рок — это то, что выпадает нам, когда мы сопротивляемся своему призванию или игнорируем его. Это очень древняя идея, но она находит свое отражение в современной психологии и биологии, которые определяют нашу судьбу нашими психологическими и генетическими свойствами.

Однако чем больше мы идентифицируем себя с тем, что сделали или не сделали наши родители, как запрограммированы наши хромосомы, что мы носим или чем обладаем, тем в меньшей степени наша собственная история становится собственно нашей. Мы отказываемся от контроля над своей жизнью, объясняя ее набором причин, лежащих вне нашей воли.

Конечно, у каждого из нас есть будущее. В конце концов оно неизбежно наступает как проявление функции времени. Но только некоторые люди имеют собственную судьбу, потому что умеют использовать сакральные инструменты, предназначенные для ее создания. Платон считал, что, поскольку наш рок предопределен еще до нашего рождения, он может быть изменен лишь вмешательством богов. Однако я верю в то, что рок можно превратить в судьбу, если найти скрытый смысл нашей жизни, что мы и можем сделать с помощью практики путешествия в духе.

Каждый из нас выбирает характер или призвание задолго до рождения. Эти свойства являются врожденными по отношению к нашему существу и не могут объясняться психологическими теориями. Порой мы скорее распознаем эти свойства в своих детях, чем в себе. Мы удивляемся, наблюдая в них упрямство и рассеянность. Конечно, мы приветствуем в своих детях выдающиеся атлетические или музыкальные способности, но нас не радуют такие необычные качества, как чрезмерная подвижность, активность, потребность в новых

впечатлениях, мешающие детям долго сидеть на уроке.

В современном обществе, где все эмоциональные и физические проблемы привычно решаются если не деньгами, то лекарственными средствами, таким детям назначают психотропные средства, такие как риталин или прозак. Если бы эти средства существовали и не значались в прошлом, они убили бы творческие способности многих гениев, которыми мы теперь гордимся. Наука не может сказать с определенностью, являются ли эти свойства проявлением реальных заболеваний или они могут быть проявлением уникального призвания в жизни.

Например, синдром рассеянного внимания, сопровождающегося гиперактивностью, может быть полезен, если вы живете в джунглях или пустыне и должны выполнять одновременно несколько задач — прислушиваться к рычанию львов в то время, когда готовите пищу и присматриваете за детьми.

Живя будущим и с нетерпением ожидая дня, когда наша жизнь станет лучше, мы привязаны ко времени, которое ползет вперед «ото дня ко дню небольшими шажками», как сказал Шекспир. Но жизнь в прошлом существенно ничем не отличается от жизни в будущем. В обоих случаях мы испытываем на себе железную хватку рока, постоянно переживаем однажды испытанную боль или тоскуем по чему-то принципиально отличному от нашей нынешней жизни. Мы постоянно переживаем свои прошлые истории, причем их итоги никогда не меняются.

С помощью практики восстановления души мы можем разорвать этот круг и исцелить свое прошлое, но это не создаст нашу судьбу. Вы можете избавиться от* хватки рока, но по-прежнему ни на шаг не приблизиться к призванию вашей жизни, так и не наладить позитивные отношения или по-прежнему не найти мужчину своей мечты. Другими словами, исцеление прошлого означает только то, что в дальнейшем мы не страдаем от старых ран.

Конечно, исцеление старых ран — это уже само по себе немало. Если мы продолжаем носить в себе старые раны, они окрашивают наше будущее болью и страхом. В психологии этот механизм известен как *проекция* или *проецирование*. Проецирование собственного опыта на пациента составляет одну из опасностей процесса лечения. Психолог, имеющий неисцеленные эмоциональные травмы, может проецировать свои проблемы на пациента.

Например, психотерапевт, у которого был серьезный конфликт с родственником по поводу наследства, рассказывал мне: «Альберто, все мои клиенты только и делают, что дерутся из-за денег». Это показалось мне странным, потому что у моих клиентов были самые разнообразные проблемы. Мне стало ясно, что этот человек подсознательно притягивает к себе клиентов с проблемами, аналогичными его собственным, и проецирует свою «тень» на них, стремясь исцелиться.

Подобным образом мы проецируем на других свои неисцеленные раны. Этот вопрос становится особенно актуальным, если мы пускаемся в путешествие в духе в поисках своей судьбы, прежде не исцелившись. Мы вновь заражаемся сами и заражаем свое будущее, проецируя в него свои раны, вместо того чтобы переживать свою жизнь как серию новых опытов. Если мы не исцеляемся, то вся наша жизнь становится повторением одного и того же сценария. В таком случае, двадцать лет опыта становятся одним годом, повторенным двадцать раз.

Мы не можем продвинуться вперед, не исцелив свое прошлое. Например, когда вы начали читать эту книгу, вам, возможно, хотелось сразу пролистать ее до конца? и сказать: «Я не хочу исследовать свое прошлое. Что прошло, то прошло. Давайте пропустим восстановление души

и сразу перейдем к конструированию буду щего». Но восстановление души является необходимы элементом подготовки, поскольку этот процесс можно сравнить с пересадкой семени нашего потенциала с каменистой почвы в плодородную. Выбирая свою судьбу, мы проращиваем это семя. Мы исцеляем свое прошлое, чтобы отправиться в Верхний мир свободными от психологических травм, которые не позволяли нам раскрыть свой потенциал.

БЕЗ СЛЕДОВ, БЕЗ ТЕНИ, БЕЗ ЭГО

Шаманы говорят: «Когда мы можем пройти по снегу и не оставить следов, когда мы не отбрасываем тени, тогда мы не создаем расходящихся волн времени».

Ходить по снегу, не оставляя следов, — значит ступать так легко и осторожно, чтобы не оставлять после себя никаких признаков своего присутствия. Не отбрасывать тени — значит не проецировать на других свои психологические травмы: мы не должны любить или ненавидеть человека только потому, что он напоминает нашу мать или возлюбленную.

Подобно солнцу, мы должны сиять, не отбрасывая тени.

Таковы условия, которые мы должны выполнить, отправляясь в путешествие на поиски своей судьбы, потому что в противном случае мы создадим расходящиеся волны времени, которые немедленно вернуться и нанесут удар нам самим. В Древней Греции сказали бы, что мы «прогневили судьбу», индусы назвали бы это «действием кармы».

Отправляясь на поиски своей судьбы, мы не долж-н ы оставлять после себя следы или искать реализацию сией воли. Чтобы ступать бесследно, мы должны

растворить наше «я», освободившись от капризов эго. Мы должны отказаться от своего ограниченного «я» и обрести единство с Духом.

Однажды я путешествовал со своим наставником по засушливой высокогорной местности в Андах. Мы вышли к деревне, где дождя не было уже несколько месяцев и запасы воды истощились. Поскольку мой наставник был знаменитым шаманом, жители деревни умоляли его вызвать дождь. Старик ушел в хижину, где стал молиться, поститься и медитировать в течение четырех дней. Когда он вышел, я спросил у него: «Что ты собираешься делать?» Он ответил: «Я собираюсь молить дождь».

Я не понял его и, наивно полагая, что проблема в языке, переспросил: «Ты имеешь в виду, что будешь молиться за дождь?»

«Нет, — ответил шаман. — Я буду молить дождь».

Он ушел на горный склон, поднялся на утес, нависавший над бурной рекой, и начал медитировать. Когда через четыре часа он вернулся, в небе загремел гром — и вскоре ударил дождь.

Жители деревни пришли в неопиcуемый восторг — ведь дождь принес им спасение. Они окружили шамана, восклицая: «Спасибо за то, что ты вызвал дождь!» И тогда старик сказал: «Нет, дождь просто пошел».

И наконец я понял, что имел в виду старый инк. Он просто вынес себя за скобки. Он молился, дождь пошел, но он не молился за дождь. В природе не было того, кому можно было бы молиться, чтобы пошел дождь, не было «другого». Старый шаман стал един с Духом. В нем молился Дух, и тогда пошел дождь.

Мы поступаем таким же образом. Мы молим исцеление, а когда оно случается, мы удивляемся так же, как исцеленный человек, потому что в исцелении мы видим волю Духа, а не собственную волю. Когда мы выносим себя за скобки, когда не «предпринимаем усилий» и не

стремимся к желаемому результату, мы становимся проводниками Духа. И только в этом состоянии забвения нашего эго мы можем отправиться в будущее, чтобы обрести свою судьбу.

Мы должны освободиться от эго, которое привязано к определенному результату. Мы не должны хотеть, чтобы дождь пошел или не пошел, чтобы человек исцелился или не исцелился, чтобы обстоятельства изменились или не изменились. Мы просто должны обрести единство с Духом и позволить дождю пролиться. Когда мы принимаем мир таким, какой он есть, мы можем влиять на будущее, перемещаясь по линиям времени.

ЛИНИИ ВРЕМЕНИ

Линия времени является воображаемой световой нитью, уходящей из настоящего в прошлое и будущее. Все события нашей личной истории записаны на наших линиях времени от прошлого до настоящего, поскольку каждое действие оставляет след во времени. Наши линии времени также распространяются в будущее подобно тысячам сияющих нитей, напоминающих пучки тончайших оптико-волоконных проводов, каждый из которых представляет возможное будущее. По линии времени вы можете путешествовать по альтернативным иприантам вашего будущего и найти свою исцеленную судьбу, где вы излечиваетесь от рака груди или сердечного заболевания, где изменяете режим питания или разрываете разрушающие вас отношения.

В течение многих тысяч лет люди использовали путешествия по линиям времени в практических целях. Например, в аборигенных культурах шаман должен был привести свое племя в места, богатые рыбой и дичью. Для этого он отправлялся по линии времени в будущее и определял то место, где охотники должны ждать добычу. Когда мы отправляемся на поиски своей судьбы, то находим не только вероятные варианты своего будущего, но и возможные варианты, которые могут представлять нам совершенно невозможными. Если мы ищем только вероятное будущее, то никогда не найдем бизона, исцеленное будущее состояние или мир во всем мире. Вместо этого мы провоцируем негативные варианты будущего, потому что те негативные исходы, которые мы находим, включаются в наши линии времени.

Один из моих учеников отправился в Верхний мир и там увидел смерть и болезни на всех линиях судьбы (в его семье все умирали от сердечных заболеваний). Через несколько месяцев он заболел, потому что нашел в будущем только вероятные варианты судьбы, а не *воз[^]можные* варианты будущего, которые позволили бы ему избежать болезни.

В квантовой физике существует теория, называемая «принцип неопределенности Гейзенберга». Согласно этой теории, наблюдатель оказывает влияние на ход событий и их результат. Если вы наблюдаете элементарную частицу, полагая, что она обладает волновой природой, частица становится волной. Более того, при наблюдении элементарная частица оказывается в той точке пространства, в которой вы ожидаете ее найти. Мы можем применить этот принцип к своей жизни, если поймем, что нашей судьбой может стать любой из вариантов будущего, выбранный нами. Как известно визионерам и пророкам, *все* пророчества исполняются.

В фильме «Прикасаясь к бездне» рассказывается история двух английских альпинистов, которые совершают восхождение на очень опасную вершину в отдаленном регионе Анд. Во время восхождения начинается свирепая снежная буря, и альпинисты решают начать спускаться. Но при спуске в связке один из альпинистов падает в глубокую расщелину в леднике и ломает ногу. Перед его напарником встает трудный выбор: разрезать веревку, связывающую их, и спасти свою жизнь, или остаться со своим партнером и, вероятнее всего, замерзнуть вместе с ним. Он перерезает веревку и спускается в лагерь, полагая, что его напарник погиб.

Однако ценой невероятных усилий оставленному альпинисту удастся выбраться из ледовой расселины и даже приползти в лагерь. Путь к спасению занимает шесть дней, но герой его проходит. Спасение было включено и линию судьбы этого человека, и он приполз к нему навстречу.

Для выбора судьбы нужно научиться запрягать телегу впереди лошади и искать возможные, а не только скрытые варианты будущего.

Например, в телевизионном обращении к народу Америки в 1961 году президент Джон Кеннеди объявил, что к концу десятилетия американцы смогут отправиться на Луну и благополучно вернуться на Землю. Советники президента тогда говорили ему, что Америка не обладает соответствующими технологиями, патентными и финансовыми ресурсами, на что Кеннеди ответил:

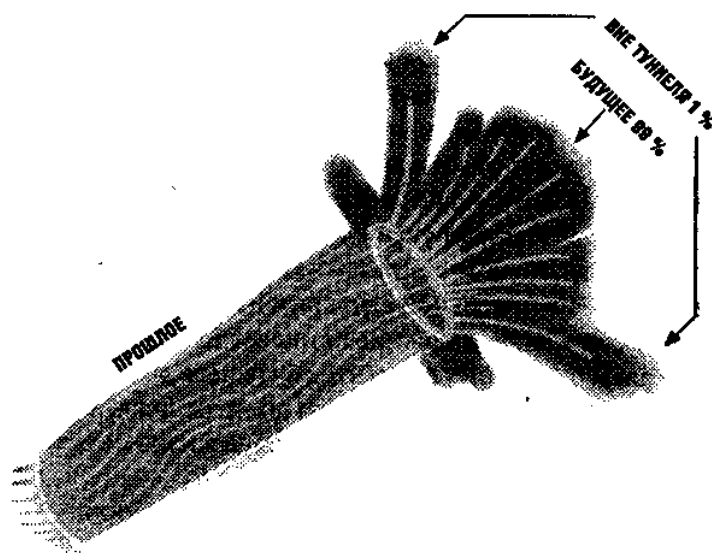
«Он озвучил возможный вариант будущего, который в результате и осуществился.

Подобным образом Нельсон Мандела смог выразить коллективную мечту о возможном будущем, осуществив в своей стране невероятные перемены вопреки всем ожиданиям. Его усилиями разделенное общество апартеида было консолидировано и обрело позитивные черты, мирно переходя к новой формации, гарантирующей всеобщее равенство. Совместными усилиями лидер и народ ЮАР смогли осуществить почти невероятный

вариант будущего.

Если один человек порой способен изменить судьбу целого народа, представьте, насколько легче вам изменить свою личную судьбу.

ИМПУЛЬСНЫЙ ТУННЕЛЬ



Импульсный туннель является основным каналом для наших линий времени. Он ранжирует события нашего прошлого, настоящего и будущего. Девяносто девять процентов возможных вариантов нашего будущего можно экстраполировать, если знать направление движения импульсного канала. К числу этих 99 процентов относятся нити, лежащие в пределах светового провода, соединяющего наше прошлое и будущее. Таким образом, в этих пределах лежат 99 процентов всех возможных исходов нашей жизни.

И только один процент возможностей лежит вне импульсного туннеля. Эти варианты будущего сложнее всего осуществить, но как раз они зачастую оказываются самыми благоприятными. Несомненно, что наиболее вероятным исходом реформы в Южной Африке

могли стать насилием и распри, тем не менее победил мирный вариант Манделы. Белым и черным пришлось многим поступиться и принять непростые решения, чтобы научиться жить в гармонии, — другими словами, им пришлось выйти за пределы своего импульсного туннеля. И с этого момента направление импульсного туннеля этой страны изменилось к лучшему.

Наш импульсный туннель позволяет нам плыть по Течению жизни. В нем выполняются контракты души, которые мы заключили в детстве, учитывается наша генетическая предрасположенность, а также решения, которые мы принимали в прошлых жизнях. Если мы уже приняли непростые решения, ведущие к здоровью, благополучию, долгой жизни и миру, можно предположить, что наш импульсный туннель развернулся в направлении нашего духовного путешествия. (Это происходит в тех случаях, когда мы изменяем отношения, которые прежде разрушали нас, оставляем низкооплачиваемую работу, начинаем правильно питаться, заниматься физическими упражнениями — в общем, строить гармоничную жизнь.) Но многим из тех, кто оказался в затруднительной ситуации и хотел бы изменить курс своей жизни, спасение принесет только один процент альтернативных вариантов будущего, лежащих вне импульсного туннеля. Здесь мы должны искать новые возможности в тех случаях, если наша жизнь не приносит желаемых результатов.

Например, для человека, которому поставили диагноз «рак», в 99 процентах случаев это приговор, ведущий к долгой тяжелой болезни или неизбежной смерти. И только один процент линий судьбы ведет к здоровью. Но для того, чтобы получить к нему доступ, человек должен изменить 99 процентов своей нынешней жизни. Его генетика, образ жизни и эмоциональное окружение лежат в пределах импульсного туннеля, ведущего к болезни, поэтому ему нужно поэтапно изменить большинство аспектов своей жизни (изменить питание, отказаться от тяжелой и низкооплачиваемой работы и т. д.) или, что более эффективно, сразу изменить траекторию своего импульсного туннеля с помощью путешествия по линиям времени и выбора наиболее желаемой судьбы. Эта судьба включается в его линию времен ни уже только потому, что он находит и видит ее. Таким образом, меняется направление импульсного туннеля*, ю мы хотим, но не можем сразу изменить направление импульсного туннеля. На мгновение вообразите разницу между полетом на «Боинг-747» и небольшом вертолете. «Боинг» устроен так, что во время полета даже не расплещется вода в стоящем на столе стакане. Движение настолько ровное, что пилот может включить режим «автопилот» и пройти по салону, беседуя с пассажирами. Но эта стабильность дается не просто так. Чтобы развернуть «Боинг-747», нужно совершить широкий маневр, который занимает приличное время, особенно если вы не хотите, чтобы пассажиры облились своими напитками. Похожим образом большинство из нас устраивают свою жизнь — мы можем включить «автопилот» и не бояться пролить свой напиток на колени. Соответственно, нам требуется больше времени, чтобы изменить курс своей жизни. Вы не можете проснуться утром и сказать: «Я больше не хочу продолжать выплаты по закладной» или «Я больше не хочу ходить на работу». То есть, конечно, сказать вы это можете, но сделать — едва ли. Ваша жизнь не предусматривает возможность таких перемен.

Вертолет устроен совсем по-другому. Он создан с учетом необходимости быстрых и сложных маневров. Вертолет может мгновенно и резко разворачиваться, быстро взлетать и садиться. Он незаменим, когда нужно высадиться на тропическом побережье или взлететь с пятка крыши небоскреба, но вам нужно быть готовым использовать сразу четыре рычага управления, задействовав руки и ноги. Вам не удастся поставить вертолет на «автопилот» и выйти в салон, чтобы немного размять ноги. Все свое внимание вы полностью сосредоточите на полете. Вам также придется отказаться от лишнего груза, потому что для безопасности полета

на вертолете очень большое значение имеет вес. Это также значит, что на вертолете вы не получите напитков, порционных закусок и не сможете поболтать со стюардессой — ее там просто не будет.

Можно привести и более простой пример. Представим, что вы едете в пикапе со скоростью 120 километров в час и везете на заднем сиденье стиральную машину. Неожиданно вы понимаете, что должны сделать левый поворот. Даже если вам удастся благополучно повернуть на скорости 120 километров в час, стиральная машина будет продолжать двигаться в прежнем направлении — прямо. В результате, вероятнее всего, ваш автомобиль снесет с дороги. Чтобы повернуть без приключений, вам нужно сбросить скорость. Но проблема в том, что большинство из нас не умеют «притормозить» в жизни — то есть сократить время, уходящее на работу, или изменить отношения с детьми, — потому что мы

потеряли контроль над движением, ведущим нас вперед. Если мы не избавимся от лишнего груза, то вскоре лишимся не только стиральной машины, работы и спутника жизни, но и здоровья.

НОВАЯ СУДЬБА СТИВА

Стив занимался физикой в Стэнфордском университете, работая на линейном ускорителе элементарных частиц. Он достиг высокого положения в мире науки, и его карьера успешно развивалась. Группа Стива занималась изучением событий, произошедших на третьей наносекунде после Большого Взрыва. Ученые стремились определить, достаточно ли во Вселенной материи для того, чтобы она могла расширяться бесконечно, или однажды Вселенная начнет сокращаться в обратном направлении. Стив очень любил свою работу.

Когда мы познакомились, я спросил его: «И каков приговор для Вселенной: она расширяется? Каковы ваши прогнозы?»

Стив ответил: «Со Вселенной все в порядке, а вот со мной — нет. У меня обнаружили весьма агрессивный вид рака. Я собрал информацию и узнал, что 98 процентов людей с этим заболеванием умирают в течение четырех месяцев».

Недавно у Стива умерла жена. У него осталось двое дочерей, которых он пытался воспитывать сам. Пару месяцев назад он встретил новую истинную любовь — и вот на днях ему вынесли смертный приговор. В соответствии с медицинским прогнозом, 98 процентов линий судьбы в импульсном туннеле Стива вели к смерти, и только 2 процента возможных исходов лежали вне пределов этого туннеля — при том, что половина этих линий, тем не менее, показывала вероятность серьезного заболевания. И только ничтожный процент линий судьбы Стива указывал на здоровый исход. У Стива было много причин, чтобы бороться за жизнь, и мы должны были найти среди двух процентов линий его жизни ту, что вела бы к здоровью.

Совместно мы исследовали линии судьбы Стива и нашли его исцеленное «я». С этого момента будущее «я» Стива вело его к здоровью, но это требовало полного изменения жизни. Стив должен был отказаться от успешной карьеры, потому что напряжение, связанное с работой, буквально убивало его. Он должен был избавиться от лишнего груза, то есть от проекта в Стэнфорде, от работы на ускорителе элементарных частиц, постоянной гонки за результатом и славы научных открытий. Он должен был избрать новую жизнь, которая соответствовала бы его новой исцеленной судьбе.

Стив выбрал новую судьбу, лежавшую вне его импульсного туннеля, отказался от 98 процентов своей прежней жизни, чтобы поддерживать желаемые два процента, которые составляли любовь и жизнь. Он стал резчиком по дереву и переехал с семьей на Аляску. Спустя

шесть месяцев я участвовал в их церемонии бракосочетания.

Упражнение

РАЗМЕТКА ВАШИХ ЛИНИЙ ЖИЗНИ

Выполняя следующее упражнение, вы исследуете ландшафт своего импульсного туннеля. Для этого важно оНкрыть свое сознание. Судьба не всегда является тем, что^ по нашему мнению, мы хотим изменить. Несомненно Стив не хотел отказываться от карьеры физика. Но порой, независимо от степени достигнутого успеха, нам действительно нужно внести перемены в свою жизнь, чтобы обрести исцеленное и осмысленное существование.

Для начала возьмите лист бумаги и начертите четыре параллельные линии слева направо, одну под другой. Это линии жизни, которые помогут вам разметить свою личную историю и историю вашей семьи. На первой линии вы перечислите всех людей, которых любили вы и которые, как вам кажется, любили вас, — это все ваши влюбленности, все сексуальные партнеры, включая случайных, все жены или мужья, все случаи флирта и устойчивые платонические отношения. Запишите имена и даты в хронологическом порядке.

На второй линии разместите свои эмоциональные проблемы и состояния. К их числу можно отнести приступы депрессии, моменты счастья или даже те периоды времени, относительно которых вы не можете припомнить своего эмоционального состояния.

На третьей линии перечислите свои работы и смены профессий. На четвертой линии расположите историю болезней — свою и своей семьи. Перечислите болезни, которые перенесли вы или ваши родители, родители родителей, дяди и тети.

Сравните эти линии. Найдите в них элементы сходства. Случалось ли вам прерывать отношения прежде, чем они станут действительно близкими? Случалось ли in к, что вы сами мешали себе достичь успеха? Что происходило с вашими отношениями, карьерой и эмоциями, когда вы заболели? Какие позитивные или нега-тинные тенденции вы видите?

Эти нити судьбы — любовь, власть, деньги и здорсь вье — являются четырьмя ключевыми линиями в вашей жизни. Вплетенные в сердцевину вашего импульсного туннеля, они составляют световую матрицу, на которой записаны все основные события вашего прошлого. Это ваш рок, или фатум, созданный на основе ваших контрактов души.

В следующей главе вы научитесь выявлять ограничивающие представления, которые привязывают вас к этим линиям рока. Затем, в одиннадцатой главе, вы узнаете, как находить линии своей судьбы — линии возможного, а не вероятного будущего — и выбирать те, которые ведут вас к самым желанным приобретениям и возможностям.

ГЛАВА 10

ПРИНЕСЕНИЕ В ЖЕРТВУ «СВЯЩЕННЫХ КОРОВ»

Чтобы добраться до ближайшего речного порта, мне пришлось три дня идти вверх по течению Амазонки...

Я клялся себе, что никогда не вернусь в джунгли, но это лишь научило меня никогда не говорить «никогда». Часть меня осталась в этих влажных лесных дебрях, где я пережил

собственную смерть, но удержался за жизнь. Это случилось три года назад. Сейчас я знаю, что должен еще раз вернуться, чтобы пройти через те врата, которые большинство из нас проходят только в конце жизни.

Я видел, что лежит там — по другую сторону. Я знаю, что мои представления о себе и о мире должны умереть, чтобы я смог жить по-настоящему.

Из дневника Альберто

На всем протяжении истории человечества люди ожидали, что ответы на их вопросы придут свыше. Именно поэтому в мифологии многих народов особое место занимают горы и вершины. Жрецы религии -И синто поднимаются на гору Фудзи, курды почитают гору Арарат в Турции, в Индии вершина Аруначала считается обиталищем бога Шивы, племя американских индейцев хопи считает священной гору Маунт-Бланка в штате Колорадо, а древние греки почитали гору Олимп, считая ее обителью богов.

Принимая во внимание такое большое число священных мест, расположенных на вершинах гор, неудивительно, что мифы и легенды народов мира полны историями о труднейших восхождениях, предпринятых для того, чтобы посетить их. Возможно, самой известной из них является библейская история о восхождении Моисея на гору Синай с целью получения десяти заповедей. Порой на высочайших вершинах мы находим следы легендарных персонажей. Например, на вершине Адамс-пик в ШриЛанке можно видеть окаменевший гигантский след ноги, который, согласно легенде, оставил Адам после изгнания из Эдема.

И даже сейчас, когда мы живем в Среднем мире, населенном мелкими особями *Homo sapiens*, Верхний мир остается обиталищем *Homo luminous* и сферой Духа. Это* Небесное Царство ангелов и архангелов, а также про-| светленных существ, свободных от времени и смерти. В Верхнем мире мы обретаем свою Божественную природу. Здесь же мы открываем прекрасные контракты заключенные между нами и Духом задолго до наше рождения. Здесь мы узнаем о подлинном смысле наше жизни — причине нашего появления на свет, лю, которых мы должны полюбить, и знаниях, котор должны приобрести. Здесь мы вспоминаем о соглашениях, в которые вступила наша душа до того, как мЫ ступили в реку времени после нашего рождения. Это священные контракты, о которых нужно вспомнить и по которым нужно начать жить.

Легенды говорят нам, что путешествие в Верхний мир под силу только героям. Поэтому если вы хотите подняться на высочайшие вершины, то должны действовать как герой. Герой способен исполнять свое призвание вопреки самым неблагоприятным обстоятельствам, в то время как жертва находится под властью рока. Подобно тому как Психея должна была пройти тяжелейшие испытания прежде, чем подняться на гору Олимп, вы можете обрести свою судьбу только после процесса очищения и искупления. Мифы учат нас тому, что вы можете достичь Верхнего мира только в состоянии духовной чистоты, освободившись от требований эго, исполнившись благодати и искренности.

Пророки майя предсказывали, что в 2012 году родится новое человечество, которое составят существа из Верхнего мира. Эта эволюция затронет и вас, так как вы станете частью качественного скачка, превращения и нового человека, обладающего телом, которое будет иначе стареть, поддерживать здоровье и переживать смерть. Во время следующего путешествия в духе вы переживете этот качественный скачок.

«СВЯЩЕННЫЕ КОРОВЫ»

Вы должны подготовиться к путешествию в Верхний мир, избавившись от ограничивающих представлений о любви, власти, деньгах и здоровье, таких как «я не слишком красива», «я этого не заслуживаю», «восстановление души не принесет мне облегчения», «на мне

лежит слишком большая ответственность, которая не позволит мне изменить свою жизнь». Другие версии ограничивающих представлений могут быть такими: «я изменю свою жизнь, когда вырастут дети», «я займусь йогой, когда у меня будет больше времени», «если бы у меня было больше денег, мне не пришлось бы работать за гроши — и я смогла бы лучше питаться».

Мы относимся к этим представлениям как к «священным коровам», потому что считаем, что они обеспечивают нашу безопасность, но в действительности они не позволяют нам достичь того состояния, в котором мы можем испытывать чудесную легкость бытия. Мы убеждаем себя, что, лишившись «священной коровы», лишимся всего. Другими словами, мы считаем, что лучше остаться с тем немногим, что имеем, чем потерять все. Лучше плохие отношения, чем вообще никаких отношений. Лучше низкооплачиваемая работа, чем вообще никакой работы.

Например, одной из моих «священных коров» был страх того, что я не смогу содержать своих детей. Я говорил себе: «Когда мои дети подрастут, тогда-то я и посвящу всего себя своему высокому призванию писателя и целителя, но сейчас я должен нести ответственность за свою семью и тупо работать в университете». Но однажды, когда мои дети все еще были малышами, я бросил работу в университете, как прежде бросал любую работу, и отправился в джунгли Амазонки. Там меня спросил наставник-шаман: «Альберто, как ты хочешь прожить свою жизнь — как орел или как цыпленок?»

Конечно, я не хотел жить как цыпленок. Но с другой стороны, у цыплят совсем неплохая жизнь. Их регулярно кормят, а колючая проволока защищает их от лис. Это можно сравнить с работой в корпорации, гарантированной пенсией или, в моем случае, должностью в университете с регулярной зарплатой. Я также знал, что многие из нас пытаются покинуть «птичий двор», но у них это не получается. Им не хватает мужества, на свободе они ощущают тоску и страх и стремятся вернуться в «неволю».

Я должен был прямо взглянуть на факты. Если я хотел парить с орлами, мне нужно было внести в свою жизнь какие-то изменения. Я должен был отказаться от стабильности своей преподавательской работы, чтобы посвятить себя своим, как я их называл, изысканиям в джунглях Амазонки. В то время я был одним из самых младших сотрудников факультета, и мне прочили блестящее будущее в академическом мире. Мое решение означало, что я отказывался от ожиданий, которые возлагали на меня в университете, а также от своих собственных ожиданий.

Однако после первых трудных лет моя новая карьера успешно состоялась, и я смог вновь содержать мою семью (не спрашивайте, на что они жили в мое отсутствие). Я больше не преподавал в университете, а мог ездить по миру и читать лекции. Оказалось, что моя «священная корова» лишала меня способности пережить успех.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ОГРАНИЧИВАЮЩИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ

Никто не желает потерять «священную корову» или отказаться от нее. Всякий держится за нее из последних сил. Например, однажды меня, наследника шаманских традиций, пригласили

для консультации в американскую корпорацию (вас это не удивляет?), так как ее руководитель полагал, что его предприятие переживает стагнацию. Он сказал мне, что готов на любые перемены, способные исправить ситуацию.

Затем, после бесед со всеми менеджерами этого предприятия, я понял, что сменить нужно было руководителя компании. Менеджеры понимали, что корпорация переживает тяжелые времена, но они боялись сообщать боссу о своих идеях. Руководитель корпорации был той самой «священной коровой», которую следовало принести в жертву, чтобы добиться существенных перемен на предприятии.

Я, как шаман, со свойственной данной профессии прямоотой сообщил президенту, что тот должен уволиться. В итоге президент огромной корпорации внял моему совету (вас не удивляет и этот факт?) и перешел на скромную позицию одного из членов совета директоров, перестав участвовать в оперативном управлении корпорацией. После этого корпорация начала процветать, а ее сотрудники — работать более продуктивно и творчески. А президент компании смог вернуться к крупномасштабному планированию деятельности, к которому он всегда испытывал тягу. Впервые в своей жизни он оказался на своем месте и наслаждался этим новым для себя ощущением.

Итак, «священная корова» — это ограничивающее представление, которое не отвечает реальности. Конечно, нам никогда не хватает времени, денег, здоровья, смелости или мужества, чтобы добиться желаемого, но мы должны хотя бы предпринять попытку сделать это. Пиетет перед «священной коровой» заставляет нас держаться проторенного пути, даже если мы понимаем, что он неправильный. Как сказал один из моих клиентов, «моя работа — кошмарный сон, но я не могу не спать вовсе». Хотя этот человек ненавидел свою работу, он был привязан к своему социальному положению. Он предпочитал идти по жизни как сомнамбула, но не отдавать свою «священную корову» на закланье ради изучения неизвестных возможностей, связанных, разумеется, с риском. И хотя риск, связанный с переменами, зачастую велик, еще больший риск сопровождает тех, кто идет по жизни как во сне.

Если мы не отказываемся от своих ограничивающих представлений, нас могут постичь болезни или другие невзгоды. Один мой знакомый университетский профессор часто говорил, что он начнет жить полной жизнью, как только полностью внесет взносы в пенсионный фонд. К несчастью, он умер прежде, чем успел это сделать. Отсюда мораль: вы не всегда можете дождаться желаемого. Чтобы обрести свою подлинную судьбу, вы должны отказаться от ограничивающих представлений. Конечно, это проще сказать, чем сделать. Мне вспоминается старинная индийская притча о попугаях, живших в клетке во дворце султана. Старый попугай рассказывает молодым, рожденным в неволе попугаям о голубых небесах, о том, как вкусны плоды манго, когда их ешь прямо с дерева, и как это восхитительно — парить под облаками. Однажды смотритель случайно оставляет дверь клетки открытой, и старый попугай говорит: «Летите, друзья мои. Передайте от меня привет деревьям и небу». Один за другим все птицы покидают клетку — все, кроме старого попугая, который не был готов обменять безопасность на свободу.

Ограничивающие представления всегда являются догматическими. Например, в XVII веке итальянский астроном Галилей предстал перед инквизицией по обвинению в ереси только потому, что поддерживал теорию Коперника о том, что Земля вращается вокруг Солнца, а это противоречило тогдашнему учению церкви. Несчастный астроном встретил столь яростную критику со стороны деятелей, не имевших представления о своем правильном местоположении

во Вселенной, что на долгие годы был вынужден оставить исследование движения небесных тел. Тем не менее позже он ощутил внутреннюю необходимость вернуться к своему призванию и защищал свои взгляды перед самим Папой Римским.

Галилей принес в жертву «священную корову», в которой воплощалось ошибочное мнение о том, что Земля является центром Вселенной и Солнечной системы. Несмотря ни на что, он остался верен своей судьбе и сделал ряд научных открытий, изменивших ход развития науки. Во времена Галилея его идеи были сочтены ложными, но сегодня они приняты повсеместно, за исключением разве что аборигенных обществ, о которых мы так много говорим в этой книге. Во всем цивилизованном мире школьники изучают открытия Галилея.

Если вы хотите, подобно этому великому ученому, подняться к самым высоким вершинам, то должны действовать вопреки устаревшим и догматическим представлениям. Ваши друзья и близкие могут не верить в то, что вы должны поменять работу, семью или карьеру, которая, по их мнению, замечательно вам подходит, и они будут полагать, что вы просто не в себе. Но нужно помнить, что для реализации вашего призвания значение имеет мнение только одного человека — ваше собственное мнение.

ЗОВ СУДЬБЫ

Возможен и такой вариант, когда вас призывают к судьбе, которую вы предпочли бы не иметь. Вы испытываете соблазн сказать: «Я к этому еще не готов — давайте отложим до другого раза. В общем, мне неплохо и так». Но имейте в виду: если вы не отвечаете на зов судьбы, на вас может обрушиться гнев Небес.

Например, в библейской истории об Ионе и ките Бог призывает мелкого лавочника и говорит ему: «Я хочу, чтобы ты пошел в Ниневию». Иона скромно отвечает Богу: «Нет, я предпочитаю жить простой жизнью. Я хочу оставаться лавочником и оставаться со своей многочисленной семьей». Он игнорирует свое призвание, садится на корабль и отправляется в направлении, противоположном Ниневии. Начинается сильный шторм, и моряки догадываются, что кто-то из них в очередной раз прогневил Бога. Раскаявшись, Иона признается, что именно он вызвал гнев Всевышнего. Чтобы спастись, добрые люди, плывущие на корабле, бросают Иону за борт, и его тут же проглатывает кит, который относит его в своем чреве к побережью Ниневии.

В чреве кита Иона внезапно осознает, что призван нести людям слово Божье. Когда у побережья Ниневии кит извергает из своего чрева раскаявшегося лавочника, Иона отправляется проповедовать, но ему приходится пройти через многочисленные невзгоды, прежде чем принять свое призвание. История Ионы учит нас тому, что нам следует принять свое призвание сразу и без пререканий. Если мы не сделаем этого по своей воле, судьба приведет нас к этому так или иначе.

Зов судьбы — не от мира сего. Возможно, вы будете удивлены, когда узнаете, что его даже отдаленно нельзя сравнить с выбором между блюдом из цыпленка или рыбы в ресторане. Зов судьбы — это сила, лежащая абсолютно вне нашего контроля. Но и тогда у нас есть выбор. Мы можем ответить на зов судьбы сразу или дождаться, пока болезнь или другие проблемы личной жизни не заставят нас оставить свою прежнюю жизнь и покориться судьбе, к которой мы призваны.

В течение многих лет я пытался избежать своего подлинного призвания. Но всякий раз, когда я говорил себе: «Я хочу иметь обычную судьбу и обычную работу», обстоятельства вынуждали меня вернуться к занятиям целительством и обучению людей целительным

практикам. Я заболел, терял работу или случалось еще что-нибудь из того, что заставляло меня вновь возвратиться к своему призванию. Я понял, насколько справедлива старая поговорка «Если хочешь увидеть, как Бог посмеется над тобой, объяви о своих планах».

Принятие моего призвания было всегда связано для меня с трудностями — на своем пути я должен был преодолеть много страхов и препятствий. Например, после выхода в свет моей первой книги «Сферы исцеления» («The Realms of Healing») комитет по этике Американской ассоциации психологов обвинил меня и моего соавтора в распространении суеверий. Многие из моих коллег полагали, что я зря трачу время, изучая нетрадиционные целительные практики, и даже моя мать настойчиво интересовалась, когда я перестану бездельничать и пойду работать, как все ответственные люди. Но в конечном итоге эти мнения значили для меня немного — мне пришлось прислушаться к *своему* призванию.

Как вы понимаете, нам не всегда дано услышать зов судьбы так, как мы этого ожидаем. Например, президент Франклин Делано Рузвельт вырос в привилегированной семье, и его жизнь была безоблачной и успешной до того момента, когда в тридцать девять лет его поразил полиомиелит. Только после этого он реализовал свою судьбу и стал одним из величайших деятелей на мировой сцене. Он был не только одним из наиболее ярких американских президентов, переизбиравшихся несколько раз, но и способствовал исследованиям, направленным на разработку средства против полиомиелита, которое в итоге положило конец распространению этого заболевания. Рузвельт не уступил убеждению, связывавшему болезнь с бессилием. Напротив, он обрел исцеление, существенно превосходившее по значимости простое преодоление болезни. Рузвельт обратил свою болезнь в исцеляющий поход во благо других людей, в ходе которого сам преобразился — из наследника привилегий он стал человеком судьбы.

Существует много историй, повествующих о людях, преодолевших невероятные препятствия или обративших проблемы в возможности. Возьмите, например, Хелен Келлер. Она родилась слепой и глухой, однако научилась читать и общаться, а впоследствии стала первой слепоглухонемой студенткой, окончившей университет. А затем она отправилась в поездку по стране, вдохновляя миллионы глухих людей учиться говорить, — и это в то время, когда их считали умственно отсталыми.

Пример великих людей показывает нам, что мы можем отдать на заклание своих «священных коров», чтобы изменить жизненный путь, превратив свою жизнь из борьбы за существование в блистательную судьбу. Но можете ли вы сказать, что является *вашей* судьбой? Ваша судьба — смириться с ограничениями, или вы готовы изменить мир? Задача целителя состоит в том, чтобы разрушать ограничивающие убеждения, обращая их в источники силы и вдохновения. Когда вы приносите в жертву своих «священных коров», вас уже ничто не остановит в реализации лучшей судьбы. Болезни не мешают вам служить людям, а обязанность воспитывать ребенка не воспрепятствует стремлению стать писательницей. И всякий раз вы будете говорить жизни только «да».

Упражнение

ВЫЯВЛЕНИЕ «СВЯЩЕННЫХ КОРОВ»

Это упражнение поможет вам выявить некоторые из ваших ограничивающих представлений и избавиться от них, чтобы они не мешали вам реализовать свою судьбу. Вы рассмотрите четыре нити, вплетенные в структуру вашего импульсного туннеля: любовные

отношения, силу, деньги и карьеру, здоровье. Допишите предложения соответственно каждой нити. Когда я _____, тогда смогу _____
_____ Постарайтесь ответить честно и внятно.

Ниже приводятся несколько примеров возможных ответов.

• *Любовные отношения*

Когда я найду спутника жизни, тогда я смогу:

- стать счастливой;
- обрести удовлетворение;
- «избавиться от одиночества;
- почувствовать, что я любима.

• *Сила (психологическая и эмоциональная)*

Когда я избавлюсь от негативного отношения к своей матери, тогда смогу:

- нормально относиться к своей дочери; » лучше понимать себя как женщину;
- обрести уверенность;
- быть открытой к появлению нового мужчины в моей жизни.

• *Деньги и карьера*

Когда я найду подходящую работу, тогда я смогу:

- научиться медитировать и заниматься медитацией каждый день;
- стать более спокойной и довольной собой;
- путешествовать;
- научиться хорошо готовить.

• *Здоровье*

Когда я исцелюсь от хронической усталости, тогда смогу:

- регулярно заниматься физическими упражнениями;
- научиться готовить полезные блюда;
- справиться со своими несчастьями;
- стать активной и физически развитой.

•

Перечитайте свои ответы. В первый пробел вы внесли свою «священную корову» — ограничивающее убеждение, мешающее вам продвинуться в жизни, а второй пробел содержит цель путешествия, в которое вы должны отправиться независимо от того, будет ли выполнено требование, указанное в первом пробеле.

Несмотря на кажущуюся простоту, это упражнение позволяет весьма эффективно выявить ваши ограничивающие представления. Поскольку каждый из нас имеет целое стадо «священных коров», его нужно выполнять часто, каждый раз выявляя ваши глубоко скрытые убеждения. Если делать это упражнение без жалости к своему эго, оно откроет вам путь к своей судьбе.

А теперь, когда вы познакомились со своими «священными коровами» и готовы привести их на заклание, можете отправиться в Верхний мир и познакомиться со своими Небесными Родителями.

ГЛАВА 11

ПУТЕШЕСТВИЕ С ЦЕЛЬЮ ОБРЕТЕНИЯ СУДЬБЫ

Путешественники бывают двух типов: одни имеют карту, а другие нет. В юности я

относился к числу последних. Однажды, отойдя на расстояние часа ходьбы от лагеря, я сбился с тропы и через два дня, так и не найдя ее, продолжал утешать себя: «Яне потерялся. Потерянность — это только состояние сознания. Я просто не знаю, где нахожусь».

На третий день мне пришлось признаться себе в том, что я потерялся. Затем я вышел к небольшому ручью. И хотя ручей был очень маленьким, я знал, что он должен вести к речке, которая, в свою очередь, впадает в Амазонку. Два дня я шел по песчаному дну ручья, пока не вышел к большой реке. Затем два индейца довели меня до ближайшего порта на моторизованном каноэ. По пути они вежливо поинтересовались, не заблудился ли я.

«Нет, — честно сказал я. — Я просто ищу себя». Они улыбнулись и больше не проронили ни слова.

Существуют люди, которые ходят по картам, но есть также те, кто эти карты составляет.

Из дневника Альберто

Судьба привела Иону к побережью Ниневии, несмотря на то что он всячески пытался этого избежать. У нас также есть возможность выбора — вы можете дожидаться, когда вас проглотит кит, или выбрать более короткий путь. Иона ничем не отличался от людей, которые делают сразу несколько дел, когда ведут автомобиль, — говорят по мобильному телефону, хватают за коленку девушку, сидящую рядом, курят и пьют кофе, чтобы не заснуть, — пока не попадают в аварию, в которой только чудом остаются живы. Жизнь останавливает их бег и переводит в другое место — на больничную койку или в дом инвалидов, — подобно тому, как Иона был высажен на побережье Ниневии. После несчастного случая они полностью меняются и наконец начинают задумываться о смысле жизни.

Книги, посвященные опытам переживания состояний, близких к смерти, полны такими историями. Люди рассказывают о том, какие невероятные изменения претерпевают они после таких происшествий. Многие рассказывают о путешествии через темный туннель перед тем, как выйти к свету. На выходе они встречают ангельских существ — их Небесных Родителей, которые направляют этих людей в пересмотре событий их жизни, приводя к пониманию ее цели и смысла.

Трансформационная сила прикосновения к смерти является одной из самых популярных тем книг и фильмов. Например, Чарлз Диккенс написал об Эбенизере Скрудже, который нашел путь к просветлению после того, как осознал свою смертность, а в фильме «Прекрасная жизнь», ставшем классикой кино, Джорджу Бейли, решившему покончить счеты с жизнью, ангел помогает вновь обрести смысл жизни, когда показывает, каким бы мог быть мир, если бы Джордж в нем не появился.

Но зачем ждать несчастного случая, печальных событий или последних мгновений вашей жизни, чтобы постичь смысл своего существования? Почему не осознать это сейчас, когда вы можете жить, обретая высокую цель? Ведь недаром говорят, что еще ни один человек, умирая, не пожалел о том, что проводил недостаточно много времени на работе. В конце жизни мы сожалеем об утраченной любви, о том, что мало времени проводили с детьми или об отсутствии смысла в нашей жизни. Мы сожалеем о том, что не следовали своему призванию в жизни.

Давайте же переживем это сейчас — прямо сейчас пройдем темным туннелем и выйдем к свету, где ангельские существа откроют нам смысл нашей жизни. Давайте не будем дожидаться

трагического события, которое *заставит* вас осознать смысл своей жизни. Давайте отправимся в Верхний мир, населенный нашими Небесными Родителями, и прикоснемся к свету уже сегодня.

ПУТЬ В ВЕРХНИЙ МИР

В современной психиатрии аналогом Верхнего мира является сверхсознание — сфера, превосходящая ограниченное ощущение эго, которым мы руководствуемся в своей повседневной жизни. Путешествуя в Верхний мир, мы вступаем в это коллективное сверхсознание, получая доступ к своей личной судьбе, а также к судьбе своей семьи, общины или того места на Земле, за которое вы несете ответственность, — будь то сад, ферма или городской квартал.

Во всех традиционных обществах и многих религиях существуют упоминания о Верхнем мире, и в каждом случае имеется свое описание этой сферы. Существуют христианские описания чистилища и рая, схематически определяющие уровни очищения, которые должен пройти человек, прежде чем войти в рай. В тибетском буддизме перечисляются уровни состояний *бардо*, в которых душа человека проходит искупление своих ошибок, затем, после продолжительных страданий и невзгод, возвращается к свету. Индейские шаманы говорят о многоуровневом ландшафте (во многом схожем с тибетскими верованиями), заселенном коллективными душами минералов, растений и животных, а также душами наших предков, и на каждом из этих пяти уровней существует свое отношение ко времени. Этим планом мы будем пользоваться в данной главе.

Как и многие религиозные деятели, шаманы верят в то, что после смерти вы отправляетесь на тот уровень Верхнего мира, который соответствует качеству прожитой вами жизни. Например, если вы умираете в неизлеченном состоянии, вам придется отправиться на более низкий уровень, где вы пройдете очищение и искупление ошибок. Если вы жили осознанно, то можете попасть на один из высоких уровней Верхнего мира, где нет ни времени, ни страданий, а только радость.

Существа, которых вы встретите в Верхнем мире, помогут вам найти сакральные контракты, которые вы заключили еще до своего рождения. Это замечательные соглашения, которые вы игнорировали или не смогли реализовать в вашей жизни, потому что вас сбила с курса эмоциональная травма, нездоровые амбиции или представления о том, как должен прожить свою жизнь успешный человек. В Верхнем мире вы получите возможность спросить своих Небесных Родителей о том, как применить эти сакральные контракты и как они помогут вам наиболее полно раскрыть свой уникальный потенциал.

Все прежние шаги, которые вы сделали по ходу этой книги, являлись подготовкой к этому путешествию. Вы использовали практику восстановления души для исцеления своего прошлого и возвращения благодати, вы исследовали свои линии времени, чтобы обнаружить разрушительные примеры поведения, которые удерживали вас в старом импульсном туннеле любовных отношений, силы, здоровья и карьеры, вы принесли в жертву своих «священных коров», чтобы освободиться от ограничивающих представлений. Эти целительные практики подготовили вас к путешествию в Верхний мир. Вы отправитесь туда в излеченном состоянии и сможете исследовать линии судьбы, лежащие вне пределов вашего импульсного туннеля.

ПЯТЬ УРОВНЕЙ ВЕРХНЕГО МИРА

Прежде чем начать, я хотел бы напомнить о том, что путешествие в духе требует

соответствующей подготовки. Подобно путешествиям в Нижний мир, вы и тут должны открыть священное пространство и выразить почтение привратнику, охраняющему вход в Верхний мир, мы вступаем в это коллективное сверхсознание, получая доступ к своей личной судьбе, а также к судьбе своей семьи, общины или того места на Земле, за которое вы несете ответственность, — будь то сад, ферма или городской квартал.

Во всех традиционных обществах и многих религиях существуют упоминания о Верхнем мире, и в каждом случае имеется свое описание этой сферы. Существуют христианские описания чистилища и рая, схематически определяющие уровни очищения, которые должен пройти человек, прежде чем войти в рай. В тибетском буддизме перечисляются уровни состояний *бардо*, в которых душа человека проходит искупление своих ошибок, затем, после продолжительных страданий и невзгод, возвращается к свету. Индейские шаманы говорят о многоуровневом ландшафте (во многом схожем с тибетскими верованиями), заселенном коллективными душами минералов, растений и животных, а также душами наших предков, и на каждом из этих пяти уровней существует свое отношение ко времени. Этим планом мы будем пользоваться в данной главе.

Как и многие религиозные деятели, шаманы верят в то, что после смерти вы отправляетесь на тот уровень Верхнего мира, который соответствует качеству прожитой вами жизни. Например, если вы умираете в неизлеченном состоянии, вам придется отправиться на более низкий уровень, где вы пройдете очищение и искупление ошибок. Если вы жили осознанно, то можете попасть на один из высоких уровней Верхнего мира, где нет ни времени, ни страданий, а только радость.

Существа, которых вы встретите в Верхнем мире, помогут вам найти сакральные контракты, которые вы

заключили еще до своего рождения. Это замечательные соглашения, которые вы игнорировали или не смогли реализовать в вашей жизни, потому что вас сбивала с курса эмоциональная травма, нездоровые амбиции или представления о том, как должен прожить свою жизнь успешный человек. В Верхнем мире вы получите возможность спросить своих Небесных Родителей о том, как применить эти сакральные контракты и как они помогут вам наиболее полно раскрыть свой уникальный потенциал.

Все прежние шаги, которые вы сделали по ходу этой книги, являлись подготовкой к этому путешествию. Вы использовали практику восстановления души для исцеления своего прошлого и возвращения благодати, вы исследовали свои линии времени, чтобы обнаружить разрушительные примеры поведения, которые удерживали вас в старом импульсном туннеле любовных отношений, силы, здоровья и карьеры, вы принесли в жертву своих «священных коров», чтобы освободиться от ограничивающих представлений. Эти целительные практики подготовили вас к путешествию в Верхний мир. Вы отправитесь туда в исцеленном состоянии и сможете исследовать линии судьбы, лежащие вне пределов вашего импульсного туннеля.

ПЯТЬ УРОВНЕЙ ВЕРХНЕГО МИРА

Прежде чем начать, я хотел бы напомнить о том, что путешествие в духе требует соответствующей подготовки. Подобно путешествиям в Нижний мир, вы и тут должны открыть священное пространство и выразить почтение привратнику, охраняющему вход в Верхний мир, но и здесь продолжаете страдать, искупая ошибки своей прошлой жизни. На этом уровне все еще существуют время и причинно-следственные связи.

Здесь многие ручьи ваших прежних жизней сливаются в единый поток вашего последнего

существования. Вы не только подводите итоги событий недавнего прошлого, но и рассматриваете опыт всех своих прежних жизней. Вы встретите существ, которые узнают вас по прошлым жизням, и вы тоже узнаете их. Как во сне, перед вами проходят люди из вашего отдаленного прошлого и ваших прошлых жизней. Эти люди будут искать прощения или отмщения. Вы сможете общаться с ними, но так же, как во сне, сцены будут меняться очень быстро, и вам потребуется немало времени, чтобы разрешить конфликты.

Легенды говорят, что вы не сможете покинуть второй уровень до тех пор, пока не примете на себя ответственность за жизнь любого растения, за цветы и леса. Это царство растительных людей, и хотя в нем продолжается очищение вашей души, вы встречаете здесь жизнь, солнечный свет и обилие растений. Это зеленый мир, в котором обитают духи растений. Согласно мифологии индейцев хопи, отсюда пришли растения, когда на Земле появился свет.

Шаманы отправляются в это место, чтобы узнать, какие травы и растения лучше использовать для исцеления больного человека. Фармакология впервые зародилась в традиционных обществах в результате обращения к этому миру, а вовсе не как итог многочисленных проб и ошибок.

В аборигенных обществах целитель не опробует тысячи средств, чтобы определить, какое из них поможет при желудочной боли или ране от стрелы. В наши дни, когда этноботаник спрашивает индейцев, обитающих в джунглях, какие растения они используют, в каких целях и в каких комбинациях, шаманы отвечают просто: «Нам обо всем говорят духи растений».

Третий уровень МИР ДУХОВ ЖИВОТНЫХ

Третий уровень Верхнего мира — это мир духов животных, где по сей день пребывают духи всех животных, обитавших на Земле с первого дня. В этом мире вы встретите дух лося, орла, ворона, лосося и ягуара. Здесь же обитают духи вымерших животных, таких как саблезубый тигр, мастодонт и доисторический кит. Подобно тому как на втором уровне вы можете получить дары растений, в мире духов животных вы можете открыть их тайны.

Хотя это относительно высокий уровень, его нельзя назвать домом для человека. Индивидуумы здесь не дифференцированы, человек живет в полном единении с природой, он поглощен ею. Это происходит потому, что животные имеют коллективные души. В отличие от них, у людей души индивидуальные. Здесь нет самосознания, нет отделенности от того, что вас окружает. Вы поглощены коллективом, лишены своего «я», своей «личности». Время в этом мире обладает текучестью, хотя и здесь существует разделение на прошлое и будущее.

В этом мире души людей проходят заключительную стадию очищения. От них требуется только одно — пробудиться и осознать, что все это время они пребывали во сне. Легенды говорят, что вы не можете покинуть этот уровень до тех пор, пока не станете осознанно участвовать в эволюции *всего* живого.

На всех трех первых уровнях вы можете встречать духи предков, но не сможете контактировать с ними. Возможно, вы встретите своего дедушку или старого друга, но они не смогут вам ответить. Здесь вы не сможете общаться с ушедшими из жизни родственниками и друзьями, потому что они целиком заняты искуплением своих ошибок и не имеют никакой связи с миром живых. Они не услышат вас, и вы не сможете им помочь. Они могут ощутить вашу любовь и сострадание, но не смогут воспринять вас в том виде, в котором вы придете. Несмотря на то что существуют целители, которые за определенную плату готовы помочь этим существам, эти души должны самостоятельно пройти процесс искупления и получить прощение. Только после этого они смогут обрести благодать и присоединиться к людям на

четвертом уровне Верхнего мира.

Четвертый уровень МИР ПРЕДКОВ

На четвертом уровне обитают души наших предков, и вы сможете вступить с ними в беседу, так как они завершили процесс искупления. Этот мир заполнен людьми, местами и вещами, которые являются отражением нашего Среднего мира. Здесь вы встретитесь со своими родными и друзьями, которые завершили возвращение домой. (Это отчасти напоминает эпизод «Божественной комедии», где в путешествии по раю Данте сопровождала Беатриче, красивая девушка, жившая рядом с ним во Флоренции и послужившая восхождению поэта к благодетию.)

До этого момента вы были заняты только тем, что исцеляли свое прошлое. Вы остаетесь в своем физическом теле, которое помогает вам избежать долгого и трудного путешествия по нижним уровням Верхнего мира. Этот этап является подготовкой к встрече с вашими Небесными Родителями, которые помогут вам избрать семью для следующего рождения, а также обстоятельства и место вашего следующего рождения и жизненные опыты, через которые вы пройдете в своем следующем воплощении. Ваша душа испытывает настолько сильное притяжение к семье, в которой она хочет родиться, что даже сводит вместе влюбленных на одну романтическую ночь, чтобы появиться на свет у этих родителей.

Ваши Небесные Родители напомнят вам о цели вашей жизни и расскажут об условиях первоначального контракта с Духом. Хотя мы называем этих высших существ «родителями», нашими биологическими предками они не являются. Эти благожелательные архетипы не несут того психологического и генетического багажа, который передали вам ваши биологические родители. Они составляют ваше духовное, а не физическое родство. Они направляют вас без осуждения или ожиданий, приглашают в родной дом вашей души и помогают восстановить вашу первоначальную судьбу. Как писал Раймонд Муди, один из выдающихся исследователей состояний, близких к смерти, «угрызения совести вызываются не сияющими существами, способны мы принимать людей любыми, а рождаются в самом человеке».

Процесс пересмотра жизни происходит в присутствии ваших Небесных Родителей, и здесь вы выступаете в качестве обвиняемого, защитника, судьи и присяжных одновременно. Здесь вам придется отчитаться за то, насколько вы были верны условиям своего первоначального контракта души. Как вы использовали то, чему научились? Насколько успешно вам удавалось проявлять любовь и служить людям? Подобно тому как биологические родители выводят вас в этот мир, ваши Небесные Родители пригласят вас в следующий мир после вашей смерти.

На четвертом уровне мы обретаем покой и отдохновение. Здесь собираются души в перерывах между инкарнациями. И хотя вы прошли очищение и искупление, ваше следующее воплощение определяется всей историей вашей души. Время здесь практически не течет, но по-прежнему действуют причинно-следственные связи и карма. Минута в этом мире приравнивается к столетию на Земле. По легендам, вы не сможете подняться выше, если не примете на себя ответственность за создание всей Вселенной из мечты. (В следующей главе мы подробнее поговорим об этом.)

Пятый уровень МИР ВЫСШИХ СУЩЕСТВ

С четвертого уровня вы можете подняться на пятый, высший уровень Верхнего мира. Это уровень ангелов и архангелов, где обитают великие целители. Здесь же обитают души,

посвятившие себя служению человечеству, в том числе буддхисатвы буддизма и христианские святые. Здесь вы встречаете свое подлинное «я», которое никогда не покидало пределов вневременной сферы. С каждым из этапов вашей эволюции вы приближаетесь к своему подлинному «я», обладающему полным знанием о том, каким вы должны быть.

Хотя понятие «восхождение по космической лестнице» может показаться несколько странным, мы находим эту метафору во многих индейских культурах. Так, по мнению шаманов, эта лестница ведет к Сириусу, которую индейцы называют Собачьей звездой, а затем в Верхний мир. Эта метафора отражена в конструкции подземной *кива*, имеющей реальную лестницу, ведущую наверх, и практике восхождения на высокий горный утес, откуда шаман может видеть не только долину и поля, лежащие внизу, но и всю вашу жизнь. (В следующей главе вы узнаете об этом уровне больше.)

ПОСЕЩЕНИЕ ВЕРХНЕГО МИРА

Хотя эти пять уровней человек посещает после смерти, вы можете отправиться туда прямо сейчас — с помощью практики путешествия в духе.

Отправившись в Верхний мир прямо сейчас, вы сможете попросить своих Небесных Родителей напомнить вам о первоначальном контракте, чтобы вы могли жить по нему уже в этой жизни. Вы сможете восстановить это соглашение, а также при желании пересмотреть его. Вы можете попросить своих Небесных Родителей помочь вам осмыслить то, как вы относились к своему первоначальному контракту. Когда вы забываете об этом контракте, у вас постепенно формируется убежденность в

том, что вся жизнь заключается только в работе и препирательствах с автомехаником по поводу стука в моторе, когда тот работает вхолостую... Но и при этом вы смутно подозреваете, что эти вопросы не имеют никакого отношения к цели вашего появления в этом мире.

На пятом уровне ваша жизнь будет пересмотрена и Небесные Родители помогут вам найти решение своих проблем и вернуться к выполнению условий первоначального контракта. Этот процесс позволит вам осознать смысл своей оставшейся жизни.

Позвольте мне познакомить вас с тем, какое значение может иметь путешествие в духе, на примере моей жизни. Когда я отправился в Верхний мир, Небесные Родители привели меня на встречу с моим биологическим отцом, который скончался несколько лет назад. Я был рад увидеть, что он не страдает, а напротив — весел и наполнен светом. Он обнял меня, посмотрел мне в глаза и сказал: «Пока ты не поймешь, для чего ты рожден моим сыном, ты будешь жить моей жизнью».

Мой отец был добрым и хорошим человеком, но он работал так много, что упустил многие удовольствия в жизни. После этой встречи я три года исследовал психологию своей семьи и генетическую предрасположенность к заболеваниям. Однажды я познакомил с подробностями этого путешествия своего наставника, который сказал, что я сделал ошибку в пунктуации, когда переводил слова отца, — поставил запятую в неверном месте. На самом деле мой отец пытался сказать мне: «Пока ты не поймешь, для чего ты рожден, мой сын, ты будешь жить моей жизнью». И это понимание привело меня к изучению первоначального контракта, а также цели и значения моей жизни.

В Верхнем мире вы получите возможность повторно отозваться на зов своей судьбы. Подобно Парсифа-лю, который встречает старого отшельника в лесу, снимает с себя доспехи и второй раз находит Грааль, вы также сможете вспомнить, для чего рождены и что должны

совершить в этой жизни. Ваше призвание может быть связано с духовной или творческой деятельностью, со служением людям. Возможно, вы поймете, что должны быть поэтом, скульптором, целителем, экологом, спасающим природу и вымирающие виды животных, или просто сострадательным человеком, способным понять беды других людей.

Когда вы примете свой сакральный контракт, вам будут показаны возможности вашей судьбы — ее проблемы, чудеса, тайны и внутренняя сила. Если вы реализуете эту судьбу, какой бы она ни была, после смерти вы отправитесь в Верхний мир в исцеленном состоянии и вам не придется проходить страдания на нижних уровнях, где самым страшным грехом считается предательство в отношении первоначального контракта вашей души.

И помните: вы отправляетесь в это путешествие, чтобы открыть возможности, лежащие перед вашей душой в этой и следующей жизни. Вы отправляетесь в путь, чтобы осуществить радикальные перемены в своей жизни и достичь результата, который невозможен при небольших постепенных изменениях. Вы не сможете радикально изменить свою жизнь, если будете просто реагировать на текущие обстоятельства или надеяться на то, что будущее принесет вам решение всех проблем. Решения вашей души — это самый серьезный выбор, который вы не сможете сделать нигде, кроме пятого уровня Верхнего мира. В Верхнем мире вы сможете избрать свой вариант будущего — и всех следующих воплощений.

ЦЕНА ТРАНСФОРМАЦИИ

А теперь следует вспомнить о том, что все имеет свою цену, и ценой личностной трансформации будет пересмотр ваших приоритетов и фундаментальные перемены в вашей жизни. Например, если вы выбираете материальный успех, но при этом пренебрегаете эмоциональными и духовными связями с другими людьми, вам придется заплатить за это страданиями. И даже если в дальнейшем вы решите вести более духовную жизнь, вам придется прежде расплатиться по итогам вашей прежней жизни. Тем не менее выбор есть всегда. Есть он и при выборе вашей судьбы.

Вы можете получить большой дом, дорогой автомобиль и престижную работу в транснациональной корпорации, но за это вам придется заплатить свою цену. Или вы можете выбрать жизнь в любви и служении людям, но при этом не иметь роскошных вещей и условий существования, что, впрочем, вам не будет нужно, поскольку для вас будет важнее всего согласие с собственной душой. Шаманы называют это типом — деяние, исходящее из самого сердца, потому что все действия, совершаемые от души, в меньшей степени связывают вас с кармой и вам не придется за них расплачиваться впоследствии.

Это не значит, что вы не можете достичь материального успеха. Мы не смогли бы продать ни одной книги, если бы утверждали, что счастливая и осмысленная жизнь исключает погоню за материальным преуспеванием. Нет, мы просто хотим скромно заметить, что мирские достижения не могут быть единственной мерой вашего успеха, подобно тому как богатство не может быть единственной мерой вашего духовного развития. Следующая история иллюстрирует это утверждение:

Один монах жил у реки. Каждый день он ловил в реке рыбу, которую отдавал бедным. Себе он оставлял лишь одну рыбку голову, из которой вечером варил жидкий суп. Однажды один из его учеников сказал ему, что собирается отправиться к священной горе. Монах очень обрадовался и попросил ученика навестить старого мастера, живущего в тех краях, и попросить его о помощи. «Спроси его, почему моя духовная практика не развивается», — сказал он.

Ученик пустился в путь. Прибыв к подножию священной горы, он спросил у хозяина

постоялого двора: «Где живет старый мастер?» Тот ответил: «Он живет на вершине горы. Сады, которые ты видишь, принадлежат ему. Ему же принадлежат стада, пасущиеся на лугах. И поля, засеянные пшеницей и ячменем, также принадлежат ему». Ученик был поражен тем, что мастер, достигший совершенства в духовных практиках, имеет такое огромное богатство. На пути к вершине он остановился и заговорил с садовником, который подтвердил, что сад действительно принадлежит старому мастеру.

Достигнув вершины священной горы, ученик увидел великолепный замок. Он постучал в дверь. Ему открыла жена мастера. Она предложила ему такую богатую трапезу, которой он прежде никогда не видел, и сообщила, что ее муж прибудет позже.

На закате дня к замку подъехал старый мастер на колеснице, запряженной четверкой лошадей. На запятках колесницы стоял ливрейный лакей. Мастер поздоровался с учеником и поинтересовался судьбой своего знакомого монаха, когда -то учившегося у него. Ученик сказал: «Мой учитель просил меня обратиться к вам за помощью. Он хочет знать, почему приостановился процесс его духовного роста».

Мастер на мгновение закрыл глаза, потом вновь открыл их и изрек: «Э-э, любезный, дело в том, что он погряз в материальных заботах». Ученик был уверен, что старый мастер ошибается. Но тот сказал: «Пожалуйста, передай ему то, что я сказал». И мастер выпроводил ученика за дверь, пожелав ему счастливого пути.

По возвращении ученик нашел монаха-рыболова и сказал ему: «Я принес ответ твоего наставника, но мне кажется, что он ошибается. Он говорит, что твой духовный рост приостановился потому, что ты погряз в материальных заботах».

И на монаха мгновенно снизошло просветление. Он понял, что старый мастер прав. «Конечно! — вскричал он. — Как я сам не догадался?!»

Ученик был заинтригован. «Как же такое может быть? — спросил он. — Ведь ты отдаешь бедным все, что у тебя есть».

«В этом-то все дело, — сказал монах. — Вечером, когда я готовлю свой жалкий суп из одной рыбьей головы, я не могу думать ни о чем, кроме как о рыбе, которую я отдал бедным».

В отличие от монаха старый мастер не позволял своему богатству взять над ним верх и не считал, что собственность определяет ценность человека в жизни.

НИКОГДА НЕ ПОЗДНО

Судьба может прийти к вам в самых разных ситуациях — вы можете обрести свою судьбу даже на исходе жизни. В этом смысле интересен пример моей клиентки Анны. Она была дизайнером и художником. К несчастью* у нее была последняя стадия рака. Анна попала в хоспис, и врачи сказали, что осталось жить всего несколько дней. Тогда ее мать решила связаться со мной.

Когда я увидел Анну, ее кожа была желтой, поскольку печень уже почти не функционировала. Анна испытывала сильную боль и страх. Совместно мы отправились в Верхний мир, где нашли ее покойного деда и бабушку. Они взяли Анну за руки и уверили в том, что ей нечего бояться, и обещали помочь вернуться в духовный мир.

Потом она встретилась со своими Небесными Родителями, двумя сияющими существами, которые также рассеяли ее страхи. Анна узнала в одном из них своего духовного наставника Свами Муктананду, индийского мастера, умершего в 1982 году, у которого она училась. Он

объяснил ей, что ее работа еще не завершена. По возвращении из этого путешествия в духе Анна улыбалась и говорила, что больше не боится смерти.

По странному стечению обстоятельств ко мне вскоре попала трость, прежде принадлежавшая Свами Мук-тананде. На ней был вырезан глаз пера павлина, индийский символ благодати, который являлся для этого индийского учителя личным символом. Навещая Анну, я принес ей эту трость и пояснил, что она помогала великому учителю идти по этому миру, и она же поможет ей перейти в мир следующий. С этого дня Анна всегда держала эту трость при себе.

Через несколько дней кожа Анны стала приобретать все более нормальный цвет и ее перевели из хосписа домой. Неделю спустя она объявила, что ее боль уменьшилась, а силы понемногу возвращаются, но она все еще утомлена попытками исцелить членов своей семьи, которые собрались со всех концов страны, чтобы проводить ее в мир иной. Свои последние дни Анна посвятила примирению всей своей семьи.

Две недели спустя мне позвонила мать Анны и сказала, что видела двух бабочек-данаид, сидевших на кусте под окном Анны. «Они прилетели за ней», — сказала она. В тот вечер Анна мирно ушла из жизни.

Благодаря этой замечательной женщине я понял, что, пребывая в своем физическом теле, мы подчиняемся законам биологии. Другими словами, мы можем реализовать только ту линию судьбы, которая возможна в нашем мире. (Например, мы не можем найти для Анны новую печень.) Но, живя по законам Вселенной, мы очень многое можем изменить. Могут случаться всевозможные чудеса, но нужно понимать, что они происходят только с теми, кто ищет духовных даров в Верхнем мире.

Анна вернулась к своему первоначальному договору, который требовал, чтобы она исцелила отношения своих родных, а также смогла встретиться со своим учителем. Как я говорил прежде, когда мы находим первоначальный контракт своей души и организуем свою жизнь в соответствии с ним, все силы Вселенной приходят к нам на помощь. Так случилось с Анной. Она получила столько времени, сколько нужно было для выполнения ее миссии в этом мире, а затем мирно перешла в следующий.

РУКОВОДСТВО В ПУТЕШЕСТВИИ

Следующее упражнение позволит вам отправиться в Верхний мир, где вы встретитесь со своими Небесными Родителями и попросите их открыть для вас условия своего первоначального контракта. Во время этого первого путешествия задавайте им простые вопросы («Как мне служить людям?») или конкретные вопросы, касающиеся ваших дел или отношений. Избегайте общих вопросов, таких как: «Что мне сделать с оставшейся жизнью?» В дальнейшем, когда вы освоитесь в Верхнем мире, придет время и для более серьезных вопросов.

А сейчас ваша задача состоит в том, чтобы открыться своей судьбе, какой бы она ни была, и помните, что вы можете достичь лишь того, что возможно в нашей Вселенной. Это может удивить или даже шокировать вас, так как реальность зачастую более фантастична, чем вымысел. Все мы обладаем потенциальными возможностями, намного превосходящими наши самые смелые ожидания.

Перед тем как покинуть Верхний мир, вы можете призвать тотемное животное, которое выведет вас к реализации своей судьбы. Даже если оно будет выполнять те же функции, что и животное, которое вы получили в Нижнем мире, животное Верхнего мира почти всегда

обладает крыльями. Это может быть ястреб, голубь или орел. Оно научит вас смотреть на жизнь с высоты птичьего полета.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ В ВЕРХНИЙ МИР

Приготовьтесь к путешествию в духе, открыв священное пространство. Выполните упражнение «Маленькая смерть», а затем мысленно сформулируйте свое намерение отправиться в Верхний мир на встречу со своими Небесными Родителями.

Вообразите огромное дерево, которое стоит перед вами. Корни его уходят глубоко в землю, а ветви поднимаются высоко в небеса. Ваше световое тело должно войти в ствол дерева. Ощутите, как вас обнимает кора дерева, как сквозь вас текут древесные соки, уходя от корней к ветвям. Пусть эти соки унесут вас к самым верхним ветвям, поднимающимся выше облаков.

Оглянитесь вокруг. Вы стоите на твердом облаке, по которому можете спокойно ходить. Призовите привратника: «Властелин будущего, тот, кто управляет движением звезд, позволь мне войти в твои владения». Смотрите, как привратник приближается к вам и приветствует вас. Взгляните ему в глаза и сообщите о цели своего визита.

Попросите привратника привести вас к вашим Небесным Родителям. Смотрите, как к вам приближаются два дальних огня. Поздоровайтесь с ними. Это ваши Небесные Родители, сияющие существа из света, архетипы, не знающие времени и не имеющие формы. Ощутите, как они приветствуют вас, говоря: «Добро пожаловать домой, мой маленький. Все будет хорошо».

Спросите этих существ: «Кто вы?» и «Вы мои Небесные Родители?»

Общаясь с этими существами, обратите внимание на то, что вам удастся понимать мысли друг друга. Между вами нет разделения. Они мгновенно воспринимают все ваши мысли, и наоборот.

Попросите этих существ напомнить вам об условиях вашего первоначального сакрального контракта, который вы подписали до своего прихода в мир людей.

Спросите, почему вы выбрали тех родителей, которые достались вам в этой жизни, место и обстоятельства рождения. Попросите их напомнить вам об условиях соглашения, заключенного вами с Духом еще до вашего рождения. Для чего вы пришли в мир людей? Что вы должны пережить, узнать, кому и чему служить? Как вам возобновить этот договор?

Разобравшись со своим сакральным контрактом, проследуйте за светящимися существами вверх по лестнице, уходящей в облака. Смотрите, как вершина лестницы поднимается выше неба, и пройдите в пятый мир — место, откуда вы родом. Оглянитесь вокруг: вы увидите алмазные города, хрустальные поселки, незагрязненную землю и чистые реки. Попросите, чтобы вам показали линию судьбы, которая приведет вас к самому высокому добру, где вы сможете эффективнее всего служить всему живому. Ответ может прийти к вам в виде ощущения, образа или слов. Но главное — вы должны принять его всем своим сердцем и душой.

Приняв свою высокую судьбу, спросите, каким должен быть ваш новый сакральный контракт. Включает ли он ваши глубокие желания и стремления? Спросите у своих Небесных Родителей, что вы должны пережить, чему научиться, кого полюбить. Помните, что вы можете участвовать в обсуждении условий своего нового контракта.

А теперь спуститесь по лестнице вновь в четвертый мир. Если хотите, можете по

пути посетить своих предков и убедиться, что с ними все в порядке. Закончив, поблагодарите своих Небесных Родителей, которые будут с нетерпением ждать, когда вы закончите свой бременный путь и вернетесь в Небесный Дом после смерти. Поблагодарите их за помощь в возобновлении действия вашего сакрального контракта, а также за обретенную судьбу.

Покидая Верхний мир, поблагодарите привратника и позовите с собой свое крылатое тотемное животное. Почувствуйте, как заботливо оно осеняет вас своими крылами. Знайте, что оно будет направлять и охранять вас.

Вместе с крылатым животным спуститесь с облаков на верхние ветви деревьев. Спуститесь по ветвям, замечая, как они становятся все толще. Пусть древесный сок перенесет вас вниз по массивному стволу дерева. Рядом с вами парит ваше крылатое животное, сопровождающее вас. Покиньте ствол дерева и вернитесь обратно в свою комнату и свое тело.

Почувствуйте, как тотемное животное порхает вокруг вас. Взгляните ему в глаза. Какого они цвета? Протяните к нему руки и энергичным движением внедрите это животное в свою седьмую чакру. Ощутите, как оно расправляет свои крылья в вашем сердце.

Вернитесь в свой мир, принеся с собой все, что получили в Верхнем мире, помня о том, кто вы, откуда пришли и что должны пережить здесь. Сохраните это знание в своем сердце. Сделайте глубокий вдох, откройте глаза и закройте священное пространство.

Упражнение

ПИСЬМЕННЫЙ ДИАЛОГ С НЕБЕСНЫМИ РОДИТЕЛЯМИ

После своего путешествия используйте письменный диалог, чтобы вступить в общение со своими Небесными Родителями и изучить дары, которые несет крылатое животное. Это упражнение нужно выполнять так же, как выделали это прежде, когда путешествовали в Нижнем мире. Задача состоит в том, чтобы включиться в диалог с архетипическими существами и овладеть энергией, которую они несут. Расспрашивайте их и учитесь у них.

Начните с создания священного пространства. Справившись с этим, разделите чистую страницу вертикальной линией. С одной стороны составьте список вопросов, с другой стороны запишите ответы, которые дадут вам ваши Небесные Родители или крылатое животное. Начните с простых вопросов, потом перейдите к полноценному диалогу. Закончив, закройте священное пространство.

Повторяйте это упражнение столько, сколько сочтете необходимым. Предпочтительно не смешивать общение с Небесными Родителями и крылатым животным в одном упражнении, так как их голоса могут перекрывать друг друга. Начните общение с диалога со своими Небесными Родителями. Задайте им такие вопросы: «Зачем я пришел в этот мир?», «Какие уроки я мог бы извлечь из любви, чтобы мне больше не пришлось учиться на своих страданиях?», «Какие уроки мне еще предстоит извлечь?» и «Какие дарования должен я реализовать?».

Закончив общение с родителями, повторите это упражнение со своим крылатым животным.

Во время диалога со своими Небесными Родителями помните, что принятие вами своей судьбы еще не означает, что вы понимаете все с ней связанное. Исцеление предшествует пониманию. Ваше сознание включается только после того, как ваше сердце и тело приняли новое знание.

Но даже если вы пока не вполне понимаете, что несет вам ваша новая судьба, вы сможете найти это знание в своем сердце, и оно приведет вас к реализации своей судьбы.

Это путешествие одарит вас глубоким знанием. Независимо от того, осознаете вы это или нет, но ваша высокая судьба будет включена в линию времени вашего будущего. Сбылась ваша мечта: вам больше не придется прикладывать никаких усилий. Все, что вы должны отныне делать, — это просто идти к своей судьбе. Вам больше не придется принимать решение, разрываться между альтернативами и мучительно искать лучший вариант. Вашим существованием будет руководить вы

бор, сделанный в Верхнем мире. Он станет частью вашей души. Ваша душа будет знать и помнить об этом выборе, что поможет вам держаться нового пути.

Упражнение

ВОЗВЕДЕНИЕ АЛТАРЯ

В традиционных обществах после нескольких путешествий и встреч с предками принято возводить в их честь алтарь.

Антропологи часто говорят о культе предков, но в данном случае речь пойдет немного о другом. Построение алтаря является способом почитания предков и сохранения памяти о них. Это также позволяет примириться с ними.

Вы возводите алтарь в честь предков для того, чтобы было место, в котором вы могли бы общаться с их душами. Вы ведь не хотите, чтобы души предков преследовали вас в самых неподходящих местах?

Одна из моих клиенток, родственник которой погиб в автомобильной катастрофе, рассказывала, что его душа поселилась в ее машине. Куда бы она ни ехала, она всегда ощущала незримое присутствие погибшего родственника на заднем сиденье. После того как она построила алтарь, умерший родственник обрел мир и покой.

Чтобы возвести алтарь для почитания предков, поставьте на полку фотографии предков, вернувшихся к Духу. Если хотите, постелите под них красивую салфетку. Перед фотографией предка зажигайте свечу в годовщину его смерти и помните, что ваши предки продолжают жить, хотя они больше не с вами. В другое время вы можете зажигать ароматические палочки или читать молитву, прося предков защитить ваш дом и принести в него мир.

В следующей главе вы узнаете, как очистить импульсный туннель от кармы, перешедшей из прошлых жизней. Вы сможете своим прошлым жизням, которые до сих пор существуют во вневременном настоящем, перейти на пятый уровень мира и чистого сознания. Тем самым вы освободитесь от кармы прошлых жизней.

ГЛАВА 12

СОЗДАНИЕ НОВОГО ТЕЛА

«Как ты применяешь законы квантовой механики в своей обычной жизни?— спрашивал меня наставник, амазонский шаман, не умевший ни читать, ни писать. — Может ли квантовая теория научить тебя тому, как ходить по земле или менять погоду?»

Секрет в том, как овладеть невидимым и временем. Но важен даже не сам секрет, а умение его хранить. Или то, как вы его храните. Знание этого секрета можно сравнить со знанием будущего.

Но кто, кроме тех людей, которые понимают, что время возвращается, подобно колесу, способен узнать будущее и не нарушить его баланс?

Если ваша вера в реальность основана на представлении о том, что время движется только в одном направлении, то самое основание вашей веры будет разрушено переживанием будущего. Это не заботит шамана, потому что он не нуждается в вере, руководствуясь исключительно опытом. Тем не менее требуется большое мастерство, чтобы узнать будущее и не позволить этому знанию извратить ваши действия или намерения.

Из дневника Альберто

Луи Пастер, французский ученый, который создал теорию бактериологии, считал, что причина всех болезней состоит во вторжении микробов в организм человека. Пастер полагал, что микробы, проникая через защитный барьер кожи (или слизистой оболочки) в верхнечелюстные пазухи или легкие, заражают организм.

Однако современник Пастера, Антуан Бишоп, был не согласен с этой теорией.

Бишоп предположил, что бактерии существуют и существовали везде и всегда, а склонность человека к заболеваниям определяется состоянием внутренней среды его организма — тем, что в дальнейшем получило название иммунной системы. Он заметил, что мухи слетаются на гниль потому, что находят в ней источник питания, сами же эти насекомые вовсе не являются причиной гниения — до тех пор, пока продукт не загниет, они на него не садятся. Ситуация с организмом человека, предположил Бишоп, аналогична: должны быть внутренние условия, позволяющие микробам размножаться в организме человека и вызывать заболевание.

Таким образом, Бишоп можно по праву считать отцом современной натуропатической медицины, которая стремится укрепить иммунную систему и таким образом повысить сопротивляемость организма заболеваниям независимо от внешних условий.

К концу своей жизни Пастер изменил свое мнение и согласился с тем, что причиной заболевания действительно являются изменения, происходящие во внутренней среде человеческого организма.

Однако, несмотря на это, теория пастеровской бактериологии по сей день остается главенствующей. Она привела к широчайшему использованию процесса пастеризации, то есть к уничтожению бактерий в продуктах питания (например, вы пьете исключительно пастеризованное молоко), а также к изобретению антибиотиков, призванных атаковать и уничтожать бактерии, проникающие в организм. Но оказалось, что антибиотики обладают способностью вызывать развитие резистентных штаммов бактерий, для уничтожения которых приходится изобретать все более мощные лекарства.

Когда антибиотики были впервые введены в практику в 1940-е годы, лечению ими поддавались 100 процентов стафилококков. В настоящее время 26 процентов всех стафилококковых инфекций резистентны к любым видам антибиотиков. В Америке инфекционные заболевания, вызванные стафилококками, стали одной из ведущих причин смерти.

Производя все более сильные антибиотики, мы создаем все более сильные виды бактерий. Нет сомнений в том, что мы должны создавать новые мощные антибиотики, но на настоящий момент бактерии опережают усилия человека.

Мы истощаем свой арсенал антибиотиков, что приближает нас к концу существующей антибактериальной медицины.

МАТРИЦА ИСЦЕЛЕНИЯ

В отличие от современной медицины и того значения, которое она уделяет уничтожению микробов и раковых клеток, существует древнее направление целительства, утверждающее, что ваше здоровье определяется правильными отношениями с природой. Для шамана нет различия между тем, кто вас убивает — микроб или ягуар. Это мы называем одно болезнью, а второе несчастным случаем. Шаман же в обоих случаях видит одну проблему, вызванную нарушением гармоничных отношений с природой. Чтобы процветать, мы должны находиться в хороших отношениях как с микробами, так и с ягуарами, чтобы ни одна из этих сторон не сделала нас своей добычей.

Таким образом, нельзя утверждать, что мы находимся под постоянной осадой, как утверждают сторонники Пастера, но нельзя также считать себя неуязвимыми даже в случае сильной иммунной системы, на которую ссылаются последователи Бишопа. Мы подставляем себя под удар хищников только тогда, когда наши отношения с природой выходят из равновесия.

Шаманы называют этот баланс *суш'*, что значит «правильные отношения». Когда вы обладаете *ayni*, вам удастся мирно сосуществовать с микробами и ягуарами, не становясь частью их цепи питания. Это положение уходит корнями в мифологию американских индейцев, согласно которой Вселенная добра и всегда поможет человеку, если тот поставит себя в правильную позицию по отношению к ней. Наша же мифология утверждает, что мы живем в хищнической Вселенной, где существует независимый принцип зла, от которого мы должны оберегать себя с помощью святой воды, амулетов, молитв и прививок. Для шамана зло существует, но только в сердцах людей. Мир хорош и добр, и хищнический принцип проявляется во Вселенной только в тех случаях, когда в нас нарушается баланс *ayni*.

Когда мы заболеваем, то нам следует прежде всего восстановить баланс *ayni*. Иначе ни целебные травы, ни другие лекарственные средства не принесут пользы. Однако отчуждение от природы стало характерным признаком современной цивилизации: мы отравили окружающую среду, вырубали леса и загрязнили реки, мы ведем непрекращающуюся войну с микробами и с людьми, мы истребили многочисленные виды живых существ, разрушили природную среду обитания, чтобы построить торговые центры. Другими словами, мы ведем себя как паразиты.

Наше поведение является формой матрицида — чудовищного акта убийства матери ее ребенком. Мы убиваем природу, породившую нас. Чтобы защититься, Земля начинает избавляться от нас: запасы воды истощаются, постоянно возникают эпидемии новых заболеваний. Земля начинает реагировать на нас как на нежелательную форму жизни. Мы становимся блохой на хвосте собаки, бактерией, которая должна быть уничтожена иммунной системой планеты.

И это происходит в то время, когда ученым представляется, что медицина поднята на необычайно высокий уровень нашими открытиями секретов жизни. Когда Ватсон и Крик расшифровали код ДНК, мы поспешно обратились в новую научную веру, и антибактериальная медицина была дополнена генетикой. Сейчас мы со всей уверенностью полагаем, что факторы риска, которые мы наследуем от своих родителей и предков с генами, определяют продолжительность и качество нашей жизни, болезни и успешность их исцеления, а также то, как будет развиваться процесс старения. Мы изобрели тесты, позволяющие уже в первые дни жизни предсказать наследуемый генетический риск, и мы спешим найти средства против

генетических заболеваний. Генетические маркеры, нанотехнология и другие инструменты биотехнологии обещают нам более продолжительную и здоровую жизнь.

Но биотехнология всего лишь ищет способы устранения или корректирования известных проблем на более глубоком, молекулярном уровне. Мы просто ведем атаку на болезнь с большими мастерством и точностью, в то время как нам следует искать гармонии с природой — внутренней и внешней гармонии.

Я, в отличие от традиционных биологов, говорю своим ученикам, что эволюция происходит в рамках одного поколения. Генетика утверждает, что мы являемся носителями своих генов, которые передаем следующему поколению. И мы можем надеяться лишь на то, чтобы научиться как можно лучше справляться с унаследованными генетическими дефектами.

Однако шаманы полагают, что матрицей, определяющей структуру человеческого существа, являются не гены, а световое энергетическое поле, обволакивающее и организующее наше физическое тело. Это энергетическое поле существовало с начала времен, и оно будет существовать вечно, переводя наше тело из одной жизни в другую. Оно определяет форму нашего тела, предопределяет то, с какими людьми мы будем встречаться, работать и создавать семьи, а также все кризисы и возможности, которые мы будем встречать в своей жизни. Другими словами, это поле задает то, что мы называем «душой».

Индийские и тибетские мистики, которые уже несколько тысяч лет назад говорили о существовании светового энергетического поля, описывают его как «ауру» или «нимб», окружающий физическое тело. На Востоке Будда изображается в окружении голубых или золотых пучков света. Иисус Христос и святые изображаются с нимбами вокруг головы. Но эти световые поля не являются единственно прерогативой Будды и Христа. Их также нельзя считать художественной метафорой «внутреннего света» или «просветления», поскольку они изображают реальное сияние, исходящее от человека. К сожалению, у большинства из нас это сияние затемняется страданиями и перенесенными в прошлом эмоциональными травмами, но когда мы исцеляем свое световое энергетическое поле с помощью практики восстановления души, наше сияние возвращается и мы вновь излучаем свет, подобно Христу и Будде.

Чтобы представить свое световое энергетическое поле, вообразите, что вы находитесь внутри прозрачной многоцветной сферы, простирающейся на длину вытянутой руки. В этой сфере заключена живая энергия, которая столь же необходима для вашего здоровья, как кислород и питательные вещества. Кроме того, эта живая энергия является самым удивительным банком памяти из всех, созданных природой.

С помощью практики путешествия в духе вы можете отправиться в будущее и трансформировать свое световое поле на основе матрицы будущего. Это позволит вам внести изменения в свой генетический код еще при жизни. Затем вы сможете передать эти гены своим детям, а также создать свое новое тело, которое будет лучше сопротивляться болезням и медленнее стареть.

СОЗНАТЕЛЬНАЯ ЭВОЛЮЦИЯ

Несмотря на то что теории генетического наследования и естественного отбора получили широкое распространение в современной науке, эволюционные биологи вынуждены признать, что эволюция происходит не равномерно, а квантовыми скачками. Например, ученые так и не могут решить вопрос, как рептилии эволюционировали в птиц — вряд ли они отращивали по одному перу за раз. Наверняка произошел гигантский скачок, в результате которого у змей появились крылья, динозавры превратились в летающих рептилий, а киты покинули океаны,

чтобы жить на суше. Причем эти виды просуществовали сравнительно короткое, в эволюционном масштабе, время, которое известно как период «пунктирного равновесия», когда длительный период стабильности прерывается моментальным резким изменением.

По мнению ученых, эволюция также осуществляется через процесс «квантового видообразования», в результате которого небольшая группа или островная популяция живых существ совершает квантовый скачок в будущее и приобретает новые биологические свойства или технологические возможности. Например, знаменитое «потерянное звено» в эволюции человека так и не было найдено. Более того, оно не будет найдено никогда, поскольку мы стали *Homo sapiens* в результате нескольких очень непродолжительных эволюционных скачков, в ходе которых всего за несколько поколений обрели «новый мозг» (неокортекс).

В то же время изменения, наступающие в результате квантовых скачков, настолько радикальны, что может пройти несколько тысяч лет, прежде чем они будут закреплены как устойчивые свойства целого вида. Например, несмотря на то что неокортекс — область мозга, благодаря которой была создана наука, музыка и литература, — впервые появился примерно сто тысяч лет назад, в активный биологический компьютер он превратился относительно недавно.

«Квантовое видообразование» позволяет замечательным образом объяснить метод, который шаманы используют для путешествия в будущее с целью нахождения лучшей судьбы. Они «забрасывают в будущее крючок», чтобы определить, каким путем идет наше развитие как биологического вида, а затем применяют это знание, чтобы трансформировать свое световое энергетическое поле и поля жителей своей общины.

В наши дни задача сознательного направления эволюции приобретает особое значение, особенно в свете медицинских практик, которые разрушили нашу связь с природой. Нас больше не направляет уверенная рука естественного отбора, и как биологический вид мы вводим неестественные практики. Там, где природа и эволюция посредством естественного отбора всегда уничтожали ослабленные особи, мы снизили детскую смертность в Америке с пятнадцати до менее чем одного процента, спасая жизнь детям, которые в природных условиях не выжили бы. Для семьи и общества это замечательная статистика, но сохранение жизни больным и дефективным детям ухудшает генетический потенциал нации, поскольку мы сохраняем жизнь людям, которые передадут проблемы со здоровьем своему потомству.

Хотя концепция сознательной эволюции может показаться эзотерической, в действительности мы можем рассуждать об этом вполне доступными категориями. Например, если мы каждый день смотрим на себя в зеркало, то, естественно, отмечаем признаки приближающейся старости. Клетки нашей кожи полностью обновляются примерно через неделю. Каждая клетка является копией клетки предыдущего поколения и несет в себе всю переданную ей генетическую информацию. Биологи иногда сравнивают процесс старения со снятием ксерокопии с ксерокопии: к девяносто девятой копии изображение становится неясным. Так, например, к сорока годам наша кожа утрачивает эластичность, вокруг глаз появляются глубокие морщины. И тогда мы начинаем мечтать о том, чтобы у нас появилась возможность снимать копию не с копии, а с оригинала.

Мы видим, какое разрушительное действие оказывает время на наш организм, поэтому хотели бы выйти за его, — хотя бы для того, чтобы сохранить красоту. Но мало кто знает, что в процессе старения заложены удивительные возможности. Например, за год меняются все молекулы, из которых состоит наш организм, а каждый атом меняется раз в восемь месяцев. Пища, которую вы употребляете, расщепляется на питательные элементы и минералы, которые

кровь переносит к клеткам вашего организма, и вы становитесь тем, что несколько дней назад было лососем, кукурузой или родниковой водой. В сущности, каждые восемь месяцев вы создаете совершенно новый организм, производя полную замену его молекулярной структуры с использованием элементов, которые заимствуете в окружающем мире. Таким образом, происходит постоянный процесс обновления на клеточном уровне.

Получив доступ к матрице своего будущего, вы сможете использовать этот образец для воссоздания своего организма с помощью природных строительных блоков: земли, воздуха, воды и света. Это можно сравнить с инсталляцией новейшей версии «программного обеспечения жизни», которое способно каждый день автоматически обновлять себя. Таким образом, вы не зависите целиком от ДНК, которая задает выполнение генетических команд в организме. Ваша новая программа может трансформировать световое энергетическое поле в соответствии с задачами формирования вашего организма, ориентируясь при этом на образец лучшего будущего.

ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ЛИЧНОСТЬ

Современные люди полагают, что состояние всех живых организмов детерминировано генетическим наследием предыдущих поколений. Для шамана эволюция является путешествием с целью увидеть наше состояние и принести это знание в настоящее. Шаманы всегда верили, что нашу судьбу определяет память, записанная в световом энергетическом поле (карма наших предыдущих жизней). Полностью карма может быть исправлена только на пятом уровне Верхнего мира, где мы обретаем свою совершенную первоначальную личность.

Первые четыре уровня Верхнего мира представляют четыре стадии осознания вашей собственной природы. На первой стадии вы ощущаете Бога вне себя, что характерно для большинства религий. На втором уровне вы обнаруживаете, что Бог внутри вас. В этом вам помогают вопросы, которые вы себе задаете. Классический вопрос в этом смысле: «Кто я?». Затем вы спрашиваете: «А кто задает этот вопрос?» На третьей стадии вы начинаете ощущать, что Бог действует через вас, а на четвертой понимаете, что вас больше нет — есть только Бог.

В путешествии на пятый уровень вы можете обрести свое первоначальное «я», а также увидеть, кем станете после смерти. Это «я» может оказывать на вашу судьбу большее влияние, чем родители и гены, извлекая мудрость из вашей вневременной памяти и позволяя выбирать лучший вариант судьбы из бесчисленного числа возможных судеб. Только человек способен на это, потому что наш мозг достаточно развит, чтобы выйти за пределы времени. Ваше первоначальное «я» помнит, кем вы были в предыдущих воплощениях, ему известны все пережитые вами истории. Оно также знает, что, несмотря на весь опыт, полученный вами в прошлых жизнях, в действительности вы не являетесь ни одним из этих людей. Вы — нечто большее. Вы — Бог, который рядится в ваши одежды.

Шаманы отправляются на пятый уровень Верхнего мира, чтобы проконсультироваться с Небесными Целителями и попросить у них помощи в обретении судьбы.

Таким же образом они выведут вас из плена вашей генетики, личных и наследственных историй, а также последствий психологических травм, пережитых в детстве, и влияния вашей культуры. Они избавят вас от бремени переживаний, накопленных за прошлые жизни, и помогут обрести новое «я». Во временном настоящем вы уже сейчас являетесь тем, кем станете, и Небесные Целители помогут вам осознать этот факт. В отличие от нижних уровней Верхнего мира, где вы остаетесь в пределах времени, пятый уровень находится абсолютно вне времени. Это похоже на то, как если бы мы сидели на берегу реки, которая течет во всех направлениях, и

могли бы наблюдать сразу все варианты будущего.

РАСЧИСТКА ИМПУЛЬСНОГО ТУННЕЛЯ

В следующем упражнении ваше первоначальное «я» поможет вам расчистить импульсный туннель от кармы, скопившейся за прошлые жизни, избавившись тел* самым от страданий, которые продолжают окрашивать ваше настоящее. Речь идет об аспектах вашей личности, «застрявших» на нижних уровнях Верхнего мира. Исцелив прошлые жизни, вы сможете оставить их позади и продвинуться к завещанной вам судьбе. Вы расчистите кармические линии своих прошлых воплощений и остановите их влияние на будущее, освободившись тем самым от бесполезных и нездоровых сценариев, которые имели место в вашей кармической истории.

Чтобы расчистить импульсный туннель, вы должны освободить свои прошлые «я» от страданий. Это позволит прекратить влияние прошлого на ваше настоящее, и вы больше не будете во всех подробностях повторять опыт своих прошлых жизней. В этом случае вы обнаружите, что ваше здоровье определяется не вашими генами, не успешной борьбой с окружающими вас бактериями, а историей вашей души, ее путем.

Работа, которую вам предстоит проделать в этой главе, требует достаточно высокой степени эмоциональной и духовной восприимчивости. Занимаясь практиками восстановления души, вы научились исцелять свое прошлое и понимать значение живущих в вас историй. Но сейчас вы должны понять, что эти истории не составляют ваше подлинное «я» — подобно тому, как столяра нельзя приравнять к сумме сделанных им стульев. Но прийти к этому пониманию вы сможете лишь после вашего исцеляющего путешествия.

Вы найдете прошлую жизнь, в которой пострадали больше всего, а также жизнь, в которой хуже всего использовали свои дарования, и ту, в которой наиболее успешно использовали свои знания и мудрость. Рассматривая эти прошлые жизни, вы исправите карму каждой из них, лишив ее энергии, передаваемой в будущее. Вы сделаете это в том числе и для жизни, в которой хорошо распорядились своими дарованиями, потому что тогда вы не были более развиты в духовном смысле, так как реинкарнации развиваются по прогрессивному, а не регрессивному принципу, т. е. в каждой из следующих жизней вы не можете стать глупее, чем в предыдущей; в своем развитии вы можете двигаться лишь вперед.

Но почему следует посетить только три избранные жизни, а не все прошлые существования? В этом нет необходимости. Работая во вневременном настоящем, достаточно посетить три избранные жизни, чтобы помочь вернуть их на пятый уровень Верхнего мира к своим Небесным Родителям. Сделав это, вы освободитесь от кармы, которую они несут, и этот эффект домино распространится в обратном направлении, очистив *все* ваши прошлые жизни.

Помните, что во вневременном настоящем вы можете рассматривать множество жизней не последовательно, а одновременно. Для шамана и физика время движется одновременно линейно и нелинейно. Вы можете представлять эти прошлые жизни как память, заложенную в генах, или даже как сами гены (в которых «живут» наши предки), продолжающие определять наше будущее.

Например, когда ко мне обратилась Лайза, у нее был рак, а в ее грудь был введен катетер, через который она получала курс химиотерапии (см. с. 144). Вы помните, что в своей Палате ран Лайза обнаружила статую женщины с ножом в сердце, после чего моя клиентка провела несколько месяцев, работая над исцелением утраченной части своей души и переписыванием контрактов души. Затем она отправилась в Верхний мир, чтобы найти в нем судьбу,

альтернативную той, которой она в то время располагала. Там она нашла свое первоначальное «я», свободное от болезней. Лайза увидела всю линию времени, ведущую в этот вариант будущего, и поняла, что в своей нынешней жизни она не исцелила свое раненое сердце.

Первоначальное «я» Лайзы начало формировать ее будущее, и ей удалось исцелиться от рака, а также полностью преодолеть генетическую предрасположенность к этому заболеванию. Решающее значение в ее исцелении оказало преодоление страха — наше первоначальное «я» хорошо знает, что смерти нет. Лайза создала совершенно новое тело, свободное от рака, и сегодня находится в прекрасной физической форме. Она стала активисткой, выступающей в защиту окружающей среды, и художницей — таковы были условия ее нового контракта с Духом.

Итак, пришло время отправиться в Верхний мир. Встретившись со своими Небесными Родителями, вы попросите их провести вас по лестнице, достигающей пятого уровня Верхнего мира. Это конечный уровень, мир вашего первоначального «я», ваша девятая чakra, или Дух.

Упражнение

ПУТЕШЕСТВИЕ НА ПЯТЫЙ УРОВЕНЬ

Приготовьтесь к этому упражнению, открыв священное пространство. Выполните упражнение «Маленькая смерть». Мысленно объявите о своем намерении — исцелить свои прошлые жизни и найти первоначальное «я». Откройте себя для всей своей судьбы, какой бы она ни была. Отправьтесь в Верхний мир так же, как вы делали это в прошлой главе, послав свое световое тело в ствол дерева и поднявшись на самый верхний уровень атмосферы.

Вы стоите на твердом облаке, по которому можете без проблем передвигаться. Призовите привратника, властелина времени, и попросите разрешения пройти в его владения. Посмотрите ему в глаза и сообщите о своих намерениях: вы пришли сюда, чтобы найти свое первоначальное «я». Позовите своих Небесных Родителей и попросите их помочь вам увидеть, кем вы были задолго до своего рождения — перед тем, как вошли в реку времени. Они проведут вас вверх по лестнице на пятый уровень, где вы встретите свое первоначальное «я».

Проведите несколько мгновений в присутствии своего первоначального «я». От души посмейтесь над секретом, который вы скрывали от самого себя и о котором забудете, покинув это место: вас нет, а есть только Бог, который рядится в ваши одежды.

Попросите свое первоначальное «я» провести вас к мелкому пруду с чистой водой. Взгляните на чистый песок, устилающий дно, и попросите свое первоначальное «я» подуть на поверхность воды и показать вам жизнь, в которой вы пережили наибольшее число страданий. Наблюдайте за тем, как волны формируют запрошенное вами изображение.

Кем были вы в той жизни — мальчиком или девочкой? Какой у вас был цвет кожи? Посмотрите вниз — вы идете по траве или по булыжнику? Где ваш дом? Кто ваши родители? Во что вы играли? Где ваш город или поселок? Почему вы страдали? Кто был вашей женой или мужем? Были ли у вас дети? Если были, то какие? Кого из любимых людей вы потеряли? Кому вы сами принесли страдания? Предали ли вы кого-нибудь? Кого вы не смогли простить? Кто не простил вас? Как вы умерли?

Попросите показать вам последние пять минут той жизни. Посмотрите, что с вами тогда происходило. Кто-нибудь сидел у вашего смертного одра, держа вас за руку? Кто простил вас? Кого простили вы? А затем помогите своему прошлому «я», которым вы больше не являетесь, спокойно умереть, получив прощение.

Сделайте глубокий вдох и попросите свое прошлое «я» глубоко вдохнуть и выдохнуть,

чтобы мирно испустить дух. Скажите ему: «Все хорошо. Пришло время вернуться домой. Получи прощение и иди с миром». Понаблюдайте, как спокойствие и просветление снисходят на ваше прошлое «я», когда оно испускает свой последний вздох. Следуйте за своей душой, когда она покидает тело, на мгновение задерживается над ним, а затем устремляется по темному туннелю, ведущему к четвертому уровню Верхнего мира. Понаблюдайте за тем, как встречаются ее ваши Небесные Родители, знающие, что она прощена.

И вот эти картины исчезают и поверхность пруда воспоминаний вновь становится зеркально гладкой. Сделайте глубокий вдох, посмотрите в глаза своему первоначальному «я» и поблагодарите его.

А сейчас попросите свое первоначальное «я» вновь подуть на поверхность пруда воспоминаний и показать жизнь, в которой вы располагали богатыми дарованиями, но плохо распорядились ими, потому что не умели использовать их правильно.

Посмотрите, как волны начинают формировать картины прошлой жизни. Кем были вы в той жизни — мальчиком или девочкой? Какой у вас был цвет кожи?

Посмотрите вниз — вы идете по траве или по булыжнику? Где ваш дом? Кто ваши родители? Где ваш город или поселок? Как вы росли? Кого любили? Как любили? Какими дарованиями вы обладали? Кто вас учил? Чему вы научились? Каким именно образом вы неправильно распорядились своими знаниями и умениями? Кого вы обидели или предали?

Попросите показать вам последние пять минут той жизни. Посмотрите, что с вами тогда происходило. Кто-нибудь сидел у вашего смертного одра, держа вас за руку? Кто простил вас? Кого простили вы? А затем помогите своему прошлому «я», которым вы больше не являетесь, спокойно умереть, получив прощение.

Скажите ему: «Все хорошо. Пришло время вернуться домой. Получи прощение и уходи с миром». Понаблюдайте, как спокойствие и просветление снисходят на ваше прошлое «я». А теперь помогите ему испустить свой последний вздох. Глубоко вдохните и выдохните, выпустив свою душу, проследите, как она возвращается домой к вашим Небесным Родителям.

И вновь эти картины исчезают, и поверхность пруда воспоминаний становится зеркально гладкой. Сделайте глубокий вдох, взгляните в глаза своему первоначальному «я» и поблагодарите его.

СОЗДАТЬ МИР ИЗ МЕЧТЫ

Наша судьба всегда доступна нам. Обретя наше вневременное «я», мы сможем создать новое тело и новую судьбу, что послужит благу всего человечества. Другими словами, когда мы исцеляемся, исцеляется мир; когда мы изменяемся, изменяется мир. Когда человечество преодолет карму, мы сможем освободиться от всего, что вызывает рознь и конфликты, и станем наконец *Homo luminous*.

Старейшины народностей инка, хопи и майя медитируют, визуализируя мир, который они хотят оставить своим внукам. Мир, в котором реки и воздух будут чистыми, всем будет хватать пищи и люди перестанут воевать. Они путешествуют по нашим коллективным линиям времени, чтобы найти более гармоничное будущее. Это не вероятное будущее, потому что с вероятным будущим все ясно: мир станет еще хуже и нас ждут лишь загрязнение окружающей среды, опустошение и войны. Напротив, они ищут возможное будущее, почти невероятное, в котором люди живут в гармонии с природой и в мире друг с другом. Мудрецы прошлого называли это «создать мир из мечты».

Такова наша главная задача сегодня — найди в будущем узкое окно возможностей,

увидеть, каким стало человечество через десять тысяч лет, и вернуться с этим знанием в настоящее, чтобы повлиять на развитие человечества. Таким образом, мы сознательно участвуем в эволюции человечества, создавая тела, которые иначе стареют, болеют и умирают.

Мы можем разорвать хватку рока, который говорит нам, что мы являемся результатом событий, случившихся с нами в возрасте до двенадцати лет (или даже двенадцать жизней тому назад), или генов, унаследованных от наших родителей, передавших нам предрасположенность к серьезным заболеваниям, которые только и ждут возможности проявиться. Переноса желаемую судьбу из своего будущего, мы можем стать тем, кем можем стать, а не тем, кем были.

И это ваша задача на сегодняшний день. Помните: только вы выбираете свою судьбу.

ПОСЛЕСЛОВИЕ

Обширная пустыня Альпиано простирается от Куско до высокогорного озера Титикака. На западе она переходит во влажные амазонские джунгли, где жизнь продолжает эволюционировать и мутировать. Природа здесь является синонимом слова «питаться». Жизнь здесь состоит в пожирании другой жизни, а жизнь и смерть пребывают в неразделимом единстве.

Но вместе с тем благодаря нашему духовному пути жизнь является синонимом слова «расти». Я вспоминаю, как наставник рассказывал мне, что мы приходим в этот мир не только для того, чтобы растить кукурузу, но и для того, чтобы возвращать в себе богов. Мы — боги в процессе становления. Наша жизнь началась с простейших форм, имевших началом солнечный свет, а теперь наш биологический вид способен мечтать, генетически видоизменяться и напрямую воздействовать на алхимию жизни. Сегодня мы должны напрячь мышцы своего сознания, чтобы создать мир из мечты, представить то, кем мы можем стать, и извлечь из будущего лучшую коллективную судьбу человечества.

Я наклоняюсь, чтобы завязать шнурки в ботинках. Земля твердая и каменистая, она замерла на несколько дюймов в глубину. Я нахожусь на высоте 4300 метров над уровнем моря. Солнце здесь способно прогреть только самый верхний слой земли. Рядом со своим ботинком я вижу одуванчик — желтый цветок, прижавшийся к земле. Он приспособился к высоте, изменив строение стебля так, чтобы ветер не мог его повредить.

Бог-мозг... Я убежден, что мудрецы Востока использовали медитацию в качестве метода, открывавшего доступ к этому участку мозга. Современные же люди используют медитацию лишь как средство релаксации. Но для шамана медитация является способом путешествия в духе — первым шагом к открытию Божественного начала в природе и в нас. Во вневременном настоящем судьба подобна зрелому плоду, ждущему, когда его сорвут. Это плод второго Эдемского древа, древа вечной жизни.

Я возвращаюсь в Эдем. Энергия, которой солнце заливает землю, течет сквозь меня — подобно тому, как по моим венам течет кровь. Я поднимаю взгляд к отдаленным вершинам, к цели своего путешествия, к истокам Амазонки, к источнику, дающему рождение этой великой реке.

БЛАГОДАРНОСТИ

Многие люди внесли вклад в создание этой книги. Прежде всего я хочу поблагодарить Сюзан Эмерлинг и Грега Зелонка, без участия которых эта книга никогда бы не вышла в свет. Благодарю также редакторов Нэнси Песке, Джилл Крамен, Шэннон Литтрелла и Криса Морриса, работавших с рукописью.

Выражаю также свою признательность Рэйду Трей-си, президенту издательства «Нау House», за его видение того, какой должна быть моя книга; своим помощницам Ронде Баянт и Рэнни Вайс за многократное перепечатывание рукописи; Салли Нельсон, Наоми Сильверстоун, Аманде Андерсон, Сюзан Райнер, Линн Беррихилл и Элен Фост за чтение рукописи и комментарии. Также выражаю благодарность Эллен Острот за время, которое она потратила, опрашивая наших учеников относительно их опыта восстановления души, и Марселу Виллалобос за заботу, любовь и поддержку.

И наконец, я хочу поблагодарить Линду Фитч за помощь в руководстве Обществом четырех ветров и работу с нашими учениками, которых мы учим практикам восстановления души и обретения лучшей судьбы.

Альберто Виллольдо www.thefourwinds.com

ОБ АВТОРЕ

Альберто Виллольдо — доктор философии, психолог и антрополог, более двадцати пяти лет изучал практики индейских целителей Южной Америки. Работая в университете Сан-Франциско, он основал лабораторию исследования биологической саморегуляции, чтобы изучить механизмы, с помощью которых сознание управляет психосоматическим здоровьем.

Виллольдо руководит Обществом четырех ветров, где обучают практикам энергетической медицины и восстановления души. Учебные центры общества расположены на северо-востоке США, в Калифорнии, Великобритании и штате Юта.

Автор бестселлера «Шаман, целитель, мудрец» («Shaman, Healer, Sage»), Виллольдо использует свои обширные знания, чтобы познакомить нас с практичным и революционным способом выявления первоначальной психологической травмы, произошедшей в детстве или в прошлой жизни, но которая может до сих пор негативно влиять на судьбу человека.

Затем он показывает, как можно отправиться в будущее по линиям времени, чтобы обрести лучшую и желаемую участь.

Виллольдо с энтузиазмом занимается парашютным спортом, туризмом и альпинизмом. Он проводит ежегодные экспедиции в джунглях Амазонки и в Андах, чтобы встретиться с индейскими шаманами, хранителями древней мудрости.

Веб-сайт: www.thefourwinds.com

<i>Предисловие</i>	5
<i>Введение</i>	8
Четыре палаты Нижнегомира.....	11
Путешествия в прошлое и будущее	14
Искусство исцеления	16
Как пользоваться этой книгой	18

Часть I

ПОДГОТОВКА К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ДУШИ

Глава 1. Физика судьбы	21	
Чакры	23	
Вневременное настоящее.....	28	
Нелокальность.....	31	
Глава 2. Превращаем рок в судьбу.....	3?	
Парсифаль и поиски Святого Грааля	38	
Уроки мифа о Парсифале.....	43	
Четыреобластимозга	48	
Путь Парсифаля и наш путь	53	
Глава 3. Знакомство с душой.....	55	
Источник всякой жизни	57	
Что мы ловим в глубоких водах	63	
Составляем карту Нижнегомира	66	
Путешествие в Нижний мир.....	68	
Часть II НИЖНИЙ МИР		
Глава 4. Палата ран	83	
Первоначальная травма и наследственность	85	
Воспоминания об Эдеме	89	
Трансформация через путешествие в духе	96	
Истории и тени.....	99	
Глава 5. Палата контрактов души.....	108	
Почему мы соглашаемся на контракты души. ПО		
Последствия плохо составленных контрактов души		777
Миф о Психее.....	113	
Уроки Психеи.....	77P	
Как переписать контракты души	727	
Наследуемые контракты души	123	
Обещание матери	725	
И все прояснилось.....	727	
Глава 6. Палата благодати.....	136	
Благодать или счастье?	137	
Король-Рыболов и благодать.....	141	
Героический путьЛайзы.....	144	
Как принять потерянную часть души.....	147	
Глава 7. Палата сокровищ.....	154	
Простой и эффективный инструмент Давида .	757	
Ваша праща	160	
Как найти творческий инструмент.'	762	
Перейти от воображаемого к практическому .	164	
Исцеляющий ножЛоры	166	
Найдите свой инструмент	767	
Глава 8. Тотемные животные	172	
Архетип животного в западном мире.....	775	
Четыре духа животных в шаманской практике		777
Чему меня научил волк.....	183	

Бык, пришедший на помощь Пэтти.....	184
Как пользоваться животными инстинктами ...	186
Часть III ВЕРХНИЙ МИР	
Глава 9. Выбор судьбы: любовь, сила, деньги и здоровье.....	
	195
Судьба и будущее.....	7P7
Безследов, безтени, безэго	201
Линии времени	2ft?
Импульсный туннель	206
Как изменить направление импульсного туннеля	209
Глава 10. Принесение в жертву «священных коров»	
	215
«Священные коровы»	277
Как избавиться от ограничивающих представлений ...	27P Зовсудьбы 22J
Глава 11. Путешествие с целью обретения судьбы 229	
Путь в Верхний мир.....	2J7
Пятьуровней Верхнего мира.....	233
Посещение Верхнего мира.....	241
Цена трансформации.....	244
Никогда не поздно.....	247
Руководство в путешествии.....	249
Глава 12. Создание нового тела..... ^ 257	
Матрица исцеления..... Г.....	260
Сознательная эволюция	264
Первоначальная личность.....	267
Расчистка импульсного туннеля.....	26P
Создатьмир из менты	278
Послесловие	280
Благодарности	282
Об авторе.....	283

Научно-популярное издание ВИЛЛОЛЬДО Альберто

**ИСПРАВЛЕНИЕ ПРОШЛОГО
И ИСЦЕЛЕНИЕ БУДУЩЕГО С ПОМОЩЬЮ
ПРАКТИКИ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДУШИ**

Перевод с английского — В. М. Баженов

Редактор И. Э. Дашко

Оформление обложки — М. В. Драко

Компьютерная вёрстка оригинала-макета — И. П. Моисеева

Подписано в печать с готовых диапозитивов 5.01.2006.

Формат 84x108/32. Бумага газетная. Печать высокая с ФПФ.

Усл. печ. л. 15,12. Уч.-изд. л. 9,75. Тираж 5000 экз. Заказ 196.

Санитарно-эпидемиологическое заключение № 77.99.02.953.Д.001876.04.05 от 12.04.2005

ООО «Попурри». Лицензия №02330/0056769 от 17.02.04. Республика Беларусь, 220113, г. Минск, ул. Восточная, 133—601.

При участии ООО «Харвест». Лицензия № 02330/0056935 от 30.04.04. РБ, 220013, г. Минск, ул. Кульман, д. 1, корп. 3, эт. 4, к. 42.

Открытое акционерное общество

«Полиграфкомбинат им. Я. Коласа».

Республика Беларусь, 220600, г. Минск, ул. Красная, 2

www.e-puzzle.ru