

Л. Каштанская

РЭЙКИ
И МИР ДЕНЕГ

靈
氣

Кашлинская Лиза - "Рэйки и мир денег"

Признательность

Я крайне благодарна всей моей семье: моему мужу Рему и моим детям, Юлии и Енсу, за их понимание и поддержку.

Особую признательность я выражаю всем моим учителям Йоги и Рэйки.

Я выражаю особую благодарность моим ученикам, подавшим мне идею для книги; Ларисе Соколовской, без активного участия которой данная книга не состоялась бы.

Я также хочу поблагодарить всех моих учеников (в Берлине, в Риге, в Бостоне и в Тель-Авиве) за любовь, уникальный опыт и знания, которые они мне подарили.

Я особенно признательна всем людям, работающим с энергией Рэйки, за их вклад в трансформацию нашей вселенной.

От автора

Эта книга - не коммерческое или финансовое пособие. Она рассматривает деньги как один из видов энергии и с этой точки зрения излагает материал. Как и все написанные мною книги, она направлена на духовный рост человека, расширение энергетического потенциала и является практическим руководством. Деньги, как и любое явление в жизни, выявляют наши качества, с которыми необходимо работать. Не имеет значения с чем и над чем мы работаем, мы всегда встречаемся с собой и таким образом способствуем духовному росту.

Цель этой книги - научить вас работать с деньгами с помощью энергии Рэйки. Хочу подчеркнуть, что в книге идет речь не о тех людях, которые пришли к богатству путем подлога, обмана и манипуляции. Мы, вставшие на духовный путь, не имеем права идти подобными, кривыми путями. Иметь состояние и деньги или нет - это часть нашего духовного образования.

Интенсивная работа над собой - сложный процесс, требующий решимости и дисциплины, а главное - ничего не ожидать и быть открытым ко всему, что придет. Это означает, что привязка к желаемым результатам блокирует процесс и приводит к стагнации. Умение отпустить свои цели, желания, представления и ощущения создает оптимальное внутреннее состояние внутренней открытости. И, конечно же, необходимо практиковать ежедневно.

Несколько слов о вашем постоянном месте практикования. Упражняться и медитировать нужно всегда на одном и том же месте и, по возможности, в одно и то же время, так как это создает особую энергетическую атмосферу, которая поможет вам в работе.

Еще. Вы можете сделать его своим местом силы. Если вы посвящены во 2-ю ступень Рэйки, то каждый раз перед началом какой-либо практики рисуете на это место 1-й символ. Посвященные в 3-ю ступень рисуют символ Мастера.

Через некоторое время ваше место будет энергетически очищено и заряжено. Вы будете ощущать на этом месте покой, защищенность и приток силы.

Для того, чтобы вы могли проследить изменения вашего отношения к деньгам, а также духовный рост, предлагаю завести "денежный" дневник, в котором вы будете записывать свои мысли, ощущения, представления и цели.

Прежде чем стремиться к материальному богатству, посмотрите и проанализируйте вашу жизнь и то, что вас окружает. Если вокруг разлад, дисгармония и постоянные встряски, то это означает, что вы не хотите заниматься своими задачами, решать их. Сначала приведите свою жизнь к равновесию и только затем идите вперед.

В конце книги, в приложении, предлагаются практики для духовного роста. В каждой главе указаны темы, которые читателю необходимо проработать.

Я хорошо помню свое душевное состояние, когда впервые устраивалась на работу в капиталистическом мире. Я должна была "продать" себя: свои знания и умение работать. Поджилки тряслись от страха, когда я шла на переговоры. К моему удивлению, все происходило так же, как и в социалистическом обществе, единственным отличием было то, что меня спросили об уровне желаемой зарплаты. Это означало, что я сама должна была себя оценить. К счастью, я заранее поинтересовалась, сколько платят начинающим (а я была начинающей в этой стране) по моей профессии. Мое "советское" воспитание (о деньгах стыдно говорить) перекрыло мне горло. Я с огромным трудом назвала определенную сумму. Так как это соответствовало реальности, то представители фирмы сразу же согласились. Переговоры закончились благополучно, но сколько здоровья мне стоило говорить о деньгах!

Другой случай. Я жила на Западе уже более пяти лет и многие взгляды на жизнь уже пересмотрела, но труднее всего было изменить свое отношение к деньгам. Мне по-прежнему мешали въевшиеся избитые догмы: "Духовность не сочетается с деньгами", "Деньги портят человека" и т. д.

Я проработала на фирме более трех лет и считала, что пора мне прибавить зарплату. Но на Западе, в частном секторе, никто автоматически зарплату не повышает, необходимо самому побеспокоиться об этом. Я должна была пойти к владельцу фирмы и попросить его об этом. В течение полугода, каждый день я настраивалась на то, что сегодня непременно поговорю с шефом. Но когда я приходила на работу, сразу находились неотложные дела, которые служили мне в качестве алиби для того, чтобы оттянуть трудный разговор.

И однажды утром я сказала себе: "Сегодня или никогда!" Набралась решимости и придя на фирму, я сразу же отправилась в кабинет к шефу и попросила прибавки к зарплате. Я четко помню, как легко и хорошо после этого я себя почувствовала, с моих плеч свалилась гора и возросла уверенность в силах. Да! Зарплату мне повысили.

Этот опыт стал переломным в моем отношении к деньгам. Кроме того, он пригодился мне впоследствии, когда я стала руководителем проекта и вела переговоры с заказчиками (речь шла об огромных капиталовложениях).

Кашлинская Лиза - "Рэйки и мир денег"

ЧАСТЬ I. МИР ДЕНЕГ

"Человек должен вести как внутренне, так и внешне богатую жизнь. Нет необходимости выбирать. Внутренняя жизнь не противоречит внешней; обе связаны друг с другом. Чтобы быть внутренне богатым, нет необходимости быть бедным внешне. А если вы богаты внешне - не означает необходимость прекращения роста внутреннего богатства. Будьте внешне богатыми через науку и внутренне через религию. Это сделает вас целостными, живыми, (органичными) - индивидом."

Мир денег

Большинство людей с презрением относится к деньгам и в то же время - со стяжательством. Ни одна форма материи не оказывает такого огромного влияния на людей, как деньги. Недаром считается, что деньги "портят" человека.

Всем известно выражение: "Деньги не приносят счастья". За этими словами стоит попытка преподнести бедность как добродетель. Однако в любом обществе, не только в капиталистическом, все крутится вокруг денег. При социализме тема "Деньги" прикрывалась еще большим лицемерием.

Неудивительно, что деньги вызывают много противоречивых чувств. Деньги как смысл жизни для одних, в других вызывают презрение, третьи воспринимают их как вынужденную необходимость. Деньги тесно связаны с властью, ответственностью и чувством собственного достоинства. В последние десятилетия в обществе произошли огромные изменения (сексуальная революция, повсеместный процесс демократизации, охрана окружающей среды), которые значительно повлияли на наше сознание. Но почему-то на всех обсуждениях и диспутах тему "Деньги" умалчивают и обходят стороной.

В отношении к деньгам открыто кристаллизуются наши страхи, склонности и инстинкты. Сказать деньгам "Нет!" - одновременно сказать "Нет!" нашим потайным потребностям. Стоящие за этим механизмы вытеснения денег идентичны с комплексами в области секса и власти. Отношение к деньгам отражает наше отношение к себе. Деньги можно отлично использовать как индикатор развития личности.

Владимир Жикаренцев пишет в своей книге "Путь к свободе":

"Деньги - это самый удивительный инструмент, который придумал человек для работы с собой, они пронизывают буквально все сферы нашей жизни. Вы имеете дело с ними каждую минуту. Попробуйте представить себе хоть что-нибудь, куда не проникают деньги. Это невозможно. С помощью денег человек может подняться до вершин духа, с помощью денег он может пасть в самые глубины ада. Прежде всего, в каждый момент, когда вы сталкиваетесь с деньгами, необходимо иметь дело с самим собой".

Богатство может быть губительным, если оно рождает скупость и инертность. Богатство может стать благотворным, если его использовать на благо многих.

Свободное обращение с деньгами, несущее в себе прежде всего игровой характер, остается недоступным для большинства людей. Деньги должны прежде всего приносить радость и удовольствие, но это не означает вовсе, что для этого необходим большой карман.

Быть богатым значит - "быть богатым", т. е. самореализованным. И, пожалуй, лучшим испытанием на пути личного развития являются так горячо любимые и, в то же время, ненавистные деньги. Деньги не хороши и не плохи, деньги нейтральны. Качество денег зависит только от того, какое качество энергии мы в них вкладываем.

Владимир Жикаренцев: "Мудрость состоит в том, чтобы перестать играть в игры "больше-меньше", перестать жаловаться на жизнь и правительство, а проанализировать свои мысли в сфере денег и начать строить жизнь такой, какой вы хотите ее видеть, спокойно принимая те уроки, которые вы будете проходить".

Духовность и деньги

В эзотерических кругах широко распространено мнение, что духовность и деньги не сочетаются.

Известный суфийский Мастер начала XX века Хазрат Инайят Хан прекрасно сформулировал понятие "духовность" в своей книге "Мистицизм звука":

"Слово "духовный" употребляется не в смысле доброты, благодетели или силы производить чудесные вещи, или огромной интеллектуальной силы. Жизнь целиком, во всех ее аспектах, есть одна, единая музыка; и реальным духовным достижением является настройка самого себя на гармонию этой совершенной музыки. Что удерживает человека от духовного достижения? Плотность его материального существования и тот факт, что он не осознает своего духовного бытия. Его ограничения препятствуют свободному течению и движению, которые являются природной и отличительной чертой жизни".

Космос состоит из нескончаемого множества различных уровней реальности. На чистом космическом, духовном уровне мы все являемся частью Высшего Разума, частью Жизненной энергии, Рэйки. В других тонких реальностях мы - индивидуальные существа с полным осознанием нашего единства. И только на материальном, физическом уровне мы остро ощущаем отделенность от нашего духовного Источника.

Мы все существуем на всех уровнях одновременно. Время от времени мы вступаем в контакт с другими реальностями и осознаем, что мир - это не только физическая реальность, он гораздо шире и значительнее, чем мы себе это можем представить ограниченным человеческим разумом. Я думаю, что это ощущение испытал каждый: в сновидениях, во время молитвы или медитации, в бодрствующем состоянии, когда вдруг мы чувствуем, что мир беспределен и наши возможности безграничны.

Для тех, кто работает с силой Рэйки, это вполне "нормальное" состояние.

Материальная реальность резко отличается от тонких реальностей тем, что она является плотной, медлительной и инертной. И тем не менее наша человеческая реальность дает огромные, неоценимые возможности для духовного роста. Она - полигон для развития наших творческих сил, игры с энергиями и созиданием на физическом уровне. Мы пришли на Землю испытать индивидуальность, ограничение и оторванность для того, чтобы затем разорвать границы и снова соединиться с Единым Целым.

В человеке заложено постоянное стремление к новым вызовам, духовному росту и осознанию. Физический мир является для нас ключом к духовному миру. Наша задача состоит в том, чтобы соединить в себе Дух и Материю, т. е. интегрировать духовный уровень в материальный, физический мир, в повседневность. Только тогда мы станем духовным существом, живущим на Земле, сможем одухотворить физическую реальность и создать предпосылки для поднятия собственного энергетического потенциала и энергетического скачка нашей земной Вселенной. Я глубоко убеждена, что благодаря этому мы сможем творить чудеса, жить в счастье и изобилии, идти по жизни с радостью.

Многие думают, что духовность не сочетается с деньгами - это абсурдно. Этой фразой прикрываются те, кто слишком апатичен, чтобы изменить что-либо в своей жизни.

Мастер Хазрат Инайят Хан четко и образно разъяснил: "Что есть дух и что есть материя? Разница между духом и материей - все равно, что разница между водой и льдом: замерзшая вода есть лед, а растаявший лед есть вода. Именно дух в его плотности мы называем материей; именно материя в ее тонкости может быть названа духом".

Как мы видим, все пронизано духом, все является духом, в том числе и наша материальная реальность и как ее неотъемлемая часть - деньги. Наличие или отсутствие денег не определяет степень духовности индивида.

Я полагаю, что все мы в нашей жизни находимся на пути поиска. Мы живем здесь, чтобы понять себя: свое физическое тело, сексуальность, любовь, разум, чувства, духовную сущность, состояние быть родителем и, конечно же, свое отношение к деньгам. Мы нуждаемся в деньгах, в их энергии. Без денег нет свободы, мы всегда будем рабом обстоятельств, чужой воли и желаний. Для продвижения по духовному пути нам тоже нужны деньги. Без денег мы не в состоянии посещать семинары, ретриты, не можем покупать книги и т. д.

Представьте себе, что у вас нет денег, вы постоянно этим озабочены и все время ищете возможность подзаработать, чтобы ваша семья не умерла с голоду и вы могли как-то просуществовать. Вы крутитесь как белка в колесе и не можете вырваться из этого заколдованного круга. В такой ситуации вам не до духовного роста, на который тоже нужны деньги. Я, конечно, сгустила краски, но становится ясно, что жизнь в благополучии предлагает нам значительно больше возможностей, т. е. свободу.

Осознанная работа с деньгами доставляет большое удовольствие потому, что мы растем духовно и начинаем лучше понимать тонкости жизни и многие аспекты собственной личности.

Это вовсе не означает, что богатые люди автоматически являются духовными людьми, однако же бедные - тоже нет.

Идея, что бедность - благо, служит безынициативным массам оправданием их собственной инертности. Религия даже обещает компенсацию в раю за жизнь в бедности на Земле. За подобной философией стоит желание манипулировать массами, держать их в узде, чтобы они не восставали против жизненной "несправедливости".

Наш вклад во Вселенную состоит из энергии, и чем выше этот энергетический потенциал, чем больше энергии мы имеем, тем больше можем дать миру. Это также справедливо для денег, так как они - тоже энергия. Деньги, благодаря которым вы можете обрести свободу, поддержать и помочь другим людям, творят благие дела.

Понятно, что деньги - только одна из форм изобилия. Кроме этой существуют формы изобилия счастья, любви, шансов и дружбы, и очень часто отсутствие денег сопровождается отсутствием других форм изобилия.

Кроме того, выражение "духовность не сочетается с деньгами" часто употребляется, когда речь идет об оплате труда в духовной области.

Считается нормальным, что право на гонорар, а по сути дела на эквивалент затраченной энергии, имеют все сферы деятельности, кроме духовной. Это противоречит закону обмена энергией!

Мастер или Учитель получает компенсацию только за свой труд. В любой профессии считается само собой разумеющимся, что труд должен вознаграждаться, и только на труд в эзотерической области смотрят по-другому.

Каждый духовный Учитель вложил много времени и денег в свое образование. Поэтому накопление приобретенного опыта и дальнейшее повышение квалификации связаны с финансовыми и временными затратами (участие в семинарах, курсах и т. д.). Учитель передает ученику свои знания, уделяет ему внимание и время. Происходит совершенно естественный обмен энергией: Учитель отдает свои знания - ученик возвращает энергию в какой-либо форме. Так как деньги - это концентрированная форма энергии, общепринятый эквивалент при обмене услугами или товаром, а также определяющий их ценность, то вполне естественно, что Учитель получает деньги за свой труд. Ученик или клиент **должен** внести свою энергию, для того чтобы достичь кармического равновесия и создать благоприятную возможность для дальнейшего духовного развития. Энергия ученика, клиента, пациента находит свое выражение в его времени и частично в его материальных средствах.

Если кто-то из вас не соблюдает закона обмена энергией, то пора заглянуть в себя и разобраться, что за этим кроется. Как правило, это самонедостаточность, и вам необходимо развить чувство собственного достоинства. Вы не цените себя и свой труд.

Подумайте над этим!

Духовному Мастеру необходимы деньги так же, как и другим, для исполнения своей работы и предназначения.

Мне хотелось бы завершить эту тему изречением Мастера Хазрата Инайята Хана: "... в этом мире - такова сегодняшняя жизнь - сложно передвигаться без денег. Если бы я хотел прочитать лекцию, но у меня не было бы помещения, то это было бы невозможно. И если бы не было объявлений в газетах, то никто бы не узнал об этом и, может быть, всего лишь два или три человека были бы столь добры, чтобы прийти и слушать меня...

Духовное достижение не лишает человека материальных выгод. Только надо помнить, что духовные вещи идут в первую очередь. И для того, чтобы стать духовным, необязательно бросать мирские вещи или все, что хорошо, красиво и значительно с точки зрения материального мира. Соломон со всем его богатством был не менее мудр. Человеку не нужно бросать все, что он имеет, для того, чтобы стать духовным. И если кто-то думает не так, то очень жаль".

Библия о деньгах

Давайте заглянем в Библию и посмотрим, что же она говорит о деньгах. Она полна противоречивых высказываний на эту тему: от категорического отрицания денег - до дифирамбов им, что неудивительно при таком количестве авторов Библии. Больше всего поражает актуальность многих высказываний. Часть библейских высказываний сформировала наше "нищенское сознание". Привожу некоторые из них:

"Скорее верблюд пройдет через игольное ушко, чем богатый в царство божье."

Так же широко известно изгнание Христом менял из храма божьего.

Менее распространена притча Христа в Евангелии (от Луки) о господине и его рабах:

"Некоторый человек высокого рода отправлялся в дальнюю страну, чтобы получить себе царство и возвратиться. Призвав же десять рабов своих, дал им десять мин и сказал им: употребляйте их в оборот, пока я возвращусь.

И когда возвратился, получив царство, велел призвать к себе рабов тех, которым дал серебро, чтобы узнать, кто что приобрел.

Пришел первый и сказал: господин! мина твоя принесла десять мин.

И сказал ему: хорошо, добрый раб! за то, что ты в малом был верен, возьми в управление десять городов.

Пришел второй и сказал: господин! мина твоя принесла пять мин.

Сказал и этому: и ты будь над пятью городами.

Пришел третий и сказал: господин! вот твоя мина, которую я хранил, завернув в платок. Ибо я боялся Тебя, потому что Ты человек жестокий: берешь, чего не клал, и жнешь, чего не сеял.

Господин сказал ему: твоими устами буду судить тебя, лукавый раб! ты знал, что я человек жестокий, беру, чего не клал, и жну, чего не сеял. Для чего же ты не отдал серебра моего в оборот, чтоб я пришел получил его с прибылью?

И сказал предстоящим: возьмите у него мину и дайте имеющему десять мин.

И сказали ему: господин! у него есть десять мин.

Сказываю вам, что всякому имеющему дано будет, а у неимеющего отнимется и то, что имеет".

Приведенный пример интересен тем, что он содержит основные законы денежного сознания: имущему будет дано, золото стремится к золоту, зависть наказуема.

Обратите внимание на нищенское сознание окружающих, которые не могли понять, почему именно успешный получил еще вознаграждение: "Господин, у него есть десять мин!" Так же очень важно указание, что добросовестность в мелких делах (в данном случае с небольшими суммами) приносит богатые плоды: "за то, что ты в малом был верен, возьми в управление десять городов".

"Имущество богатого - крепкий город его, беда для бедного - скудость их". Притчи Соломона 5, 7, 12, 17

Эзотерические принципы денег

Деньги как "Земля", деньги как "Воздух"

Всем известны четыре элемента: земля, вода, огонь, воздух. Это основные структуры Космоса и понимаются как его принципы.

Например: Принцип "земля" в эзотерике (по Гермесу Трисмегисту) представляет материальные, психические процессы, все, что связано с жизнью. "Вода" - принцип восприятия, пассивного, таинственного (сон, фантазия и интуиция). Элемент "огонь" - принцип динамики, активности, силы воли, импульса и побуждения. "Воздух" - принцип подвижности, общения, мысли и передвижения.

Рассмотрим два элемента: землю и воздух.

Уравнение "земля=деньги" исторически сложилось лишь в XIX веке. "Земля" олицетворяет все конкретное: материю, имущество и структуру, поэтому понятно приравнивание денег к элементу "земля".

В XIX веке под богатством понималась недвижимость: земельные владения, поместья, дома, замки, - все, что солидно, неподвижно, служило капиталовложением. Ценность денег измерялась тяжелыми металлами (серебром и золотом), которые складывались в государственные банки. И несмотря на то, что существовали биржевые спекуляции, тем не менее престижными считались все недвижимые ценности.

Ранее было принято уравнение "воздух=деньги". В действительности деньги - обещание, слово и по своей природе подвижны. Деньги - мыслеформа, символ энергии и не имеют собственной ценности.

Деньги - веселый спутник, повеса, который не может долго оставаться на одном месте, поэтому он является лучшим другом торговца, перевозящего товары с места переизбытка на место их недостатка. Они оба живут от подвижности. По этой причине деньги "печалются", если их пытаются удержать на

одном месте. Весы, знак "воздуха" в астрологии, считаются воплощением торговли. Римский бог Меркурий (у греков Гермес), подвижный, хитроумный и ловкий (посланник богов в крылатых сандалиях, дорожной шляпе и с жезлом в руке), считался раньше покровителем денег и путешественников (торговцев и воров). Даже сегодня оккультисты применяют древние "меркурии" ритуалы, когда хотят поправить свои денежные дела.

Какое же значение имеет это все для нас? Огромное!

Как только мы начинаем видеть в уравнении "деньги=воздух" что-то нестатичное, деньги сразу теряют наибольшую часть угрожающего. Понимание того, что деньги эфемерны и подвижны, поможет нам осознать и принять деньги как игру, выражение божественного танца бытия, олицетворение постоянно видоизменяющихся и взаимозаменяющихся энергий Инь и Янь.

Медитация "Персонафикация денег"

Предлагаю сейчас провести следующую медитацию:

Вы садитесь в позу Рэйки-медитации, вступаете в контакт с силой Рэйки в соответствии с вашей ступенью. Вы представляете себе деньги как людей. Представьте себе, что раздается звонок в дверь, вы открываете ее и на пороге стоят деньги, пришедшие к вам в гости. Понаблюдайте, как будут развиваться события, что вы скажете, как поведете себя с ними...

Мы всегда встречаемся с деньгами на нашем уровне сознания. Если мы считаем, что деньги даются с трудом, то они и будут приходить к нам с трудом. Внешняя действительность всегда приспосабливается к нашей внутренней, согласно вселенскому закону: "как внутри, так и снаружи". Деньги учат нас не заикливаться на источнике дохода. Мир денег полон сюрпризов, и это делает жизнь занимательной.

Если деньги - живые существа, то почему мы ожидаем, что они придут к кому-то, кто их от души не любит и презирает?! Они всегда идут туда, где их ждут и весело, играючи с ними обходятся. Деньги хотят получать удовольствие, как всякий художник легкого жанра. Как вы относитесь к другу, который постоянно вас использует? Он приходит, если ему что-то от вас нужно, а когда у него все хорошо, он не дает о себе знать. Вам это вскоре надоест, и вы распрощаетесь с ним. Всегда найдется человек, с которым принцип "давать - брать" будет работать гармоничнее.

Представим себе следующую историю. Деньги пришли в гости. Вы приняли их радушно, усадили за стол, напоили, накормили. Потом провели вечер за интересной беседой. Наконец, ваши гости (деньги) хотят распрощаться и покинуть гостеприимный дом. Но вы закрыли двери на ключ и решили удержать гостей насильно в своем доме. Как вы думаете, как среагируют деньги? Как любой гость, свободу которого ограничили, деньги непременно найдут способ вырваться и, конечно, никогда больше не придут к вам.

Еще пример. Как вы будете реагировать, если друг будет липнуть постоянно, как пиявка, пытаясь навязаться и привязать вас к себе? Вы ретируетесь, не правда ли? **Точно так же ведут себя деньги!** Если мы к деньгам хорошо относимся ради них самих, тем самым хорошо относимся к себе.

Мне хочется рассказать коротко историю одного человека. Это очень славный, открытый и светлый человек, который твердо верит в то, что к нему всегда придет то, что ему необходимо. И действительно, жизнь постоянно одаривает его! Но время от времени он бросает фразу: "Мне не нужны деньги!" Кроме того, он боится получать деньги за труд и вообще брать их в руки. Но при этом ему хочется иметь все на материальном уровне. За этим стоит нежелание открыто посмотреть на противоречие. Как вы думаете, что происходит? Случается следующее: периодически обкрадывают его квартиру, и он лишается всего, что жизнь ему до сих пор подарила. Как видите, отрицание денег как одного из жизненных аспектов не остается безнаказанным!

Деньги придут к нам, если мы любим их наличие, уважаем их, наслаждаемся ими и помогаем себе и близким.

Деньги, как электричество или радиоволны, абсолютно нейтральная сила, энергия, которую можно использовать как для добра, так и для зла. С пониманием этой истины приходит мистическое знание, что "давать" приносит больше радости, чем "брать". Однако это не исключает - "принимать".

Поливайте ваше денежное дерево в саду Эдем! Будьте добры к себе и деньгам, тогда возникнет крепкая дружба, основанная на привязанности и верности.

Определите ваше отношение к деньгам

Ниже приведен тест из книги Р. Тегмейера "Дух в монете". Проведите его, он поможет ясно увидеть ваше отношение к деньгам и правильно оценить ваше денежное сознание.

1. Что означают деньги для меня лично?

- а) это пестрый, разнообразный вопрос (дело);
- б) они дают мне защищенность, комфорт, престиж и авторитет;
- в) это только средство для...

2. Как я внутренне отношусь к деньгам?

- а) я люблю деньги;
- б) деньги для меня только неизбежное зло;
- в) я от всего сердца презираю деньги.

3. Я работаю потому, что:

- а) мне моя работа доставляет удовольствие;
- б) я должен зарабатывать деньги;
- в) я должен работать.

4. Жизнь:

- а) нужно наслаждаться, где только возможно;
- б) сочетание удовольствия и страданий;
- в) только борьба.

5. Монеты и купюры:

- а) я всегда любил;
- б) вызывают во мне нейтральное отношение;
- в) вызывают во мне брезгливость.

6. Последний раз я рассматривал в деталях купюру:

- а) всего несколько дней/часов тому назад;
- б) давно (более 6 месяцев);
- в) еще ни разу.

7. Последний раз я поглаживал монеты и купюры:

- а) всего несколько дней/часов тому назад;
- б) давно (более 6 месяцев);
- в) еще ни разу.

8. Если у меня будет много денег:

- а) я радуюсь и наслаждаюсь этим;

- б) я подумаю, как их поместить наилучшим образом;
- в) меня мучат угрызения совести, это тяготит меня.

9. Если у меня будет очень мало денег:

- а) я реагирую спокойно, они придут снова;
- б) я слегка взволнован и размышляю над тем, как я это могу изменить;
- в) я очень взволнован, сердит и испытываю страх.

10. Если я вдруг выиграю деньги или получу их в подарок:

- а) я очень рад, сразу же трачу часть денег на подарок любимому человеку;
- б) я очень рад и размышляю над тем, как их использовать наилучшим образом;
- в) почему это не может происходить почаще?

Если вы 8 раз зачеркнули пункт а):

У вас здоровое отношение к деньгам, и вы умеете получать удовольствие за деньги. Вы играете с деньгами, и это укрепляет ваше здоровье. Продолжайте в том же духе. Даже если на вашем счету лежит немного денег, вы - богатый человек с огромным потенциалом счастья и жизнерадостности. Упражнения помогут вам еще больше развить это.

Если вы в целом 7 раз или чаще зачеркнули пункты б) и в):

Вы, наверное, не осознаете, что предпринимаете все возможное, чтобы деньги не чувствовали себя у вас уютно. Это приводит к напряжению и недостатку легкости в обращении с материальными и душевными проблемами. Распрощайтесь с пессимизмом и предрассудком, что зарабатывание денег обязательно сопряжено с лишениями, отказом и тяжелым трудом. Старая поговорка гласит: "Каждый кузнец своего счастья!" Смейтесь чаще над финансовыми трудностями и не переоценивайте их, так как угрюмость и брюзжание еще никому не помогли, а решению ваших проблем - тем более.

Если вы в целом 7 раз или чаще зачеркнули пункт б):

Ваше отношение к деньгам очень трезвое и благоразумное. Не позволяйте вашему отношению к деньгам себя сужать и не теряйте цели. Возможно, вам немного не хватает чувства юмора, игривости и в жизни, и в обращении с материальными ценностями. Ваше стремление к безопасности идет от разума, а это не следует преувеличивать! Вы должны внутренне и внешне больше отпустить и чаще радоваться жизни. Приветствуйте деньги не только как средство, а как партнера, который может и хочет принести вам много радости.

Если вы в целом 7 раз или чаще зачеркнули пункт в):

Ваше отношение к деньгам, мягко выражаясь, скверное. Даже если вы этого не осознаете, вы страдаете от страха перед существованием, которое выдает внутреннюю неуверенность и недостаток собственного достоинства. Вы считаете, что жизнь вас обошла и вам мало досталось. Пора решительно взять судьбу в собственные руки. Причитать сложа руки не поможет, вместо этого осознайте ваши механизмы самонаказания и трансформируйте их. Тогда к вам придет жизнерадостность. Рекомендуются особенно интенсивно заняться упражнениями, связанными с "сознанием нищеты".

Любые другие комбинации:

Ваше отношение к деньгам достаточно смешанное, но подающее надежды. Вероятно, вам не хватает самосознания и фантазии. Если вы научитесь встречать деньги так, как вам хотелось бы быть принятым друзьями, то деньги вас не разочаруют. В вас есть способности довериться деньгам и правилам их игры. Немного оптимизма и жизнерадостности значительно улучшат ваше положение.

Формирование правильного денежного сознания

Причины сложного отношения к деньгам

Почему мы не воспринимаем деньги правильно, почему наше отношение к ним так противоречиво? С помощью Рэйки-медитации мы можем заглянуть в себя и определить истинное отношение к деньгам и причины неприятия их.

Предлагаю вам сейчас помедитировать.

Медитация "Что мешает принять благосостояние?"

Кто не знаком с техникой Рэйки-медитации, может ознакомиться с ней в конце книги, в приложении.

Вы садитесь в позу Рэйки-медитации, вступаете в контакт с силой Рэйки, углубляетесь в себя и задаете себе вопрос: "Что мешает мне впустить благосостояние в мою жизнь?"

Запишите в "денежный" дневник свои переживания, ощущения, мысли и видения, возникшие у вас во время медитации.

Что мешает принять деньги

На семинарах, которые я проводила, выяснилось, что примерно 10 типичных причин мешают людям впустить в свою жизнь благосостояние.

Участники семинаров часто удивлялись тому, насколько у них схожие причины.

Но сначала рассмотрим слово благосостояние - это благое состояние, т. е. блаженство. Почему же люди боятся и не впускают в свою жизнь благое? Я полагаю, что в сознании людей благосостояние в первую очередь связывается с деньгами. Люди забывают о том, что в благость входит еще состояние души, т. е. не материальные ценности. Это является самой распространенной причиной, почему мы не впускаем благосостояние в свою жизнь!

Другие очень распространенные причины неприятия изобилия:

1. страх (перед жизнью, деньгами);
2. недоверие к себе, жизни;
3. нежелание брать на себя ответственность;
4. нелюбовь к себе;
5. неуверенность в себе;
6. недостаточное чувство собственного достоинства;
7. чувство вины;
8. лень;
9. зависть;
10. ощущение денег некрасивыми, грязными.

Как видим, различные чувства отрезают людей от источника изобилия. Давайте проанализируем эти чувства, связанные с благополучием (деньгами), которые многим мешают принять жизнь с ее изобилием.

Самая распространенная причина, мешающая людям впустить благосостояние в их жизнь - страх. Что же на самом деле скрывается за этим сильным эмоциональным чувством?

Все в нашей жизни подвержено изменению, ничто не является постоянным - один из основных законов Космоса. Вся наша жизнь - изменяющийся поток состояний и явлений.

Как правило, за этим стоит страх перед жизнью, ее переменчивостью, кажущейся многим угрожающей и пугающей. Мы боимся малейшего изменения в привычной повседневности и судорожно цепляемся за нее. Мы вкладываем всю нашу энергию в сохранение нашего статуса, накопленных материальных благ и т. п., так как окружающие нас вещи создают иллюзию защищенности.

Важными шагами являются принятие жизни, с изменчивостью и недолговечностью, вникание в суть жизни, осознание наших личных шансов и использование их.

Программы, заложенные в нас в раннем детстве, блокируют этот процесс. Мы постоянно слышали от наших родителей, что жизнь тяжела, мир за окном жесток, что выживает только сильный, в жизни даром ничего не дается и никому нельзя доверять. Все это не прошло бесследно.

Если у вас такое же представление о жизни, то составьте список представлений ваших родителей о жизни и роли человека в ней.

Страх перед изобилием может быть вызван чувством недоверия к себе и неуверенностью в силах, что приводит к нежеланию брать на себя ответственность за свою жизнь, боязни принимать решения и отвечать за свои действия, избеганию риска.

Запишите высказывания и замечания родителей в ваш адрес, например, о вашем поведении, способностях, успехах и т. д.

Страх также может быть вызван неприятием себя такими, какие мы есть. Нелюбовь к себе, как и все остальные сильные чувства, заложена в нас с детства. За проступки нас наказывали невниманием и лишением любви. Мы все время старались заслужить любовь нашего окружения. Всем нам знакомо: "Если ты будешь хорошо себя вести и будешь послушным, то получишь то-то!" или "Ты непослушный ребенок, и я не люблю тебя!". Постепенно в нас закрепилось чувство, что мы не заслуживаем любви, такими какие мы есть.

Нелюбовь к себе, неприятие себя - основные причины 90% всех наших комплексов и жизненных проблем.

Наше отношение к себе отражается в отношении к деньгам. Если мы любим себя, то с удовольствием будем снабжать себя всем необходимым, в том числе деньгами, и будем жить в изобилии. Если мы не любим себя, то будем лишать себя денег и прочих благ. Только через любовь к себе мы способны осознать свою ценность и можем использовать деньги как необходимые средства для жизни.

Составьте список происшествий, когда вас наказывали невниманием и лишением любви.

Страх остаться без денег - это, по большому счету, недоверие к жизни, незнание и непонимание вселенских законов. Если в вас есть страх остаться без денег, то даже богатство не даст вам чувства уверенности. Нам всегда кажется, что их недостаточно. Мы боимся их тратить даже на необходимое, и наша жизнь превращается в жалкое существование при наличии денег.

Только трансформация чувства страха откроет нам новые горизонты и возможности. Отпуская страх остаться без денег, мы позволяем себе иметь деньги. Мы начинаем видеть шансы жизни. Наше финансовое положение меняется, мы создаем возможность получать то, что нам необходимо, и более того.

Составьте список ваших мыслей по поводу денег, сохраните его для последующей работы над созданием сознания богатства.

Из всего изложенного видно, что только мы сами закрываем дорогу нашему благосостоянию. Если мы поймем, что никто ни у кого ничего не отбирает, а Космос полон изобилия и готов одарить всех, то мы сможем раскрыться и допустить изобилие.

Однажды, когда меня пригласили на свадьбу, я произнесла тост: "Мир да любовь новобрачным! И чтобы дом был полной чашей!"

Меня поразила реакция матери жениха, которая резко высказалась, что богатство не нужно, была бы только любовь. Этой фразой она тут же перекрыла молодой семье дорогу к изобилию. Кроме того, я полагаю, что мышление новобрачного соответствовало отношению к деньгам, сложившемуся в родительском доме.

Изобилие определяется не количеством денег, а тем, как человек себя ощущает с теми деньгами, которыми он владеет.

Ниже приведены результаты исследования различного отношения людей к деньгам. Они были опубликованы Р. Тегмейером в книге "Дух в монете". Это поможет ясно увидеть ваше отношение к деньгам и оценить денежное сознание.

Наиболее распространенные ошибки в обращении с деньгами

- деньги достаются только тяжелым трудом;
- работа только ради денег;
- считать, что приобретение богатства возможно только за счет других;
- понимать деньги только как средство для достижения цели;
- не осознавать всесущность денег;
- не воспринимать деньги всеми нашими чувствами ощущения;
- полагать, что финансовая зависимость - это рок судьбы и не подлежит изменению;
- незнание основных законов денег;
- недостаточное осознание денег;
- восприятие денег в качестве статичной, неживой материи;
- превращение страхов в денежные заботы;
- превращение чувства вины в долги;
- ценность денег считать объективной;
- видеть возможность разрешения своих личных, душевных и материальных проблем в зависимости от наличия денег;
- связывать денежный успех с занимаемым положением;
- недостаток личной инициативы;
- верить, что деньги портят характер;
- читать деньги "грязными";
- ничего себе не позволять;
- скупость и мелочность в денежных делах;
- боязнь, робость перед богатством;
- зависть к преуспевающим в финансовых делах;
- недостаточное чувство собственного достоинства;
- недооценка, недопонимание собственного внутреннего богатства;
- считать деньги самым важным в жизни.

Многие ошибочные представления о деньгах породили популярные мифы.

Выдержки из книги Ф. Лаута "Деньги - мои друзья" подтверждают это:

"Существует несколько популярных мифов о деньгах...

Это то, чему нас обучили в отношении денег наши родители, учителя, наши консультанты и другие мудрые, но, возможно, не очень финансово успешные люди.

Наиболее популярный миф - это то, что **тяжелый труд является обязательным условием, главным причинным фактором богатства**, т. е. получение денег - изначально неприятная деятельность. Статистика, с которой я ознакомился, не подтверждает правильности этого убеждения.

Если тяжелая работа во имя денег производит богатство, то каждый, кто работает тяжело, должен быть богатым. Однако богатые люди работают гораздо меньше, чем бедные. Идея о том, что тяжелая работа приводит к богатству, является основополагающей в кодексе пуританской рабочей этики. Подавленность среднего класса американских работников ежедневно демонстрирует бесполезность этой идеи. Если ваши родители возвращались домой каждый день с работы усталыми, то вы могли узнать этот миф от них.

Если вы работаете только ради денег, Вы скорее всего уже обнаружили, что деньги никогда не вознаграждают в достаточной мере.

Люди, которые работают только ради денег, имеют тенденцию брать в долг и приобретать в кредит дорогие вещи, пытаясь получить удовольствие, которое не могут получить в процессе работы. Удовольствия - не оплачиваются.

Другой распространенный миф о деньгах заключается в том, что нельзя получать оплату за свои удовольствия.

... Большинство миллионеров, которых я знал, наслаждались своей работой...

Еще один популярный миф о деньгах: **правильный выбор занятия - ключ к финансовому успеху**.

Если вы задумаетесь над этим, то, возможно, вспомните несколько человек, которые успешны или неуспешны в финансовом отношении в каждом роде деятельности.

К тому же существуют люди, которые финансово успешны в самых невероятных занятиях.

Следующий миф о деньгах - **образование обеспечит ваш финансовый успех**.

Эта идея особенно популярна среди преподавателей, чье огромное влияние на студентов больше определяет популярность этой идеи, чем ее достоверность. Если бы эта идея была безусловно правильной, профессора колледжей и преподаватели институтов были бы самыми богатыми людьми в нашей стране. Однако большинство известных мне преподавателей бедны.

Еще один известный миф о деньгах заключается в том, что **всего вокруг недостаточно** - чем больше вы приобретаете, тем меньше остается для других, поэтому лучше быть бедным и праведным, чем богатым и грешным.

Люди с такой идеей обычно обижаются на богатых. Как это ни смешно, именно обида на богатых людей сохраняет бедных в бедности, потому что, если они разбогатеют, им придется гораздо больше обижаться на себя.

Истина заключается в том, что деньги были придуманы людьми для собственного удобства. Поскольку деньги приходят к вам от других людей, единственное, что вы можете сделать с ними - это отдать их другим людям, если, конечно, у вас нет привычки набивать свой матрас излишками зеленых".

Развитие правильного денежного сознания

Подумайте, для чего Бог дал нам возможность невероятного изобилия и неужели он ожидает от нас, что мы должны жить в бедности и страдать от нужды? Выставляя бедность, которая неестественна, как правильное представление - не что иное, как искажение, извращение. Это, возможно, служит определенным интересам, но противоречит естественным, космическим законам.

Нищенское сознание и как мы его лелеем

Поговорим о нищете. Что понимают под этим и что неправильно понимать под этим? Как правило, под этим понимают "не иметь средств". Это выражение очень показательное. Не иметь средств! Каких средств? Денежных? Совсем необязательно, так как нищенское сознание существовало еще до появления денег.

Средства можно понимать в материальном смысле, в этом случае нищета означает недостаток питания, одежды, пристанища и т. д. Это обычное понимание бедности.

Существует другое выражение - "духовная нищета", которое относится к интеллектуальной и душевной бедности. Как правило, программирование на "духовную нищету" происходит уже в детстве, под влиянием окружающей среды: семьи, школы, друзей, религии.

Владимир Жикаренцев пишет: "Опыт детства впечатывается в нашу клеточную память и мы начинаем вести образ жизни родителей; становясь взрослыми, мы неизбежно моделируем обстановку нашего детства. В первых годах жизни человека скрыты практически все ключи к тому, что происходит с ним сейчас. Только хотение и намерение способны изменить жизнь".

Убеждение в том, что вам ничего не полагается, так как вы этого недостойны, сидит у многих людей так глубоко, что вы неосознанно будете предпринимать все возможное для подтверждения этого. Духовная нищета - это нелюбовь к себе, когда вы уверены в том, что плохо себе что-либо позволить, что в жизни все добывается тяжелым трудом и нужно заслужить. Заслужить означает выслужить, дослужиться до чего-то. За этим стоит убеждение, что вы сами по себе недостойны, что не по заслугам вам стать богатым или обладать богатством. Это обычный образ мышления "жертвы" обстоятельств. Внешние обстоятельства служат нам как алиби, чтобы оправдать нашу собственную несостоятельность, к которой нас привела наша духовная бедность.

Мне хотелось бы привести пример того, как нелюбовь к себе ограничивает нашу жизнь.

Одна моя знакомая Л.М., живущая тоже в Берлине, ничего себе не позволяла, даже лишний раз выпить чашку кофе в кафе. При этом Л.М. сама хорошо зарабатывала, но каждый раз, когда она хотела себе что-то купить, у нее появлялись угрызения совести и она либо покупала себе самое дешевое, или уходила без покупки. Однажды Л.М. нужно было купить вечернее платье к свадьбе ее сына. Она отправилась на поиски платья, обошла несколько магазинов и в одном нашла два подходящих платья. Одно из них выглядело очень прилично и стоило относительно недорого, скажем, 300 ДМ. Другое же ей нравилось и очень было к лицу, но оно стоило 900 ДМ. Как вы думаете, какое платье Л.М. купила? Верно, более дешевое! Несмотря на то, что второе платье очень подходило Л.М. и владелица магазина даже скинула треть цены, отдавая ей за 600 ДМ. Купив более дешевое платье, очень довольная своей экономностью, Л.М. отправилась домой. Дома она показала платье и домочадцы одобрили ее покупку. Но когда она назвала цену, ее муж отреагировал довольно несдержанно: "Так дорого, 300 марок!". Л.М.

почувствовала себя очень виноватой и стала оправдываться, что для вечернего платья это недорого и дешевле ничего не было в продаже.

На следующий день Л.М. вместе с мужем пошла в торговый центр неподалеку от дома. Когда они проходили мимо мужского магазина, то муж отметил, что ему нужен новый костюм, так как старый уже вышел из моды. Они вошли в магазин, муж выбрал пару костюмов, примерил и купил один из них, не глядя на цену, за 1000 марок. У Л.М. остановилось дыхание, в ушах прозвучала фраза мужа: "Так дорого, 300 марок!". Она поняла, что в глубине души не любила себя, что она наказывала себя десятилетиями, ничего не позволяя и во всем отказывая. Годами Л.М. не осознавала этого и не понимала, что муж постоянно, как зеркало, показывал ее отношение к себе, ее нищенское сознание. У нее открылись глаза, и она дала себе слово впредь руководствоваться своими желаниями и покупать по правилу правой руки, т. е. не смотреть на цену. Тем более, что Л.М. прилично зарабатывала и материально была независима. Моя знакомая рассказывала мне, как тяжело было ей претворить свое решение в жизнь. Со временем она научилась удовлетворять свои желания без угрызений совести, даже начала легко и свободно баловать себя. С этого момента ее жизнь изменилась к лучшему, здоровье поправилось, она стала раскованнее, веселее и счастливее.

Еще драматичнее, когда наша духовная нищета принимает формы самонаказания. Механизм самонаказания вырабатывается еще в детстве, когда проступки наказывались лишением любви, душевного тепла и денег. Кроме того, чувство внутренней вины стимулирует в равной мере механизмы самонаказания. Общеизвестно, когда будущие наследники наказывали себя многолетними неудачами и в итоге - бедностью. Их подсознательно мучили угрызения совести, так как они считали порочным получать выгоду от смерти любимого человека. В том, что до получения наследства оставались бедными, в подсознании они надеялись морально заслужить полученное богатство.

То, на чем вы концентрируете ваше внимание, получает энергетическую подпитку и затем реализовывается. Запомните это!

Составьте список внутренних чувств вины и нелюбви к себе. Проследите связь между этими чувствами и вашим финансовым положением.

В конце книги предлагаются определенные техники для работы над собой и в частности как научиться любить себя.

Перейдите от нищенского сознания к сознанию богатства. Изменение вашего сознания в сторону благополучия приведет вас в первую очередь к духовному росту и финансовому успеху. Приобретение благосостояния даст вам независимость, свободу, так как деньги будут работать на вас, а не вы на деньги.

Освобождение от страха перед существованием путем негативной визуализации

Если вы страдаете от страха перед существованием и, например, боитесь остаться без денег (никогда не говорите "без средств", так как, пока вы живы, вы никогда не будете без "средств"), боитесь, что вас выкинут на улицу и вы умрете с голоду, то примените метод каратистов: они никогда не пытаются нападение противника отразить созданием стены, напротив, используют его энергию для победы над ним. Луиза Хей предлагает в таких случаях задать себе следующие вопросы: "Почему я не нашел приюта в себе самом? В чем чувствую себя брошенным? Что мне нужно для обретения внутреннего покоя?" Все внешние переживания являются отражением внутренних убеждений, закон Космоса "Как внутри, так и снаружи".

Медитация "Освобождение от страха перед существованием"

Возьмите самое страшное представление, войдите в него и осознанно усильте его. Нарисуйте себе ментально в подробностях; вы страдаете от голода, истощения, не можете заплатить за квартиру и вам грозит выселение, вы с позором покидаете родные места и держите в руках два пластиковых мешочка, в которых уместилось имущество. Представьте себе, что вы ночуете в ночлежке и приходится попрошайничать. Войдите целиком в представляемую ситуацию, примените все театральные способности, рисуйте все в самых черных красках, исходите от жалости к себе.

Вы обнаружите, что через какое-то время ваши страхи оскорбленно начнут ретироваться, так как они живут и питаются тем, что их лишают жизненного пространства и не воспринимают осознанно. Наши страхи не любят, когда их не принимают всерьез и обращаются с ними играючи и с юмором. Тот, кто обладает юмором, очень редко страдает страхами. Кроме того, страхи питаются всем неизвестным, непривычным. Повторяйте это упражнение так долго, пока не поймете, что в действительности все не так страшно, как вы себе представляли. Как правило, достаточно 1-2 раз, чтобы страхи потеряли их парализующее воздействие на вас. Благодаря этому вы сделаете огромный шаг вперед, научитесь не поддаваться денежным заботам.

Аффирмация

Жизненные обстоятельства не влияют на мой денежный успех, а только мое внутреннее отношение к деньгам.

Создание сознания богатства

Сядьте удобно, углубитесь в себя и задайте себе вопрос: "Как я отношусь к богатым людям?"

Внесите ваши мысли, эмоции и ощущения в ваш "денежный дневник" и затем поразмышляйте над тем, что вы записали. Ваше отношение к богатым откроет вам многое и, что особенно важно, обладаете ли вы сознанием богатства.

Вспомним, что приобретение денег не является серьезным делом - это игра. Многим кажется, что они играют с силами, находящимися вне их, например, с рыночной экономикой. Но если вы действительно поймете, что это игра, то обнаружите, что играете сами с собой.

Правила ведения этой игры влияют на качество вашей жизни и определяют границы вашей свободы.

Для того, чтобы приобрести свободу, вам необходимо проверить, как вы относитесь к изобилию и финансам. Пересматривая отношение к деньгам, вы освобождаетесь от старых структур мышления и сможете перейти от борьбы к жизни в потоке и гармонии, от скупости к роскоши.

Понятно, что деньги - только одна из форм изобилия. Кроме того существует изобилие счастья, любви, шансов и дружбы. Однако очень часто отсутствие денег сопровождается отсутствием других форм изобилия.

Отличие между "иметь деньги" и "не иметь их" невелико. Это всего лишь очень маленький и тонкий сдвиг в сознании.

С. Уайльд пишет в своей книге "Деньги: текущая энергия":

"Когда я сам с собой пришел к соглашению принять все деньги, которые мне Космос способен предложить, в моем сознании произошла драматичная перемена. Сначала я должен был быть сам убежден в том, что я стою того - получить свободные деньги. Затем я должен был знать, что это нормально - получать деньги без напряжения. К этому моменту представление, что деньги можно

заслужить только тяжким трудом, я уже отбросил. Далее я открылся тому, чтобы просто подбирать деньги, которые я нахожу.

В течение нескольких месяцев после этой новой аффирмации я нашел шесть кошельков".

Вы получите финансовые подарки только тогда, когда войдете в поток энергии денег.

Создание сознания богатства - это, в первую очередь, осознание собственного внутреннего богатства, и как следствие этого процесса, вы становитесь богатым внешне. Ваше чувство собственного достоинства увеличивается вместе с ростом сознания богатства. Ваш энергетический потенциал возрастает, вы становитесь более уверенными и целенаправленными, жизнь становится легкой и переходит из категории борьбы в категорию игры. Как я уже упоминала, речь идет не только о деньгах, а о вашей личности в целом. В любом случае приобретение сознания богатства принесет вам успех, независимо от денежного выигрыша. Итог этой целенаправленной работы над собой - свобода, и если вы действительно пожелаете, то сознание богатства также преумножит ваше материальное благосостояние. В конце книги предлагаются практики для духовного роста.

Итак: мыслить в "сознании богатства" - только привычка, которую необходимо выработать. По мере расширения ваших возможностей Космос все больше реагирует изобилием. Осознанное изобилие является важнейшим шагом в увеличении ваших финансов, так как оно исходит от вашего внутреннего чувства, которое говорит вам, что изобилие - естественное состояние, и это притянет обстоятельства, необходимые для претворения в жизнь вашего ощущения.

Построение сознания богатства состоит из нескольких этапов:

1. Знание вселенских законов.
2. Целенаправленная работа над собой.
3. Понимание мира денег.
4. Знание денежных законов.
5. Умение применять денежные законы.

Теоретические основы

Законы Вселенной

Прежде чем перейти к денежным законам и денежному тренингу, необходимо ознакомиться со вселенскими законами и эзотерическими принципами денег. Очень важно усвоить их, понять вселенские законы, так как Вселенная живет по ним и деньги как одна из форм энергии тоже подчиняются им.

Вся вселенная, Космос пронизан Абсолютом или Высшим Разумом. Все исходит из этого единого источника и все находится в нем, нет ничего вне Всесущей Силы. Значит, и человек находится в Боге и является его частицей. Вся жизнь - это единое целое.

Физическая вселенная - это энергия

Наша физическая Вселенная состоит только из одной силы или эссенции - энергии.

Предметы на материальном уровне воспринимаются нашими органами чувств как твердые и не связанные друг с другом. На более тонком уровне, например на атомарном или субатомарном, материя разлагается на более мелкие частицы и в конечном итоге оказывается, что все это только энергия в чистом виде.

Мы и все вокруг нас является энергией, мы - составная часть одного большого энергетического поля. Все предметы, которые мы воспринимаем как изолированные, являются в действительности только различными формами нашей эссенциальной энергии. Мы все - единое целое, буквально и физически.

Энергия имеет различную скорость колебания и вследствие этого обладает различными качествами: тоньше или плотнее. Например, мысли являются относительно тонкой и легкой формой энергии и поэтому быстро и легко изменяемы. Материальные предметы - это относительно плотная, компактная энергия и по этой причине движется и видоизменяется медленнее. Кроме того, существует отличие между различными материальными формами. Живая материя видоизменяется относительно быстрее и реагирует легче на влияние. Например, скалы - наиболее плотная форма энергии, любое изменение их требует длительного воздействия. Но даже скалы подвержены изменению, например, через более тонкую и легкую энергию воды. Все виды энергии взаимодействуют между собой и влияют друг на друга.

Подобное притягивает подобное (энергия магнетична)

Энергия определенного качества или вибрации обладает способностью притягивать энергию того же качества и вибрации.

Мысли и чувства имеют свою магнетическую энергию, которая притягивает аналогичную энергию. Мы всегда притягиваем людей, события и жизненные обстоятельства, соответствующие качеству нашей энергии. Мы всегда чувствуем, например, с кем на "одной волне", то есть с кем мы находимся на одном вибрационном уровне.

Мы не раз испытали действенность этого принципа, когда "случайно" о ком-то подумали и этот кто-то в данный момент позвонил нам.

Идея первична, материя вторична

Мысли - тонкая, легкая и очень подвижная форма энергии. Они проявляются очень быстро, в отличие от такой более плотной формы энергии, как материя.

Мы создаем что-то сначала в мысленной форме. Проявлению предшествует всегда идея. Мысль "Я хочу встретиться с друзьями" возникает перед тем, как позвонить и договориться о встрече. "Мне нужны продукты" - идея, предшествующая действию покупки продуктов, и т. д.

У художника возникает сначала идея или приходит вдохновение, прежде чем он создает картину.

Идея - это план, содержащий картину с каким-либо образом. Эта картина магнетизирует физическую энергию и приводит ее к тому, что она начинает принимать данную форму и проявляться на физическом уровне.

По такому же принципу проявляются идеи или мысли, не содержащие формы. Например, если мы постоянно думаем о болезнях, в итоге заболеваем; или если мы действительно считаем, что мы красивые, то и будем такими.

Закон излучения и притяжения

Это правило, по которому все, что мы излучаем во Вселенную, возвращается к нам обратно. "Что посеешь, то и пожнешь".

Мы всегда притягиваем в жизни то, о чем часто думаем, во что верим, что глубоко внутри нас ожидаем или воображаем. Чем больше положительной энергии мы вносим в наши мысли, чувства и ожидания, тем больше положительного проявляется в нашей жизни.

Процесс видоизменения происходит на более глубоких уровнях, мы не можем изменить свою жизнь только с помощью "положительного образа мышления". Речь идет о том, что мы должны открыть наше глубинное отношение к жизни, исследовать его и видоизменить.

Творческая визуализация в сочетании с Рэйки - оптимальный метод для старта нашего внутреннего роста. В течение этого процесса мы осознаем, что только наши страхи и отрицательное мышление блокируют путь к изобилию, радости и счастью.

Закон обмена энергией

Вы помните историю доктора Усуи, когда он отправился в "город нищих" и начал исцелять больных?

Он хотел дать им возможность вернуться в общество и начать новую жизнь. Исцелившись и получив новое имя (по законам японского общества, перед началом новой жизни человеку давали новое имя), люди покидали нищенский квартал. Прошли годы, и доктор Усуи заметил, что многие вернулись и снова вели нищенский образ жизни. Они аргументировали это тем, что им гораздо проще вести привычный образ жизни, чем самим перенять ответственность за свою жизнь и найти место в обществе. Рэйки и полученное исцеление не имели для них никакой ценности.

Это открытие было шоком для доктора Усуи, и он понял, что должен был научить их чувству благодарности и ценить его работу и собственное исцеление.

Доктору Усуи открылась важность обмена энергией, и он понял, что **человек должен попросить об исцелении и вернуть полученное.**

Когда человек просит о помощи, то он готов принять ее и активно изменить свою жизнь. Кроме того, мы не имеем права без его согласия вмешиваться в высший план. И очень важно понять, что принимающий помощь должен вернуть принятое, в противном случае энергетический поток прерывается, что в свою очередь нарушает энергетический баланс получающего. Получая и отдавая энергию, мы создаем вокруг себя гармонию и баланс и, таким образом, способствуем нашему исцелению.

Творческая визуализация

Настоятельно рекомендую внимательно изучить принципы творческой визуализации и овладеть ими. Они понадобятся в процессе создания правильного денежного сознания, а также при составлении рабочего бизнес-плана.

Творческая визуализация базируется на **законах Вселенной.**

Творческая визуализация - очень сильный метод, использующий силу нашего воображения для достижения поставленных целей и не являющийся чем-то новым, необычным или чуждым нам. Мы используем ее ежедневно. Это наша естественная сила воображения, созидательная энергия Вселенной, которую мы подсознательно ежедневно применяем.

Визуализация - это способность детального воображения какой-то идеи или картины, рожденной нашей фантазией.

Сила нашего представления и мысли - сильные энергетические инструменты, которые могут изменять энергетическое состояние и исцелять. С помощью визуализации мы можем посылать энергию и качественно ее видоизменять. Творческая визуализация позволяет строить жизнь согласно нашим желаниям. Наше подсознание мыслит и выражается образами аналогично снам, которые мы видим каждую ночь. Визуализация желаемого состояния еще более действенна, чем работа с аффирмациями.

Основы техники творческой визуализации

Технику творческой визуализации могут применять все непосвященные в систему Рэйки, а также Рэйки любой степени.

Существует два способа визуализации - пассивный и активный:

1. При пассивном способе мы расслабляемся и рассматриваем картины или ощущения, которые в нас возникают, и не останавливаемся на деталях. Мы принимаем все, что приходит.
2. При активном способе визуализации мы выбираем сознательно и создаем то, что мы видим или хотим видеть.

Мы используем оба способа формы визуализации при работе с Рэйки.

Техника активной творческой визуализации:

1. В первую очередь поставь себе цель - над чем Ты хочешь работать.
2. Закрой глаза и расслабься. Представь себе перед Твоим внутренним взором предмет или желаемую ситуацию в мельчайших подробностях, а также то, что Твой объект визуализации уже претворился в действительность. Представь себе, что Ты уже находишься в желаемой ситуации, прочувствуй все подробности и детали.
3. Возвращай свою концентрацию к этой картине без борьбы и чрезмерного желания.
4. Внеси энергию, в соответствии с Твоей степенью Рэйки, в Твою цель.

Помни, что одного раза, возможно, недостаточно. Над поставленной целью необходимо последовательно работать до тех пор, пока не появятся результаты. Каков будет результат, зависит от того, откуда исходит Твое желание, из глубины Твоей души или от Твоего Эго. В любом случае итог Твоей работы будет плодотворным для Тебя.

Законы мира денег

Чтобы изменить свое отношение к деньгам и благополучию в целом, необходимо знать, какие принципы управляют миром денег.

Рассмотрим коротко четыре главных денежных закона:

1. Закон получения денег.
2. Закон расходования денег.
3. Закон накопления денег.
4. Закон инвестирования денег.

1. Закон получения денег: Заслужить (от слова служба, работа) не означает выслужить!

Деньги - это символ, воплощенный в бумагу и металл. Без творческой энергии и действия человека деньги не работают. Наивысшее богатство - наш человеческий дух. Только с его помощью мы создаем условия, при которых к нам охотно приходят деньги.

Позволяйте себе всегда самое лучшее! Это касается всего: материальных и духовных благ. Особенно важно руководствоваться этой установкой в выборе продуктов питания: "Ты ешь то, что Ты ешь!" Помните поговорку знатоков: "Я не настолько богат, чтобы позволить себе дешевые вещи!" Такой настрой начинает трансформировать сознание и позволяет материальному богатству войти в вашу жизнь.

2. Закон расходования денег: Деньги должны течь, чтобы размножаться!

Правильное расходование денег есть секрет умноженного возвращения денег.

Когда вы тратите деньги, то этим вы обогащаете других людей. Если вы сберегаете деньги, то этим также обогащаете других, потому что банк берет деньги вклада и ссуживает их другим. И даже если вы инвестируете деньги, просто отдаете их кому-то другому, чтобы он потратил их для вас. Неважно, каким образом вы пустите деньги в кругооборот.

3. Закон накопления денег: Преумножение богатства посредством создания изобилия!

Откладывая денежный остаток или избыток, мы увеличиваем наше духовное и денежное богатство. Кроме того, мы создаем предпосылки для инвестирования.

4. Закон инвестирования денег: Избыток работает и преумножается сам по себе!

При активном вкладе денег - они работают на нас, вместо того, чтобы мы сами работали за деньги.

Принципы инвестирования

Любое инвестирование - вопрос психологии

Вы должны инвестировать только в те дела, в которые лично верите, руководствуясь своей интуицией, так же, как при расходовании денег. Это означает, что перед тем, как во что-то инвестировать деньги, вы должны задать себе вопрос, действительно ли вы верите в этот объект. Не руководствуйтесь чужими советами, так как часто советчики руководствуются только своими интересами.

Самое ценное капиталовложение - вы сами

Это правило покажется вам слишком избитым, но инвестирование в собственное образование и расширение знаний - лучшее из возможных капиталовложений. Таким образом вы повышаете уверенность в себе, чувство собственного достоинства и профессиональные шансы, расширяете свой горизонт и открываете бесчисленные новые перспективы. Ваша жизнь становится богаче, счастливее и сохраняет ум живым, свежим и активным.

Инвестирование в собственное образование - не роскошь. Это необходимость, если вы до последних дней хотите вести активный образ жизни и получать удовольствие от жизни. Постоянное расширение знаний и мудрости - такая же необходимость, как пища и человеческое тепло. Любые курсы, семинары и т. п. необязательно должны быть связаны с вашей настоящей профессией, главное - ваши личные интересы и склонности. Попробуйте, и вы будете поражены тем, какое это удовольствие - снова сесть за

школьную парту. Важно добровольное начало и сознание того, что благодаря этому вы увеличиваете личное богатство.

Инвестировать в собственную свободу

Многие грешат против этого закона и не знают, что творческое безделье - наибольший источник благосостояния. Эксперты по созданию благосостояния постоянно подчеркивают, насколько важно регулярно устраивать паузы творческого ничегонеделания. Это не только расслабляет тело, но и укрепляет здоровье в целом, кроме того, такая пауза позволяет подсознанию участвовать в развитии нашего денежного сознания без стресса, так как подсознание неохотно поддается давлению сознания.

Творческие люди - художники, музыканты, поэты говорят о том, что лучшие идеи и вдохновение посещают их чаще всего в моменты ничегонеделания, когда они не пытаются сознательно получить идеи. Изобретатели и ученые также подтверждают этот феномен. Самое распространенное заблуждение - зарабатывание денег всегда сопряжено с тяжелым трудом. Зарабатывание денег прежде всего связано с денежным сознанием и не имеет ничего общего с тяжелым трудом. Кроме того, "тяжелый труд" - это очень неопределенное, субъективное понятие, как и "денежная стоимость". За высказываниями - "Я работал очень тяжело" или "Я должен был вкалывать" - стоит либо потребность в признании, либо скрытая злоба к этой работе.

Я хочу подчеркнуть, что личную свободу следует высоко ценить и рассматривать как настоящее капиталовложение не только потому, что это необходимо для здоровья, а потому, что регулярные творческие паузы принесут вам покой, равновесие, которыми обладают действительно успешные и удачливые люди. Причем в первую очередь спросите себя не о том, когда вы можете сделать паузу, а о том, когда вы снова захотите работать.

Создать резервы для инвестирования

Создание денежных резервов для капиталовложений - важное правило. Многие инвесторы терпят крушение из-за недостатка капитальных резервов. Речь идет не о том, чтобы иметь в распоряжении капитал для подпитки проекта, если он развивается не по плану. Важно понять, что вкладывать нужно исходя из сознания богатства, изобилия, и тогда мы в состоянии **еще больше инвестировать**, если мы захотим. Резервы для инвестирования могут понижаться и повышаться или даже иссякнуть. Однако положение "резервы на нуле" должно быть исключением.

На что еще нужно обратить внимание? Инвестирование сводит нас со многими людьми, даже с такими, которые нам несимпатичны. Это очень весомый фактор, от которого многое зависит. Учтите, что многие решения зависят от эмоционального состояния участвующих. Часто сделки не состоятся потому, что один из партнеров носит галстук, который не нравится другому, или у кого-то "не тот" акцент. Партнер, которого вы на дух не переносите с самого начала, может стать очень серьезной проблемой. С другой стороны, от таких людей мы учимся больше всего...

Инвестирование в "чаевые"

Писатель Скотт Фитцджеральд разбогател после опубликования романа "Великий Гэтсби". Он тренировал свое денежное сознание оригинальным образом: в ресторане он давал чаевые в размере полученного счета. Попробуйте - реакция обслуживающего персонала очень поучительна.

Помните, что вы даете чаевые не потому, что хотите вознаградить хорошее обслуживание, а потому, что делаете это для себя - вы хотите зафиксировать перед собой свою щедрость. Мистическим путем возвратятся к вам сторицей таким образом инвестированные деньги, чаще всего неожиданно.

Рекомендуемая тактика: давать столько денег, сколько хотелось бы получить самим и сколько вы считаете соизмеримым и соответствующим ситуации.

Богатство - обязательство делиться с другими.

Инвестировать в других людей

Один богатый человек сказал: "Жизнь научила меня, что лучшее капиталовложение - инвестирование в людей!" Это действительно так! Людями созданы все материальные ценности, и деньги в том числе. Только через людей деньги приходят к нам, и пережить трудные времена нам помогают друзья. Сколько прекрасного было создано в искусстве благодаря меценатству! Думайте при капиталовложении не только о прибыли, но и об удовольствии, которое оно может вам принести.

Давайте деньги друзьям в долг непременно под проценты (величину процента вы выбираете сами) и отдавайте одолженные деньги тоже с процентами. С друзьями, которые не понимают этого, не вступайте ни в какие деловые контакты, прежде чем они не изменят свое нищенское сознание и не поймут, что зарабатывать деньги не постыдно, а наоборот, выражает естественное стремление человека к богатству и счастью.

Инвестирование в других необязательно должно происходить в форме кредитования или меценатства, хорошее гостеприимство тоже относится к этой категории. Беседа за хорошей едой и напитками в приятной атмосфере стимулирует ум, расслабляет тело и душу, создает условия для успешной совместной работы. Деловые люди, ценящие такого рода встречи, наслаждаются не только полученным удовольствием, их окрыляет сознание того, что они внесли деньги в кругооборот, а это - лучшая предпосылка для получения и применения новых импульсов из мира денег. Неслучайно, что многие богатые люди чувствуют себя обязанными поддерживать искусство и науку с помощью обществ, стипендий и других форм благотворительности.

Отсюда: деньги, которые вы потратите, не растрачиваются и не теряются, они возвращаются из естественного кругооборота на благо всех участвующих.

Правило десятины

Правило десятины существует с тех пор, как людям стали известны космические законы и как они работают. Речь идет о законах обмена энергией и кругооборота энергии. До наших времен правило десятины дошло как церковное отчисление в размере 10% дохода. Как мы знаем, космические законы действительно для всех уровней существования. Они так же работают на материальном уровне и соответственно в мире денег.

Луиза Хей прекрасно изложила это правило: "Одним из способов привлечения денег в нашу жизнь является пожертвование. Отдайте десятую часть вашего дохода - и готовьтесь к новым денежным поступлениям. Мне нравится об этом думать как о "возвращении долгов Жизни". Чем чаще мы так поступаем, тем больше преуспеваем. Церковь всегда стремилась к получению десятины. Это один из главных источников церковного дохода. В последние годы это явление распространилось на все институты, в которых вы получаете духовную пищу. Кто научил вас совершенствовать качество своей жизни? Какая-то группа или организация? Мне кажется, именно они могли бы стать идеальным местом назначения ваших пожертвований. Если вы не хотите жертвовать церкви или отдельному лицу, существует множество благотворительных организаций, которые могли бы принести людям пользу с помощью вашего вклада. Найдите то, что подходит вам.

Люди часто говорят: "Я буду жертвовать, когда у меня будет больше денег". И, конечно же, никогда ничего не жертвуют. Если вы думаете о пожертвовании, не откладывайте его на завтра - делитесь прямо сейчас. А после этого приготовьтесь к тому, что с вами произойдет много хороших вещей. Однако если единственной целью вашего пожертвования является получить больше, чем у вас есть, то вы на ложном пути. Пожертвования должны осуществляться исключительно добровольно и без малейшего принуждения. В противном случае правило десятой части не действует. Скажите себе: "Я знаю, как добра ко мне жизнь. Мне приятно испытывать к ней чувство благодарности за ее доброту и щедрость".

В мире всего в достатке. Он только и ждет, чтобы вы наконец решили ознакомиться с его несметными богатствами. Денег - гораздо больше, чем вы можете потратить. Людей - больше, чем вы встречали за всю свою жизнь. Радости - больше, чем вы можете себе вообразить. Если вы поверите в это, у вас будет все, что пожелаете.

Если вы просите о чем-то, что служит для вашего блага, тогда верьте в то, что Внутренняя Сила обо всем позаботится. Будьте правдивы по отношению к себе и другим. Не обманывайте даже по мелочам, это все равно к вам вернется.

Всепроникающий Вселенский Разум всегда говорит вам "да". Когда что-то происходит в вашей жизни, не отталкивайте это от себя. Скажите "да!". Откройтесь всем хорошим вещам, какие только могут случиться в вашей жизни. Скажите "да!" всему миру. Ваши возможности увеличатся во сто крат, и вы станете процветающим человеком".

В древности понимали, что если Ты получаешь из Космоса что-либо, то необходимо ему тоже что-то дать.

Деньги, которые вы жертвуете, не теряются, они возвращаются из естественного кругооборота к вам обратно.

для создания сознания богатства

Повышение чувства собственного достоинства

Весь секрет приобретения богатства (становления богатым) заключается в том, чтобы усиливать, повышать, наращивать собственное достоинство, чувство, что Ты заслуживаешь всего самого лучшего. Чтобы добиться этого состояния, необходимо работать над пробуждением любви к себе и перепрограммированием отношения к деньгам с помощью Рэйки-медитаций и Рэйки-техник. В конце книги предлагаются схемы работы над собой в этих направлениях (см. главу "Пробуждение источника любви").

Для изменения своего отношения к деньгам используйте собственный, ранее составленный список ваших мыслей о деньгах или используйте главу "Наиболее распространенные ошибки в обращении с деньгами", выберите свои "ошибки" и с помощью схемы ментального лечения работайте над созданием нового "денежного сознания".

Схема ментального лечения для изменения ошибочного мышления о деньгах

Система Рэйки предоставляет нам особую возможность достаточно быстро изменить заложенные в нас программы, мешающие правильно относиться к деньгам и работать с ними. Мы можем с помощью методики "ментального лечения" переписать нежелательные программы или представления.

Разработайте сначала соответствующие аффирмации. Начинайте работать только с одной аффирмацией. После цикла ментального лечения необходимо сделать перерыв, и только после того, как вы переработали и приняли новую программу, можно начинать работу со следующей аффирмацией.

С помощью универсальной аффирмации, как например: "Данная энергия служит для моего высшего блага с точки зрения высшего плана", можно провести депрограммирование многих, уже сложившихся, структур. При так называемом депрограммировании растворяются программы, подсознательно мешающие нашей целостности, исцеление происходит без знания взаимосвязей. В процессе депрограммирования поднимаются на поверхность некоторые части нашего подсознания, которые мы можем потом осознанно прочувствовать. В случае депрограммирования мы доверяемся разуму и силе Рэйки.

Перед началом ментального лечения или депрограммирования рекомендуется применить расслабляющие техники или провести медитацию.

Длительность сеанса не должна превышать 10 минут и проводится 6 дней подряд и в последующую неделю 2 раза.

Предлагаю следующую схему работы:

1. Начните ментальное лечение с депрограммирования, что прекрасно растворяет подсознательное сопротивление и дает импульсы для изменений на глубинном внутреннем уровне. Работайте с универсальной аффирмацией: "Данная энергия служит для Твоего высшего блага с точки зрения высшего плана".
2. После этого сделайте перерыв от 2 недель до 3 месяцев, в зависимости от вашего состояния.
3. Затем, если состояние ровное и стабильное, можно приступать к целенаправленному ментальному лечению с определенной аффирмацией. Еще раз подчеркиваю - работайте только с одной аффирмацией.

При необходимости дальнейшего лечения с новой аффирмацией сделайте перед этим опять перерыв.

Привожу перечень аффирмаций, направленных на изменение вашего отношения к деньгам, на создание сознания богатства:

Я одобряю себя.

Я достоин всего самого лучшего.

Я заслуживаю жизнь в изобилии.

Вселенная - это рог изобилия, изливающийся на меня.

Роскошь есть выражение самоуважения и любви к себе.

Благосостояние - мое естественное состояние.

Я люблю деньги, и деньги любят меня.

Ощущать себя богатым

События вашей жизни создаются вашими чувствами, эмоциями. Это значит, что жизнь соответствует сумме ваших мыслей и эмоций, которые вы излучаете в Космос - "подобное притягивает подобное" и "как внутри, так и снаружи". Люди, которые осознанно работают над собой, постоянно заглядывают в себя и знакомы с миром своих мыслей и эмоций. Они учатся через свой внутренний мир больше познавать о природе реальности.

Несознательные люди всегда отрицают свои чувства и пытаются через внешний мир осознать смысл жизни. Старания понять жизнь путем логического мышления обречены на провал, так как многие явления и события в жизни не поддаются логическому объяснению.

Особенно в финансовой области можно увидеть множество схем, которые с точки зрения логики не имеют смысла, но раскрываются с точки зрения ощущений, чувств и интуиции. Если вы посмотрите на преуспевающих людей, то не сможете объяснить, почему все, к чему они прикасаются, превращается в золото. Они не особенно талантливы или умны, но куда бы они не пришли, все вокруг начинает магически на них реагировать. Причина лежит не в том, что они делают, а в том, что они чувствуют. Они уверены в себе, ощущают себя сильными, мыслят положительно, целеустремленны и посвящают себя тому, что им приятно и удовлетворяет их поиск. Они концентрируются на своей жизни с энтузиазмом. Постепенно их чувства и мысли начинают соответствовать вышеупомянутым чертам характера. В итоге они начинают излучать успех, даже не осознавая этого. Они живут в качестве доминантной силы и ожидают, что вещи сами придут к ним, и это происходит. Они используют свою интуицию, чтобы избегать людей и ситуации, которые могут перекрыть поток, и напротив, притягивают события и людей, поддерживающих их стремления.

Почему работа с деньгами так важна для тех, кто находится на пути поиска и совершенствования? Деньги работают как обратная связь, они показывают всегда, где вы и ваша энергия находятся в данный момент. Многие так называемые "духовные" люди кажутся неестественными и неискренними: они ненавидят деньги, избегают их и постоянно находятся в раздвоенном состоянии.

Вы можете увидеть постоянную раздвоенность многих людей в их стремлении к деньгам - разлад между разумом и действительностью. Ум становится на диаметрально противоположную позицию по отношению к чувствам, если он в это не верит. Поэтому многие хотят жить в изобилии и всю жизнь не имеют денег. Для достижения человеческой зрелости на материальном уровне, чтобы с помощью денег развить плодотворную деятельность, необходимо знать свои мысли и чувства, и они должны непременно исходить из сознания изобилия.

Ваше сознание саботирует стремления изменить финансовое положение, если вы глубоко внутри себя не верите в изобилие. Если же вы осознаете и взрастите в себе чувство благодарности за все то изобилие, которым уже обладаете, и уверенность в том, что мир действительно полон изобилия, то ваши чувства начнут приводить вас туда, где изобилие бьет ключом. И тут вы начнете получать все. Измените ваше сознание и воспринимайте как абсолютно естественное и нормальное, что деньги легко и свободно приходят к вам. Научитесь читать энергию обстоятельств и людей, тогда вы легко сможете избегать трудностей и концентрироваться только на легких вещах.

Конечно же, для достижения резонансного чувства благосостояния вам необходимо избавиться от привычки беспокоиться о деньгах. Изобилие или недостаток - две стороны одной медали, различие определяется только вашим мировоззрением. Если вы осознаете, что благосостояние есть результат точки зрения или восприятия богатых людей, тогда вам будет легко перенять это мировоззрение, сначала в мыслях, а затем и эмоционально. Как только вы усвоите это на уровне эмоционального тела ваших чувств, то поймете, что разделяет поражение от победы. Процесс изменения вашего мировоззрения будет отражаться вовне, в стиле жизни. Качество вашего жизненного стиля будет четко отражать, действительно ли вы верите в изобилие. Речь идет не о богатстве, под этим подразумевается скорее всего ваша обстановка: обладают ли окружающие вас вещи качественной и творческой энергией или они уродливы и мертвы. Важно понять, что все части вашей жизни должны согласовываться с тем, кем вы хотите стать. Вы не можете ожидать, что изобилие придет к вам, если вы окружены символами нужды.

Поэтому предпочтительно окружить себя немногими, но качественными вещами, чем накапливать горы хлама. Это не означает, что вы должны тратить много денег, важнее научиться радоваться высококачественным вещам жизни, которые, как правило, стоят немного или вообще ничего не стоят.

Между прочим, вещи хорошего качества стоят ненамного больше, чем плохие, но они долго служат и прекрасно выглядят и дают вам приятное внутреннее чувство. Если вы разовьете в себе предпочтение качеству и великолепию, то вы измените ощущение вокруг себя. Это поднимет вашу энергию, и вы начнете излучать благосостояние, которое будет восприниматься окружающим миром.

По мере продвижения работы над вашими ощущениями вы будете себя все лучше и лучше чувствовать и сможете требовать большего, и наконец раньше или позже вы начнете получать больше денег с меньшими затратами.

Осознав, что изобилие мира находится в вашем сердце, вы поймете, что внутренняя согласованность с этим открытием дает возможность внутреннего обогащения не только в финансовом отношении, но и в духовном. Если вы в состоянии признать, что хорошее не имеет границ, то вы начинаете рассматривать себя как безграничность. Вы впускаете жизнь в ваше сердце вместо того, чтобы рассматривать события вне себя. Это как будто вы шире жизни и освобождаетесь от ощущения зависимости от обстоятельств. Когда-нибудь вы достигнете знания, что все находится в потоке и все, что вы собой представляете, совершенно, даже если у вас еще не все получается.

Если вы действительно ощущаете себя как часть Космоса и жизнь разыгрывается внутри, а не вне вас, тогда всеобщее изобилие переходит во внутреннее ощущение вашего личного изобилия. Ощущение того, что вы есть все, и все - это вы, открывает путь бесконечным возможностям, которые начнут стекаться к вам со всех сторон. Прежде чем прийти к этому состоянию, вы должны занять позицию непривязанности к вещам, которыми вы владеете. Это означает, что привязывание и отождествление с вашим владением отрезает вас от потока изобилия, от возможности получать все естественным путем без напряжения. Это не означает, что вы должны отдавать необходимое вам, но если вас о чем-то просят и это подпадает под категорию излишества, то можете данную вещь спокойно отдать, в полной уверенности, что вам все воздастся.

Не обременяйте эмоционально ваше имущество стремлением удерживать все до последнего.

Что же такое духовное изобилие? Оно не определяется величиной чека, который вы можете выписать. Это зрелость самосознания, выражающаяся в том, что вы способны увидеть ценность во всех событиях и вещах, понимание того, что все исходит из одного источника - из Единого Целого.

Поднимите свое самосознание и живите в ощущении потока изобилия. Рассматривайте принцип обмена энергиями (давать и брать) как естественное проявление Космоса. Если вам кто-то дает, то принимайте это как само собой разумеющееся, без эмоций. Так же, если вы кому-то что-то даете, то тоже без ожиданий. Просто давайте! Чем меньше эмоциональных преград, тем сильнее поток.

Время от времени медитируйте на тему: ощутить себя богатым. Нижеприведенная медитация является одним из возможных вариантов. Вложите всю вашу фантазию, нарисуйте свой собственный мир изобилия, войдите в него и насладитесь им.

Медитация "Ощутить себя богатым"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу и полностью расслаблен.

Ты благодаришь энергию и вступаешь в контакт с Рэйки в соответствии с Твоей ступенью. Затем визуализируешь себя в желаемом помещении (это может быть квартира или дом). Вообрази побольше прекрасных подробностей: обстановку, произведения искусства, цветы и растения - все, что Ты хотел бы иметь. Представь в деталях свое жилище таким, каким Ты хочешь. Окружи все белым сверкающим Светом.

Наслаждайся от всей души комфортной обстановкой и получай удовольствие от роскоши, которой наполнено помещение. Представь себе, как Ты сидишь в удобном кресле, держишь в руках бокал хорошего вина, выпитываешь его тонкий аромат и ощущаешь на губах его изумительный вкус. Вокруг звучит любимая музыка. Твой взор останавливается на чудесном полотне. Соприкосновение с великолепной картиной вызывает в Тебе радость и благодарность художнику. Ты вдыхаешь тонкий аромат растений и цветов, проникающий в дом из окна. Ты ощущаешь, что жизнь прекрасна и удивительна, в Тебе растет благодарность к Космосу и уверенность, что Вселенная даст Тебе все, что Ты пожелаешь. Ты находишься в потоке изобилия.

Пребывай в медитации, пока не почувствуешь, что энергия больше не течет.

В конце сеанса поблагодари Рэйки.

Денежный тренинг (практические упражнения)

Если вы недостаточно овладели принципами творческой визуализации, то рекомендую снова вернуться к ним, внимательно изучить их и овладеть ими, прежде чем перейти к практическим упражнениям.

Денежное сознание связано с **выборочным восприятием**. Что это такое? Например, вы интересуетесь автомобилем определенной марки. Неожиданно окажется, что на дорогах ездят машины преимущественно этой модели.

Мы можем воспользоваться этим механизмом нашей психики для денежного тренинга. Нам необходимо лишь одно - направить наше сознание, а еще лучше подсознание, на фактор "Деньги". Мы начинаем автоматически притягивать деньги, так как более четко видим многие предоставляющиеся нам возможности для приобретения денег, для правильной траты, правильного накопления и правильного инвестирования.

Упражнения для развития правильного отношения к деньгам

Упражнение 1. Составьте следующий список:

- 10 дел, получающихся у меня лучше всего;
- 10 занятий, которыми я бы с большим удовольствием увлекся;
- 10 вещей, которые я бы больше всего хотел иметь.

Упражнение 2. Составьте еще один список:

- 10 привычек, мешавших мне до сих пор делать то, что у меня лучше всего получается, и я их ликвидирую;
- 10 шагов, которые я в этом месяце сделаю для роста моего денежного сознания;
- 10 вещей, которые я себе в этом месяце позволю.

Упражнение 3. Ответьте на следующие вопросы:

- 10 идей, с помощью которых я дополнительно заработаю на этой неделе 10\$;
- 10 идей, на которые я еще на этой неделе толково, осмысленно потрачу 8\$;
- 10 идей, благодаря которым я еще на этой неделе отложу 1\$;
- 10 идей, с помощью которых я еще на этой неделе инвестирую 1\$.

Сумму и валюту вы можете изменить по собственному усмотрению, важно сохранить соотношение 10:8:1:1.

Упражнения 2 и 3 рекомендуется проводить в течение года.

Медитируйте какое-то время с этими аффирмациями:

Экономия на качестве продуктов питания равносильна самоубийству в рассрочку.

Роскошь есть выражение самоуважения и любви к себе.

Я работаю не для того, чтобы зарабатывать деньги, а для того, чтобы деньги охотно ко мне приходили.

Деньги охотно приходят к деньгам.

Трехступенчатый денежный тренинг

Легче работать над приобретением какого-либо предмета, чем над появлением какой-то суммы. Это связано с тем, что наше подсознание плохо работает с такими абстрактными понятиями, как деньги, оно предпочитает заниматься (как ребенок) конкретными, яркими предметами (игрушками), в этом случае ему проще создать энергетическую форму. Поэтому всегда концентрируйте свою энергию через визуализацию на желаемый предмет.

Рекомендую также попробовать забавный способ реализации своего желания: написать его на подошвах своей обуви.

I. Сформулировать аффирмацию

а) Сначала необходимо поставить перед собой **только одну** цель, над которой вы хотите работать. Поразмышляйте над своим желанием, действительно ли вы хотите иметь определенную сумму или деньги нужны для приобретения желаемого предмета или на отпуск. В этом случае вы включаете в аффирмацию желаемый предмет и т. д.

б) Затем сформулируйте положительную установку в настоящем времени как свершившийся факт. Например, вы хотите приобрести машину марки "фольксваген". В данном случае вы формулируете: "Я сижу за рулем "фольксвагена" и наслаждаюсь чудесным ощущением комфортной езды на машине!"

в) Ежедневно, во время сеанса Рэйки, произносите вашу аффирмацию и при этом представляйте в подробностях, как вы сидите в машине: руки на руле, на лице счастливая улыбка, вы наслаждаетесь поездкой. Также очень важно, чтобы у вас в действительности появилось эмоциональное ощущение радости и счастья. Попросите Рэйки внести энергию в ваше желание.

г) Кроме того, вы можете дополнительно работать над исполнением желания. Напишите свою установку на листках бумаги и развесьте их по квартире: в спальне, ванной на зеркало, т. е. в тех местах, где вы часто находитесь. Сначала вы произносите ее вслух, через 3 дня можете произносить ее про себя. Через некоторое время вы перестанете замечать ваши записки! Очень хорошо, значит, ваше подсознание спокойно работает над созданием энергетической формы, без помехи вашего разума.

II. Верить в реализацию вашего желания

Очень важно рассеять сомнения, которые мешают претворению желания в жизнь. Если у вас возникают сомнения, то не концентрируйтесь на них, не обращайтесь на них внимания. Скажите себе: "Так, так!" и думайте о чем-нибудь другом. Вскоре сомнения сами по себе исчезнут. Поймите, что только одна инстанция решает успех вашего предприятия - вы сами. Только вы сами можете закрыть или открыть в себе возможность получать в жизни все, что желаете. Перестаньте быть врагом самому себе! Будьте убеждены в том, что вы всего заслуживаете, и подтвердите это на материальном уровне.

III. Не спрашивать "как?"

Пути нашего подсознания неисповедимы. Предположим, что вы с помощью денежного тренинга хотите купить дом. Вы постоянно спрашиваете себя: "Как же это может произойти? У меня нет денег, и я уже не молод и т. д.". Таким образом вы нарушаете правила игры (денежный тренинг, как и жизнь, - игра) и ограничиваете свое подсознание. Если ваше сознание не обладает фантазией - это не значит, что ваше подсознание лишено его. Дайте шанс вашему подсознанию доказать вам, что оно в состоянии многое совершить! Единственный метод избежать коварного вопроса "как?" - это постоянно аффирмировать ваш успех и быть открытым для любой возможности достижения вашей цели. Верить в собственную интуицию и космические законы всегда оправданно!

Упражнение 1

Сформулируйте аффирмации для вещей, которые вам хотелось бы иметь. Это не только материальные предметы, это могут быть хорошее настроение, здоровье или любовь. Затем примените трехступенчатый тренинг.

Упражнение 2

Определите границы вашего воображения и растворите их ответами на следующие вопросы:

Чего я не могу в данный момент достичь?

Что мешает этому?

Что я могу сделать, чтобы это изменить?

Потом используйте трехступенчатый тренинг.

Упражнение 3

Помедитируйте над следующими фразами:

Любой рост душевного богатства автоматически влечет за собой рост материального богатства.

С деньгами обращаются как с самим собой.

Бедность равносильна истощению организма.

Я благодарю деньги за возможность приобретать все, в чем я нуждаюсь.

Не я служу деньгам, а деньги мне.

Повторяйте каждую фразу перед зеркалом ежедневно в течение недели.

Научиться притягивать деньги

Упражняться рекомендуется в медитативном состоянии, лучше всего в Рэйки-медитации.

В мире существует наличие огромного капитала. Мощный поток денег пронизывает всю земную сферу. Большинство финансовых перемещений происходит с помощью коммуникационных средств и спутников. Каждую секунду перемещаются миллиарды денег в любой валюте через атмосферу. Осознание и ощущение этого денежного потока помогут вам прийти к цели.

Упражнение 1

Возьмите в руки старую денежную купюру и рассмотрите ее внимательно. Обратите внимание на мельчайшую подробность: возможно, она уже поблекла, смята, у нее оторван один угол или она склеена. Прислушайтесь к ней, попытайтесь понять, что она могла бы рассказать. Она обошла весь свет и многое повидала. Как мы поступаем обычно с кругосветными путешественниками? Мы садимся с ними рядом и просим их за чаем или бокалом вина рассказать о своих впечатлениях.

Закройте глаза и внимайте деньгам, слушайте истории, которые они вам рассказывают, всмотритесь в возникающие картины. Здесь речь идет не об "объективных фактах", а о том, чтобы наше подсознание

связало деньги с фантазией в единое целое и наполнило его жизнью. Отдайтесь приключению, навеянному вашим воображением при взгляде на старую банкноту.

По окончании медитации занесите "рассказанную" деньгами историю в свой денежный дневник.

Упражнение 2

Поместите достаточно большую (для вас) сумму в красивую шкатулку или коробку и 2 месяца подряд берите ее в свои руки, заряжайте энергией Рэйки и поглаживайте ее. Разговаривайте с деньгами, скажите им, что вы к ним хорошо относитесь и рады им.

Смысл этого упражнения - подготовить ваше подсознание к тому, чтобы оно впредь хорошо принимало деньги, если они пришли вас навестить. Упражняйтесь так долго, пока ваше подсознание не усвоит эту задачу. В будущем прибегайте к этому упражнению, когда заметите, что ваше денежное сознание ослабело.

Упражнение 3

В основе этого упражнения лежит творческая визуализация.

Ежедневно, три месяца подряд, в течение получаса проводите это упражнение. Оптимальнее всего упражняться перед сном в постели либо утром, перед тем как вы встали. Лечь удобно и закрыть глаза, дышать какое-то время глубоко и спокойно, но не входить очень глубоко в транс, так как ваше сознание должно быть бдительным. Вступите в контакт с силой Рэйки.

Выпустите в вашем воображении щупальца, с помощью которых вы можете ощутить вокруг вас присутствие потока денег. Ощутите течение потока денег во всем мире, как все пронизано им. После этого начните при вдохе притягивать поток денег к себе: При желании можете высказать ментально приглашение: "Дорогие деньги, посетите меня как-нибудь!"

Затем представьте себе, как вас осчастливил денежный подарок: чек на огромную сумму (точно представить величину) или к вам пришел сундук, полный золотых монет. Все равно, что вы себе представите, важно, чтобы это была четкая, явственно ощущаемая картина. Это необязательно зрительное представление, достаточно, если вы все ощущаете, слышите и "нюхаете".

Вы получили деньги в вашем представлении, теперь начинайте этим наслаждаться. Позвольте себе все, что душа пожелает, подарите себе все, что уже давно хотели бы иметь или сделать. Разрешите вашей фантазии разойтись, допустите все, что придет на ум. Вы можете приобрести дом, машину или помочь деньгами другим (но не из-за угрызений совести, а в состоянии переполняющего вас изобилия). В конце поблагодарите деньги за то, что они пришли, и пообещайте, что вы будете чаще с ними играть. Затем медленно открывайте глаза.

Упражнение 4

Это упражнение опирается на предыдущие. Суть упражнения - научиться играть с деньгами в повседневности. Ежедневно в течение 5 минут прочувствуйте осознанно деньги. Пощупайте все

банкноты, которые имеете. Пока вы ворошите деньги, проговорите вполголоса минимум 10 раз: "**Я люблю деньги, и деньги любят меня!**". Все это можно проделывать точно так же с монетами.

Упражнение 5

Пятое упражнение рассчитано на длительный срок. Возьмите себе в привычку гладить каждую банкноту, которую вы отдаете или получаете. Если деньги пришли к вам, то приветствуйте их: "Алло! Добро пожаловать!" Точно так же вы прощаетесь с деньгами, когда они вас покидают: "Желаю хорошо повеселиться, и вскоре приходите ко мне снова". Вы можете сформулировать выражения своими словами, которые вам больше нравятся. Это упражнение не занимает много времени, поэтому вы можете делать его часто.

Упражнение 6

Дважды в день становитесь перед зеркалом и говорите 10 раз громко и отчетливо: "Стоимость моих денег растет со дня на день". Осознайте, что ваше собственное достоинство растет ежедневно за счет повышения вашего дохода, роста жизненного опыта, банковского счета, денежного сознания. Подумайте, каким областям вашей жизни это соответствует.

Следующие три упражнения способствуют росту вашей интуиции и "нюху" на деньги на уровне подсознания. Вскоре вы будете удивляться невероятным происшествиям на уровне паранормального. Наибольший эффект приносят эти упражнения, когда вы выполняете их с хорошим настроением и недолго, 10-20 минут, максимально 3 раза подряд.

Упражнение 7

Сядьте на скамью в городе в любом месте или за столик в кафе. Закройте глаза, дышите спокойно, вступите в контакт с Рэйки и попробуйте ощутить движение денег вокруг вас. Взрастите ментально денежные антенны, с помощью которых вы можете прочувствовать, где находятся деньги. Попробуйте определить, сколько денег имеют прохожие.

Упражнение 8

Это другой вариант 7 упражнения. Попросите кого-нибудь спрятать в вашей квартире достаточно большую сумму. Вступите в контакт с энергией Рэйки и попытайтесь с завязанными глазами найти спрятанные деньги, руководствуясь только вашим чувством.

Уберите ваше рациональное мышление и положитесь на интуицию!

Вы можете играть в эту игру вместе с друзьями. Сначала вы скидываетесь и все начинают искать с завязанными глазами. Тот, кто находит деньги, может потратить их на собственное удовольствие.

Упражнение 9

Это упражнение тоже проводится с партнером или в группе. Один из участников прячет у себя на теле достаточно большую сумму, а другие должны угадать ее. Вы подключаетесь к силе Рэйки и затем проводите руками над телом владельца денег, но не прикасаясь к нему.

Упражнение 10

Вариант 9 упражнения, но лучше всего его проводить в группах. Каждый бросает с закрытыми глазами в шапку столько денег, сколько он может. Руководитель игры прячет деньги у себя на теле, и далее игра идет, как уже было описано. Участник игры пишет свое имя и предполагаемую им сумму на записке. Тот, кто точнее всего угадает сумму (допустимая ошибка 5%), получает все деньги. Важно, чтобы до начала игры деньги не были подсчитаны, чтобы никто не знал, сколько денег в шапке.

Упражнение 11

Это упражнение для людей, которые не имеют опыта торговли.

Начните с продажи мелких вещей, которые вам лично нравятся. Например, вы приобрели свечу за 1\$ и знаете, что в оптовой продаже вы можете купить 20 штук по 0,70\$. Покажите свечку в кругу ваших знакомых и открыто скажите, что можете несколько штук им уступить.

Радуйтесь любой, даже самой маленькой, прибыли. Ни в коем случае не подсчитывайте, сколько вы заработали в час. Дело совсем не в этом. **Ваше время все равно нельзя оплатить деньгами!**

Вместо этого прочувствуйте, как охотно приходят деньги, если вы их сердечно пригласили. Что же касается маленьких сумм, с которых вы начинаете, то многие миллионеры тоже начинали с этого. **Не считайте ниже собственного достоинства заниматься деньгами.** Единственное условие - делать только то, что вам внутренне приносит радость, другого деньги не требуют от вас.

Упражнение 12

Медитируйте какое-то время над этими аффирмациями:

Богатство создается исключительно в голове.

Денежная стоимость - абстракция.

Важно не обладание деньгами, а умение ими пользоваться.

Вам слишком долго (столетиями) твердили, что быть богатым непорядочно. Настала пора открыть глаза. Не поддавайтесь старым программам!

Тот, кто верит, что заслуживает бедности, тот получит ее! Тот, кто верит, что заслуживает богатства, тот получит его! (Закон излучения и притяжения)

(Резюме) О чем нужно помнить!

1. **В жизни ни в чем не существует абсолютной уверенности.** Единственная уверенность, которую мы можем приобрести в жизни, - наша **внутренняя уверенность**. Внутренняя уверенность в том, что вы умеете работать с энергиями на материальном уровне и всегда будете жить в изобилии, - принесет вам больше, чем любые денежные накопления, акции и ценные бумаги.

2. **Важно рассматривать свою жизнь с точки зрения энергии.** Любой вид энергии является божественной эманацией и обладает полной свободой. Значит и деньги как одна из форм энергии тоже свободны.

Работа, которой вы занимаетесь, или ваши инвестиции - это часть общей энергии. Поэтому деньги, которые вы получаете в результате ваших усилий, - тоже энергия. Подходите к изобилию с точки зрения энергии вместо оценки его денежными категориями, тогда вы откроетесь для принятия безграничного изобилия, так как энергия не знает ограничения.

3. **Стремитесь к почти эротическому отношению к деньгам.** Рассматривайте деньги как самостоятельное существо с собственным характером, и, таким образом, вы настраиваете свое подсознание на конструктивное отношение к деньгам и способствуете реализации вашего стремления к их наличию.

4. Убеждение, что личное обогащение возможно только за счет других - полная чепуха и является бумерангом. За этим кроется неприятие богатых. Человек, который не принимает богатых, должен понять, что его таким образом настроенное сознание сумеет предотвратить то, чтобы он сам когда-нибудь разбогател.

5. Избегайте людей, которые любят давать советы, но сами не справляются со своей жизнью.

Если ваша жизнь полна радости и любви, не слушайте несчастных, одиноких людей, советующих вам, как жить. Как правило, их представления основаны на опыте страданий, тягот и нищеты. Если вы живете в достатке, не слушайте того, кто беден и по уши в долгах. **Не позволяйте стягивать себя вниз, понижать вашу энергетику!**

6. Говорите открыто о деньгах, не скрывайте ваших доходов. Не бойтесь чужой зависти. Если вы "свой" в мире денег, то никакие силы не смогут отобрать то, что деньги сами вам подарили. **Самое опасное - это кокетство с бедностью.** Как часто мы видим богатых людей, которые внешне выглядят как бедняки. Это говорит об угрызениях совести, а это очень нездорово, так как создает душевный конфликт или закрепляет уже присутствующий.

Никогда не делайте вид, что вы беднее, чем есть на самом деле!

7. Если у вас возникают денежные проблемы и вы имеете **сбережения**, то **не рекомендуется их трогать**. Если вы потратите сбережения, то это не решит надолго вашу денежную проблему. Лучше всего подумайте, как вы можете заработать необходимую сумму. Таким образом, у вас войдет в привычку гибко реагировать на возникающие денежные трудности и, кроме того, вырастет творческий потенциал.

8. **Рассматривайте каждую трату денег как обменную сделку**, при которой вы всегда не только что-то получаете за ваши деньги, но и испытываете удовольствие. Даже если вы должны заплатить штраф, например, за превышение скорости, то в данном случае вы не получаете взамен материальную ценность, но, по крайней мере, приобретаете опыт и жизненную мудрость. Старайтесь всегда увидеть в любом деле положительные стороны и концентрируйтесь на них.

9. **Никогда не допускайте, чтобы денежные дела портили вам настроение!** Расставаясь с деньгами, не делайте из этого драмы. Помните о том, что вы пустили деньги в кругооборот, из которого они к вам пришли, и что вы тоже являетесь частью этого кругооборота. Они вернуться к вам обратно и непременно в компании, если вы сами не будете закрывать поток кругооборота. Давайте добровольно свободу деньгам, если они хотят от вас уйти.

10. **Ни в коем случае не сравнивайте ваши успехи с чужими!** Это ослабляет вашу уверенность в себе. Наблюдайте за другими, более успешными людьми только для того, чтобы у них учиться и не повторять их ошибки.

11. **Играйте в собственных рамках!** Если миллион кажется вам недостижимым, то представьте себе полмиллиона. Если это тоже слишком много - перейдите на 100 тысяч, т. е. до тех пор, пока вы не найдете свою изначальную границу. Работайте в этих рамках, пока не появятся первые успехи, и тогда, играючи, расширьте границы. Расширяйте их постоянно! Не думайте, что это опасная игра в усиление вашего Эго.

12. **Будьте щедрыми!** Учтите, что преумножение вашего богатства базируется на преумножении богатства многих других. Только если вы щедры к другим, то они **смогут** быть щедрыми по отношению к вам, так как для того, чтобы энергия беспрепятственно могла протекать, должны открыться шлюзы, которые вы до сих пор держали закрытыми! Эгоизм и корыстолюбие наказывают сами себя, так как они являются искусственным самоограничением, которое базируется на страхе. И то, чего мы больше всего боимся, мы и притягиваем!

13. **Вы должны тратить деньги сознательно!** Осознайте, что вы не расстаетесь с чем-то, а вносите что-то в денежный кругооборот. Осознание этого правила очень важно, так как ваше подсознательное видение себя как пассивной жертвы или активно действующего лица решает все.

14. Чем более вы радуетесь каждому приобретению, тем больше вы получаете за ваши деньги!

Ценность приобретенного предмета повышается сначала только субъективно, а потом и на объективном уровне. Учтите, что любой рост духовного богатства автоматически влечет за собой рост материального богатства. Известно, что именно богатые люди приобретают многие вещи по дешевке и часто даром.

15. Ни в коем случае не начинайте экономить в трудные времена! Это означает, что чем меньше денег вы имеете в кармане, тем меньше всего должны скупиться. Если вы начнете себя прижимать, то в вас опять возрастет нищенское сознание, старые стереотипы поведения и страхи снова прорвутся и будет крайне сложно выйти из этого порочного круга.

Именно благодаря тому, что вы не скупитесь, вы приводите кругооборот в движение и в итоге выигрываете. Помните, что деньги приходят к нам через потребление, так как они любят свободное течение (поток). Лучше возьмите в долг, чем экономить. Деловые люди воспринимают долги как само собой разумеющееся, главное, чтобы они были достаточно большими. В этом случае кредиторы заинтересованы в том, чтобы должники хорошо зарабатывали и были в состоянии погасить долги. Кроме того, если вы откладываете деньги "на тяжелые времена", то вы, по законам Космоса, их притягиваете. Совершенно нормально и естественно, что иногда у нас бывает больше денег, а иногда меньше. Если мы доверяемся Космосу, то мы всегда справимся с трудными временами. Наша вера - огромная сила, помогающая нам пережить трудности и решить поставленные перед нами жизненные задачи!

16. Погоня за деньгами не приведет к успеху! Многие люди считают, что наличие больших денежных сумм автоматически разрешит их проблемы. Это глубочайшее заблуждение, так как наличие денег не решает наши внутренние конфликты и проблемы. Только работа над собой и непоколебимая вера во внутреннюю силу может изменить вашу жизнь.

Только расслабленное отношение к деньгам - с юмором, без страха принесет вам успех. Осознание того, что щедрость - ваше величайшее вознаграждение, принесет вам высший душевный комфорт, вам не нужно будет больше "работать в поте лица своего". Вся материальная реальность подстроится под ваше сознание.

17. Мучают ли вас по-прежнему угрызения совести, когда вы тратите деньги? Если да, то значит, вы обладаете недостаточной верой в собственные способности притягивать деньги. Срочно предпримите что-нибудь в этом направлении.

Кашлинская Лиза - "Рэйки и мир денег"

ЧАСТЬ III. СТРАТЕГИЯ СОЗДАНИЯ БОГАТСТВА

Действительно стремитесь ли вы к богатству?

Вы живете в обществе, где деньги являются средством обмена и наличие денег определяет качество вашей жизни на материальном уровне.

Желание богатства скрывает в себе ловушку - можно впасть в погоню за деньгами. Человек забывает, что деньги - не самое важное в жизни. Огромные деньги не приносят автоматически благополучия, так как жизнь в благополучии - скорее внутреннее состояние, которое невозможно купить за деньги. Его можно достичь только упорной работой над собой.

Не имеет смысла говорить себе, что хотите большего, если вы не уверены в том, что действительно этого хотите. Если вы хотите большего, то вам придется внести в эту идею энергию, которая в итоге реализуется и приходит в виде денег.

Мы часто слышим, как люди жалуются на финансовые трудности и одновременно говорят, что деньги их не интересуют. Это действительно правда, что многие люди не заинтересованы в деньгах. Многие счастливы, если они располагают свободным временем и могут заниматься делами, которые их интересуют. Я нахожу это нормальным. Но если вы решили для себя, что хотите стать богатым, тогда вы должны наполнить эту идею энергией.

Я часто слышу, как люди с мечтательным взором и вздохом говорят: "Вот бы выиграть кучу денег в лотерею!" Более того, многие откровенно добавляют, что хорошо бы при этом не прилагать никаких усилий. Я полагаю, что вам понятно, почему это остается только мечтой - люди не готовы внести свою энергию во что-либо. Но если вы скажете себе: "Я хочу благосостояния. Я обязуюсь и готов получить больше. Я увеличу вклад моей энергии вдвое и куплю несколько лотерейных билетов" - то этим вы сформулировали намерение и создали план, который сработает.

Многие завидуют богатым людям и не любят их, считая, что они обогащаются за чей-то счет, используя других людей. Давайте рассмотрим этот взгляд с точки зрения приобретенных знаний. Хочу напомнить, что речь идет не о тех людях, которые пришли к богатству путем подлога, обмана и манипуляции. Как правило, богатые люди - энергетически сильные личности. Они берут на себя ответственность, обязательство, решимость и вкладывают огромное количество энергии в свое дело. Состоятельный человек не нуждается в чужой энергии, он ее не потребляет - и это означает, что не обогащается за счет других. Он научился использовать космический закон - "идея первична, а материя вторична" и умело подпитывает свою идею энергией. Он взрастил в себе сознание богатства, которое четко работает, чтобы быть в нужное время в нужном месте и получать нужную информацию. И это все!

Если вы приобрели сознание богатства и уже живете в нем, то вы постепенно начнете замечать и сможете наблюдать области, в которых царит изобилие, и научитесь читать ситуации, получать нужную вам информацию и поддержку. Это приведет вас к быстрой прибыли.

Важную роль на пути приобретения богатства играет обязательство, которое идет рука об руку с ответственностью. Если вы хотите чего-то достичь в жизни, вы должны ментально связать себя с этим желанием, целью и взять на себя ответственность.

Подумайте над вашими мотивами. Возможно, вы стремитесь к личной свободе, а заработанный миллион свяжет вас обязательствами и ответственностью, что полностью поглотит вашу свободу.

Возможно, вы только хотите доказать себе и другим, что вы чего-то стоите. Для этого вам не нужно приобретать богатство, а необходимо заняться собой и увидеть ценность в себе.

Я нахожу, что "желание доказать" - вообще не оптимальная платформа для достижения чего-то. За ним всегда стоят слабость и неуверенность в себе. Если вас побуждает желание "доказать", то рекомендую немедленно заняться ростом чувства собственного достоинства, полюбить себя. И только после достижения самодостаточности проверьте, хотите ли вы еще заняться бизнесом и стать богатым, чтобы кому-то "доказать".

Медитация "Действительно ли я хочу стать богатым?"

Предлагаю сейчас помедитировать. Войдите в медитативное состояние, загляните вглубь себя и задайте следующие вопросы:

"Действительно ли я хочу стать богатым?"

Внесите ваши мысли, ассоциации и ощущения в свой "денежный дневник" и затем проанализируйте то, что вы записали - многое прояснится для вас.

На вопрос: "Хотите ли вы действительно разбогатеть?" многие отвечают утвердительно. Но только немногие желают этого всерьез. Они могут представить себе роскошный стиль жизни, но не верят в то, что могут этого достичь, и удовлетворяются своими фантазиями. Такие люди не располагают силой и намерением, чтобы взяться за дело и получить то, к чему стремятся.

Богатство взваливает на ваши плечи огромную ответственность. Стать богатым - означает держать крепко все узды правления в руках. Это означает стресс, большую нагрузку. Желаете ли вы этого?

Обычно люди считают, что богатые ведут беззаботный образ жизни. Это относится только к немногим из них, большинство же должно собственными силами создавать свое благосостояние. Если вы сколотили капитал, то должны о нем заботиться, постоянно инвестировать и до определенного предела защищать. Для этого потребуются огромный вклад сил и времени. Задайте себе вопрос о том, обладаете ли вы достаточным запасом энергии и готовы ли столько вложить.

Если вы ответите: "Да, я готов сделать все!", то это уже полдела.

Возможно, если вы глубже заглянете в себя, то обнаружите, что вам хочется только чуть больше благополучия, чтобы вести более свободный образ жизни. Вероятно, огромное богатство сделает вас больным. Может быть, вам будет достаточно иметь немногим более того, чем вы сейчас располагаете. Если это соответствует вашим желаниям, то задайте себе вопрос: "Почему же я не имею всего этого уже сейчас?" Вы найдете ответ внутри себя и сможете быстро устранить причину, если будете честны перед собой. Скорее всего, вы избегаете ответственности и обязательств или неспособны правильно концентрироваться на своих целях.

Возможно, вы уже ведете достаточно свободный образ жизни, но не связали его с общественной системой, в которой живете. А так как вы закрыли себе доступ в эту систему, то вам сложно заставить ее удовлетворить все ваши потребности. Вы сами поставили себя вне системы. Иногда достаточно только подключиться и вступить в игру, чтобы получить от общества то, что желаете. В любом случае для вас хорошо увидеть, что вы хотите немного больше благополучия и вовсе не стремитесь к богатству. Теперь, когда цель ясна, вы можете работать над нею. Подойдите творчески к вопросу о том, как вы можете дополнительно заработать деньги. Весьма вероятно, что вам необходимо улучшить только то, что вы уже делаете, и за это получать больше денег.

Главное, как я уже отметила, сохранять баланс. Равновесие укрепляет в вас духовность, раскрывающую и проявляющую вашу внутреннюю красоту и творческий потенциал.

Соединить мотивацию с духовными принципами

Загляните в ваше сердце, проверьте мотивацию стремления к богатству. Не исходите из чистого желания располагать большими деньгами. Поддерживайте ваше стремление к благосостоянию также духовными принципами, так как чисто материальные побуждения не сделают вас счастливым. Все деньги мира окажутся бесполезными, если вы несчастны.

За вашей деятельностью обязательно должно стоять что-то духовное, ничто не может придать вашей жизни ценности и значимости, кроме самореализации. Все земные богатства не в состоянии принести вам гармонию духа и психики, а также избавить вас от страха жизни. Они только могут дать вам возможность жить в комфортной обстановке, но в заточении, в камере, заполненной страхом.

Если вы не цените и не уважаете свою душу, разум, тело и жизнь, то ваш путь вместо дороги, залитой гармонией и радостью, превращается в муку, метания и борьбу.

Медитация "Для чего мне нужны деньги?"

Предлагаю сейчас помедитировать.

Войдите в медитативное состояние, загляните вглубь себя и задайте следующие вопросы:

"Для чего мне нужны деньги, чего я хочу с их помощью достичь?"

Внесите ваши мысли, ассоциации и ощущения в свой "денежный дневник" и затем проанализируйте то, что вы записали - многое прояснится для вас.

Вы, конечно, можете добиться реализации поставленных целей, но при пристальном рассмотрении заметите, что добились успеха на материальном уровне, но не смогли его совместить и согласовать со своей духовной эссенцией, с принципами Жизни. Благосостояние только ради благосостояния, для удовлетворения своих выживенческих желаний - самая скверная форма эгоизма, себялюбия.

Если ваше стремление к богатству продиктовано только собственным Эго и в то же время вы стремитесь к внесению духовного аспекта в вашу жизнь, то вскоре обнаружите, что ваши попытки прийти к благосостоянию будут сопровождаться постоянными неудачами. Ваше "высшее Я" будет охранять вас от саморазрушения и потери истинной перспективы через соблазны вашего Эго.

Если в вас отсутствует сильное стремление к духовности, то, вероятнее всего, вы быстрее придете к деньгам, но то, чего вы в итоге добьетесь, будет пустым и безжизненным. Загляните в свое сердце и задайте себе эти вопросы, так как вся сила Вселенной вам не поможет, если вы будете чувствовать себя несчастным и разум будет противостоять вашим внутренним стремлениям.

Поставить цель

Очень просто открыть какое-либо дело без четкого представления, какие обязанности ложатся на ваши плечи, не проанализировав рынок сбыта на предлагаемый вами продукт или услуги. Фатальный исход фирмы уже предначертан.

Еще важный момент. Предприниматель проводит ежедневно большую часть суток на своей фирме, вместе со своим товаром. Поэтому, прежде чем начинать дело, вам должно быть ясно, на что вы пускаетесь. Если вы не любите всей душой свое дело и не готовы жить в этом, то вы создаете себе тюрьму. Вы не сможете долго находиться в состоянии заточения и когда-нибудь придется бросить свое дело - в противном случае вы заболаете.

Сейчас предлагаю вам конкретно ответить на прямой вопрос: "Чего вы хотите достичь в жизни?" Расплывчатые ответы не принимаются.

Многие участники семинаров не могут четко и конкретно сформулировать ответ на этот вопрос. Вот некоторые из ответов: "Я хочу быть счастливым", "Я хочу быть богатым", "Я хочу найти свою

истинную Любовь". Как правило, большинство не имеют ясного представления о том, чего они хотят и как могут реализовать свои желания и цели.

В действительности более 90% людей не знают конкретно, чего они хотят, и не имеют понятия, как можно достичь чего-то в жизни, и только 5% знают свои желания и разработали хороший план для реализации своих целей.

Вспомните вселенский закон "излучения и притяжения", по которому все, что мы излучаем во Вселенную, возвращается к нам обратно, - мы получаем то, что излучаем. Если наши мыслеформы расплывчаты, неконкретны и говорят Космосу: "Я не знаю, чего я хочу", то Вселенная вам так же ответит: "Я тоже не знаю". Вселенная нейтральна, она на все наши запросы отвечает "Да!" Она всегда дает нам то, что мы просим. Если мы мыслим негативно, то получаем отрицательное, если положительно - положительное, а если мы посылаем что-то невнятное, то результат тоже будет таким. Высший разум предоставляет нам полную свободу выбора. Мы и только мы сами принимаем решения и ответственны за свою судьбу.

Люди, которые ясно представляют свою цель и четко формулируют свое намерение, добиваются всего. У других, как правило, все попытки остаются безуспешными.

Медитация "Поставить цель"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, и Ты полностью расслаблен.

Ты благодаришь энергию и вступаешь в контакт с Рэйки в соответствии с Твоей ступенью. Затем задаешь следующие вопросы: "Как мне прийти к богатству для исполнения моего предназначения?" Просишь энергию Рэйки помочь Тебе осознать и поставить конкретную цель.

Теперь доверься энергии Рэйки, она даст Тебе ответ на вопрос, а также нужную информацию.

Продолжай сеанс до тех пор, пока не почувствуешь, что энергия больше не течет. В конце сеанса поблагодари Рэйки.

Прими с благодарностью любой ответ, даже если он покажется Тебе странным и неожиданным. Запиши результат медитации и Твои мысли и ощущения в свой "денежный дневник" и затем проанализируй все.

Сформулировать намерение (проекция вашей силы воли)

От силы вашего намерения зависят успех и процветание бизнеса. Разум человека - его друг и одновременно враг, так как он мыслит линейно и шаблонно, ограничивая нас во всем. Развитие четкого намерения и соединение его с личной силой сметают все рамки на своем пути и открывают дорогу любому начинанию.

Очень часто проект не соответствует ожиданиям людей, которые его разрабатывают. Происходит это потому, что все предпочитают фазу обсуждения, но когда доходит до дела, то многим не хочется концентрированно работать.

Если вы разрабатываете бизнес-план, то проанализируйте тщательно ваше представление о будущем бизнесе. Если оно расплывчато, то ваш проект нежизнеспособен. Ваш замысел должен быть детально разработан. Намерение - первично, и только за этим следует действие для претворения плана в жизнь.

Правильно сформулированное намерение свободно от сомнений и компромиссов и не допускает никаких алиби и ограничений. Оно говорит вам: "Ничто не может меня остановить. Я чувствую и вижу это перед моим внутренним взором. Я концентрирую свою волю, как лазерный луч, на мой замысел. Я полностью в этом. Мой план успешен!"

Настойчивость и терпение подводят фундамент под ваше намерение. Вы должны настроиться на цель и сконцентрироваться на ней. Многие не доводят дело до конца, они сдаются до того. Им не хватает настойчивости и терпения, но без них нет успеха.

Люди хотят все предопределять и контролировать, так как это дает им чувство защищенности. Все должно происходить в ожидаемой форме и соответствующим образом. Если это не отвечает нашим ожиданиям, то мы рассматриваем это как крушение. Вы можете иметь определенный замысел, а успех вдруг приходит совсем с другой стороны. Важно сконцентрироваться на своей цели и не терять ее из виду, независимо от того, как много времени на это потребуется. Ваша идея должна развиваться сначала на тонких уровнях, прежде чем манифестироваться на материальном уровне. Развитие событий нуждается во времени, и вы должны научиться терпению.

Развивайте умение дождаться конца сопротивления. Существует понятие "качества времени": время для действия "созрело" или еще нет. Если вы упорно пытаетесь реализовать свой план, когда время еще не "созрело", то вы затратите слишком много сил и времени на претворение проекта в жизнь. И все ваши усилия могут оказаться напрасными. Когда вы начинаете действовать в "зрелое" время, то все идет как бы само по себе, без усилий, в потоке. Научитесь чувствовать время! Если вы постоянно концентрируетесь на цели и терпеливо реализовываете ее шаг за шагом, то в итоге получите то, к чему стремились. Поспешность отодвигает от вас достижение желаемого. Уравновешенность исключает гонку, горячку. Заставляйте себя сделать перерыв для закрепления достигнутого и затем идите вперед: шаг за шагом.

Наибольшая сила, доступная человеку, - его воля, сплавленная с намерением, энтузиазмом и решимостью. Этот сплав содержит эссенцию вашей сущности и бытия. Лишь сила Духа способна с огромной мощью направлять к цели. Помните, что ваше сознание является частью безграничного поля общего сознания, состоящего из энергии и мыслеформ Вселенной.

С. Уайльд описывает человека намерения следующим образом: "И вдруг в этом пространстве появляется маг: могущественный, ясный, свободный от желаний и не отступающий от своих представлений. Освобожденный от эмоций, он стоит на выступе, на одну или две ступени выше общей массы. Отсюда он выстреливает свою волю в жизненные обстоятельства, зная, что его силу невозможно остановить."

Как может вселенский закон Жизни отвергнуть этого человека?! Это невозможно. Его сила слишком велика. Он не подвержен влиянию мыслей о ценности, добре и зле, обладании и необладании. Его воля направлена только на то, что он желает. Его желание происходит не из какого-то высшего отбора, а только из силы его воли. Потому что он желает и эта мысль покоится в его воле, его желание не может быть отвергнуто (отклонено)".

Итак, необходимо взвесить, чего вы хотите и какое количество энергии готовы инвестировать в свою цель. Если ваш энтузиазм не слишком велик, то очевидно, что ваше желание или цель не слишком важны для вас. Когда ваше стремление не является чем-то особенным для вас, то это признак того, что, скорее всего, ваше желание не исходит из глубины души.

Цели и желания каждого человека крайне важны для его развития. Каким путем они достигаются, не имеет значения, если при этом мы честны перед собой и не манипулируем другими людьми, не ограничиваем их свободу воли и не раним их душевно.

С помощью Рэйки можно легко выяснить, пришло ли это желание из глубины души или продиктовано нашим Эго. Это очень важно осознать, так как между желанием и намерением стоит огромная пропасть. Как только мы даем Рэйки на наши желания, мы как бы освещаем источник наших желаний и начинаем понимать, идет ли желание из глубины нашего существа, поверхностно ли оно и что за ним стоит.

Особенно со 2-й ступени Рэйки мы начинаем осознавать роль и значение желаний. Мы начинаем понимать, что Рэйки поддерживает намерения, несущие нас вперед по нашему пути, а ожидания и надежды, продиктованные нашим Эго, не всегда исполняются. Вселенная будет поддерживать только замысел нашей души, и мы легко достигнем нашей цели. В противном случае придется вложить огромное количество энергии, но дело будет обречено на провал.

Медитация "Проверка желания цели"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, полностью расслаблен.

Ты благодаришь энергию и вступаешь в контакт с Рэйки в соответствии с Твоей ступенью. Затем визуализируешь в деталях свое желание, чем больше подробностей, тем лучше, при этом представляешь его в настоящем времени, уже свершившимся. Окружаешь все белым сверкающим светом. На представленное Тобой желание рисуешь 3-й символ, а затем даешь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рэйки влить Свет и энергию в Твое желание и спрашиваешь, нужно ли Тебе работать в этом направлении.

Теперь доверься энергии Рэйки, она даст Тебе ответ на вопрос, а также нужную информацию.

Давай Рэйки на желание до тех пор, пока не почувствуешь, что энергия больше не течет.

В конце сеанса поблагодари Рэйки.

Как я уже отметила, результат может быть не таким, каким Ты его представил. Это значит, что Тебе необходимо проделать другой опыт, Высший Разум знает лучше, что для Тебя важно. Прими этот опыт с радостью и любовью, таким образом Ты выберешь лучшее из данной ситуации.

Если какая-то цель является исключительно важной для вас, то она становится священной, вы стремитесь к реализации своего замысла всей душой и готовы вложить всего себя, так как знаете, что это смысл вашей жизни, вашего поиска на Земле. Каждая клетка вашего существа будет поддерживать стремление к цели, вы приобретете огромную силу и ясный ментал. Только тогда вы сможете сформулировать намерение и у вас возникнет четкий, целенаправленный замысел.

У каждого человека существует главная тема его поиска в жизни. Если он откажется от своего стремления к цели, от предназначения, то он предаст себя и потеряет свою сущность.

Достаточно ли у вас мужества и доверия к Существованию, чтобы востребовать то, что вам необходимо и чего вы желаете: безоговорочно и бескомпромиссно, с готовностью все получить.

Если же ваша готовность не так сильна, то Жизнь немного даст вам, так как вы сами не знаете, чего вы хотите. Единственно правильный путь - решительно показать свое желание, концентрироваться на нем и настаивать на его исполнении до тех пор, пока оно не реализуется.

Если ваша воля сильна и целенаправленна, то окружающие начнут сопротивляться, так как им неожиданно приходится принимать новые условия игры. Для людей вообще характерно сопротивление

любому изменению. Особенно когда они чувствуют, что за этим стоит бескомпромиссная сила и им придется сделать выбор: либо пойти на риск и идти с вами дальше, либо - уйти.

Ваши воля и намерение настолько сильны, что многие останутся с вами на новых условиях только для того, чтобы быть рядом с вами. Люди интуитивно чувствуют силу и с удовольствием окружают сильных людей, так как от них они могут почерпнуть энергию. Ваше окружение нуждается в вашей энергии. Люди начнут добровольно давать вам все, что необходимо. Уверенность в себе и собственной силе откроет вам неограниченные возможности, и тогда изобилие найдет дорогу к вам.

Только разум ограничивает нас, и все ограничения существуют только в голове. Если вы научитесь не привязываться эмоционально к своим целям, действиям, имуществу и не цепляться за Жизнь в целом, то вы начнете получать мощный поток энергии Рэйки. Гармония и равновесие, которое вы излучаете, - ваш подарок для других. В ответ они будут добровольно одаривать вас. Однако здесь вас ожидает опасность попасть в ловушку: ваше Эго может зайти далеко и извлекать из всего выгоду.

В деловом мире каждый пытается манипулировать другим и контролировать его, но нужно добиваться успеха без применения этих методов. Главное - сохранять равновесие. Когда мы уравновешены, энергия Рэйки течет естественно и вводит нас в чистую, духовную сущность вещей.

Если вы сконцентрируетесь на себе и своей жизни, то станете сильнее большинства окружающих вас людей. Но не позволяйте успеху вскружить вам голову, это может стянуть вас энергетически вниз и привести к крушению ваших планов.

Семья - мощная метафизическая ячейка, в которую вы инкарнировались для обучения в новой жизни. Ценность семьи состоит в том, что она дает нам определенную защищенность и позволяет каждому отработать свои кармические задачи в более благоприятных условиях. Мы можем с помощью семьи отработать невообразимое количество кармы. Самое прекрасное, что нам может дать семья, - познать Любовь и научиться любить.

Прежде чем перейти к активным действиям, советую вам собраться вместе с близкими людьми, чтобы каждый мог откровенно рассказать о своих мечтах и потребностях. Тогда вы сможете согласовать свои планы с желаниями окружающих и вместе обсудить то, насколько велико общее стремление достичь желаемой цели.

Если ваше намерение недостаточно сильно, то подстройте свои желания и ожидания к вашим возможностям. Другой вариант - с помощью дисциплины и концентрации работать дальше над вашим замыслом, внести в него больше энергии. Как только ваше намерение наберет достаточный энергетический потенциал, то сила вашей воли, направленная на цель, начнет работать над претворением желаний вашего сердца.

Освободиться от лишнего груза

Ясность вашего замысла позволяет вам направить энергию в правильное русло так, чтобы вся ваша сила воли была способна сконцентрироваться на цели.

Многие люди достаточно сильны, чтобы добиться всего в жизни, - им не хватает лишь ясности помыслов.

Для начала необходимо освободиться от старых ограничений. Это совсем непросто и требует огромной дисциплины и усилий, твердого желания добиться большего.

С. Уайльд красочно описал накопленный в течение жизни груз:

"Представьте себе, что вы находитесь на дне бассейна и что-то огромное и тяжелое висит на ноге и удерживает вас под водой. У вас есть только одна или две минуты, чтобы освободиться от захвата, в противном случае вы захлебнетесь. Как велико будет ваше желание выплыть на поверхность?! Какие усилия вы готовы приложить, чтобы освободиться и вдохнуть свежий воздух?! Представьте себе это.

Теперь взвесьте, сильно ли также ваше желание освободиться от существующих обстоятельств? Чтобы все отбросить и вырваться, потребуется огромная личная сила и мужество".

Большинство людей располагают небольшим энергетическим потенциалом и, кроме того, еще ослабляют его своей эмоциональностью. Если вы не освободитесь от большинства эмоций, то вам будет трудно ясно понять себя и свои задачи. В конце книги, в приложении (глава "Работа с эмоциями"), даны методики работы с эмоциями.

По мере освобождения от эмоциональной привязки к жизни вы отдалитесь от всех, кого вы знаете и любите. Вы сможете полагаться только на себя. Это вызывает страх. Люди предпочитают жить в заточении, окруженные друзьями и любимыми вещами, чем быть свободными и полагаться только на себя.

Итак, сначала необходимо четко определить свое желание. Следующий шаг - расстаться со всем, что не составляет части ваших планов. Это позволит вам внести в план силу, ясность и концентрацию. Освобождаясь от побочного, неважного, план становится главным, важным для вас, все сконцентрировано в одном направлении. Вследствие этого с каждым днем ваш замысел набирает силу.

Вы должны инвестировать в свой план все ресурсы, которыми располагаете, в том числе себя.

Затем посмотрите на окружающих вас людей: поддерживают ли они ваши начинания или нет. Расстаньтесь с теми, кто негативно относится к вашим планам. Очень непросто уйти от близких людей, но учтите, что их отрицательное отношение к вашей деятельности поглощает огромное количество вашей энергии, а она необходима для достижения цели.

Рекомендую в любом случае сгармонизировать отношения с окружающими вас людьми, независимо от того, хотите ли вы расстаться с ними или нет.

В "Приложении", в главе "Гармонизация отношений" изложены теоретические основы и кроме того предлагается "Медитация прощения", которая поможет вам легко разрешить отношения.

Другой аспект, о котором следует помнить, - ваша энергия прямо пропорциональна множеству того, что вы отпускаете. Чем больше вы отпускаете (старые представления, стереотипы мышления, привязанности и прочее), тем интенсивнее течет энергия и приводит все в движение. С помощью Рэйки-техники ментального лечения очень легко и просто отпустить, трансформировать старые программы.

Вы должны освободиться от всего лишнего в вашей жизни. Представьте себе, что с момента рождения к вашей ноге привязали длинный канат, который в течение жизни обвивался вокруг ног и затягивался в узлы. Чтобы обрести свободу, необходимо развязать путы на ногах. Иными словами, вы должны найти путь к себе, своему внутреннему Мастеру, своему "высшему Я", чистому состоянию бытия. С этой точки отсчета продвигаться вперед от узла к узлу и тщательно освобождаться от событий и вещей, которые завязывали каждый узел.

Многим это покажется нереальной задачей, так как в течение жизни образовалось несметное количество узлов. Поначалу у вас действительно может возникнуть такое впечатление, но по мере постепенного раскручивания "каната" вы обнаружите, что с исчезновением одного узла одновременно развязался целый ряд других. Это связано с тем, что мы склонны повторять одни и те же ошибки и все

исчезнувшие узлы образовались в силу одной причины. Освободившись от причины, вы растворили целый ряд подобных ситуаций.

Парадоксально, но факт, что сначала мы старательно создаем "узлы", привыкаем к ним, а потом уже неспособны жить без добровольных пут и в итоге задыхаемся в сети, созданной собственными руками. В определенный период жизни немногие люди замечают этот канат и начинают работать над освобождением. Удел остальных - медленная гибель рыбы, запутавшейся в сети.

Если вы не освободитесь от большинства эмоций, то вам будет трудно ясно понять себя и свои задачи.

Проявить активность на рынке

Что можно предложить рынку

Ваши активные действия на физическом уровне - один из аспектов изобилия. Когда-нибудь вы должны проявить активность на рынке жизни, если вы действительно решили увеличить свои финансы. Вы должны найти других людей, потребности которых вы можете удовлетворить, а они, взамен, переведут деньги на ваш банковский счет. Это обычный путь.

Пока вы растете духовно и расширяете свои возможности, вы одновременно выходите в мир и осматриваетесь в нем. Когда вы созрели для создания своего дела, вы должны будете людям что-то предложить.

Это означает, что вы должны обладать чем-то и вынести это на рынок, например: особые способности, знания, умение или продукт.

Рассмотрим первые три понятия:

Способность, навык или умение наименее интересны для рынка. Предлагая рынку какую-то свою необыкновенную способность, вы должны лично и ежедневно заниматься чем-то. Это займет все ваше время и силы и в результате может оказаться неприбыльным, и вы не достигнете цели. Но если предложить свои способности талантливо, то люди примут ваше предложение, и вы утвердитесь на рынке. Рыночная конкуренция дает вам шанс выделиться из посредственности, заурядности, и если вы эффективны и постоянно инвестируете в рекламу, которая доносит до людей вашу незаурядность, - ваше будущее обеспечено.

Возможно, вы владеете определенными знаниями, которые можете предложить. Мы живем в век информации, которая распространяется с огромной скоростью. Миллиарды людей заинтересованы во всякого рода информации. Если вы обладаете какими-либо актуальными знаниями и информацией, то можете поделиться этим с другими людьми.

Есть много способов: через телевидение, компьютерную сеть, книги, кассеты, семинары и т. д. Знания в наше время - огромная ценность. Но многие люди не знают и не могут себе представить, что кто-то готов заплатить за хорошую мысль. Знания - один из видов товара, который можно продать и купить. Важно помнить, что речь идет не о классическом образовании, а о специальных знаниях, которые нельзя получить в высших учебных заведениях. Речь идет о творческих идеях, об информации. Их можно продать в виде обучения или информации. Располагая особыми знаниями, можно стать консультантом и получать приличный доход, или их можно продать как конечный продукт. Знания не обязательно должны быть новыми, даже старую информацию можно продать под актуальным ракурсом, то есть в пользующейся спросом упаковке. Для этого нужно знать потребности рынка и подстроиться под спрос.

Если вы не владеете особым умением или знаниями, но имеете коммерческую жилку, то можете выйти на рынок с определенным продуктом. Весь секрет успеха в коммерческой деятельности состоит в том, что не существует предела в продаже какого-либо продукта. Вы выносите на рынок свой продукт и продаете его, затем производите еще большее количество этого продукта, которое покупает еще больше людей, и т. д. Самое приятное в такой деятельности заключается в том, что вы получаете деньги не за объем вашей работы, а за объем вашего оборота. Таким образом, вы входите в спираль энергетического потенциала, который не имеет границ.

Вам не нужно постоянно изобретать новые продукты. На мировом рынке существуют фирмы, которые уже веками традиционно продают один и тот же продукт. И успешно! Все, что вы должны для себя открыть, - ваша ниша на рынке сбыта, и, кроме того, продукт должен вас интересовать. Выберите то, что вам действительно нравится. Если вы возьметесь продавать что-то, в чем вы не убеждены, то постепенно ваша мотивация придет к нулю и в итоге дело заглохнет.

Вы должны любить свой продукт, и ваша аура должна излучать восторг!

Если продукт вам нравится, то вы отдаете частицу себя при его продаже. Ваше творчество вдохнуло жизнь в продукт, и ваше детище живет дальше своей жизнью, которую вы сформировали. Вы ментально связались с вашим продуктом и насытили его энергией, чувствами восторга и любви.

Оригинальность - основа нового бизнеса

Если вы не обладаете особыми способностями и не располагаете определенным продуктом, то можете выйти на рынок с оригинальной идеей.

Оригинальность - залог успешного бизнеса. На свете очень мало оригинального. Поэтому люди, как правило, тянутся к оригинальности.

Как научиться видеть оригинальное?

Все, что работает плохо и неоптимально, - источник оригинальных идей, нужно только внимательно посмотреть в суть вещей и увидеть, что можно изменить в данном случае и как придать оригинальность новому решению. Это, пожалуй, самое трудное - быть оригинальным. Но наш высший потенциал всегда располагает свежими, новыми и оригинальными идеями, необходимо только пробиться к ним. Проще всего это достигается в медитативном состоянии.

Любая идея, стимулирующая воображение и фантазию людей, а также хорошая реклама - обязательно приведут к успеху. Оригинальность выделит вас из общей серой массы. Немного оригинальности в итоге принесет вам целое состояние. Гораздо дороже и труднее утвердить на рынке сбыта неинтересный продукт или услугу, так как они не привлекают внимания людей. Потребители хотят получить что-то новое, чему-то научиться. Они хотят получить вызов или стать участниками событий. Людей нужно вовлечь в действие.

Любое новое дело следует начать с вопроса: "Как я могу интересно и оригинально его организовать и оформить?" Люди хорошо реагируют на все забавное и беззаботное, у них и так хватает собственных проблем.

Однако исключение составляет любое дело, связанное с финансами. В финансовом мире необходим определенный уровень консервативности во всем, что связано с завоеванием доверия людей (в рабочем помещении, поведении и одежде).

Энтузиазм и творческая фантазия гарантируют успех любого начинания. Они являются проявлением божественной силы, ведущей вас к успеху. Кроме того, что может быть прекраснее - делать то, что вам

доставляет удовольствие, и при этом получать деньги! Таким образом, "тяжкий труд" превращается в радость и наслаждение. Превращайте все в игру - игру Жизни! Окружайте себя веселыми и счастливыми людьми и не поддерживайте "серьезность" и серость общей массы.

Медитация "Найти оригинальную идею"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу, правая рука лежит в левой, как в чаше, или можешь положить руки на какую-нибудь позицию, например на живот.

Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки в соответствии с Твоей ступенью.

Ты закрываешь глаза и прислушиваешься к своему дыханию; наблюдаешь, как стенка живота поднимается и опускается. После того, как Твое дыхание успокоилось и стало равномерным, Ты уходишь в себя (считаешь от 22 до 1 в обратном порядке).

Ты представляешь проблему, для решения которой Ты хочешь найти оригинальный метод. Внеси Свет Рэйки в визуализированное и попроси Рэйки помочь Тебе найти оригинальный способ решения. Ничего не рисуй себе, просто спокойно жди в состоянии ничегонеделания и принимай все, что придет.

При этом Ты обращаешь внимание на то, какие чувства, мысли и идеи возникают в Тебе. Рэйки может Тебе многое показать и подсказать во время медитации. Прими к сведению полученную информацию. Возможно, Рэйки покажет Тебе совсем другое направление, прислушайся к совету.

Ты держишь визуализированную картину, заполненную Светом Рэйки, до конца сеанса. Затем Ты медленно возвращаешься назад, открываешь глаза и благодаришь Рэйки.

Высокое качество продукта и сервиса - залог успеха

Вы должны в первую очередь инвестировать в себя. Причина неудачливости многих людей лежит в том, что они не прилагают никаких усилий для развития своих способностей и их совершенствования. Они полностью находятся под стрессом достичь чего-нибудь в своей жизни, поддержать модерновый стиль жизни, а в результате выходят на рынок до того, как могут стать специалистами и предложить что-то незаурядное. Таким образом, они обрекают себя на постоянную борьбу, так как их усилия так же посредственны, как и у остальной массы. Незаурядность и качество всегда дадут возможность утвердиться на товарном рынке. Продукт хорошего качества всегда будет иметь спрос. Если вы отлично выполняете что-то, то вы не только получаете удовлетворение от сознания того, что вы хороши в своей области, но и имеете преимущество найти на рынке свою нишу, из которой никто не сможет вас вытеснить.

Средняя масса, погрязшая в обыденности, живет в состоянии апатии и ожидания острых ощущений. Чтобы стать чем-то особенным, вы должны плыть против течения.

Испокон веков высоко ценились незаурядные способности. Люди самореализовывались через профессию и достигали своей жизненной цели. Любое действие настоящего Мастера проистекает из его настройки на течение, ход вещей, что порождает совершенство и красоту, которая совершенна, и помогает человеку увидеть божественное во всех вещах и явлениях. В результате работа Мастера становится богоподобной и вечной, в ней заложены дух и смысл. Она обладает ценностями, которые видны каждому, так как форма и качество созданного продукта содержат материальное подтверждение бессмертности и бесконечности всех вещей.

Моя дочь рассказала мне очень интересную историю, иллюстрирующую работу настоящего Мастера.

Она работала в то время в оперном театре в Бонне. Все работали над новой постановкой оперы "Фальстаф". На очередной репетиции установили новые декорации. Режиссер и художник-постановщик пришли к выводу, что оформление сцены вызывает какой-то диссонанс. Они довольно долго обсуждали проблему и в итоге пригласили мастера группы, которая работала над исполнением декораций к этой сцене. Мастер пришел, посмотрел на сцену и сказал: "Я вижу, что в этом месте дисгармония, надо снова проверить конструкцию!" Декорации отнесли в мастерские, и когда их снова установили, то вся сцена заиграла, все стало на свои места и излучало гармонию.

Мастерство достигается со временем. Многие не желают прилагать усилий и инвестировать время, что, собственно, и определяет качество любого продукта. Божественный план присутствует в каждом, но он проявляется только тогда, когда действие человека сплавлено с божественным сознанием.

Если предлагаемая вами способность безжизненна и несовершенна, то ваша энергия снижается из-за повседневного исполнения скучной работы. Вы никогда не достигнете мастерства в своей деятельности. Внесите в свое занятие одухотворенность, подойдите к нему творчески, создайте качественный продукт, который обеспечит духовный рост и хороший финансовый доход. Таким образом, все, что вы делаете, становится священным актом и приобретает смысл.

Не имеет значения, что вы предлагаете людям, только качество - залог успеха, а оно всегда имеет спрос. Платежеспособные люди обращают особое внимание на качество и даже не смотрят на цену, если услуга или продукт им нравится, а если они хотят это иметь, то готовы заплатить любую сумму.

Нам также необходимо обсудить вопрос сервиса. Большинство людей не имеют понятия об искусстве обслуживания, потому что сегодня эта работа не считается престижной. Это ошибочное мнение, так как любой вид деятельности направлен на обслуживание людей, например, печатание книг - обеспечение людей книгами, здравоохранение - сервис в смысле здоровья и т. п.

Что же необходимо сделать, чтобы научиться хорошему обслуживанию? Принцип прост: во время оказания услуги клиенту вы должны подчиниться ему, а это означает необходимость подстроить собственное Эго и личность к его потребностям. Большинство людей не в состоянии это сделать, так как ставят себя выше других. Однако только через подчинение можно спокойно сконцентрироваться на желании человека. Клиент ощущает это энергетически и соответствующим образом реагирует на вас. Если вы хорошо обслуживаете, то это приносит вам удовлетворение, так как вы осознаете, что отлично делаете свое дело. В этом весь секрет хорошего сервиса. Вы одновременно обучаетесь смирению и хорошо зарабатываете. В известном выражении: "Клиент всегда прав, даже когда он неправ!" заложена истина. Служить - достойное занятие. Можно служить без ущемления собственного достоинства, когда вы не нуждаетесь в подтверждении. Вы достигли самореализации, спокойны и уверены в своем деле. В этом состоянии вы ничего для себя не желаете, а хотите только служить клиенту. В результате вы получаете все и даже более того. В жизни все просто, нужно идти только против течения посредственности.

Итак, вы должны гарантировать высокое качество вашего продукта и сервиса!

Прежде чем выйти на рынок и открыть свое дело, рекомендую с помощью предлагаемой медитации зарядить его энергией Рэйки.

Медитация "Зарядить дело или продукт энергией Рэйки"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу, правая рука лежит в левой, как в чаше, или можно положить руки на какую-нибудь позицию, например на живот.

Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки в соответствии с Твоей ступенью.

Ты закрываешь глаза и прислушиваешься к своему дыханию; наблюдаешь, как стенка живота поднимается и опускается. После того, как Твое дыхание успокоилось и стало равномерным, Ты уходишь в себя (считаешь от 22 до 1 в обратном порядке).

Ты представляешь объект, который хочешь зарядить энергией Рэйки. Ты окружаешь его Светом Рэйки, просишь Рэйки наполнить его силой и успехом.

При этом Ты обращаешь внимание на то, какие чувства, эмоции или ассоциации возникают в Тебе. Рэйки может Тебе многое показать и подсказать во время медитации. Прими к сведению полученную информацию. Возможно, Рэйки посоветует что-то изменить. Прислушайся к совету. Таким образом, Ты избежишь многих трудностей на первом этапе.

Ты держишь визуализированную картину, заполненную Светом Рэйки, до конца сеанса. Затем Ты медленно возвращаешься назад, открываешь глаза и благодаришь Рэйки.

Эту медитацию можно применять во многих случаях, если, например: у Тебя возникли сомнения, Ты зашел в тупик и нуждаешься в совете или не знаешь, в каком направлении Тебе следует активизироваться.

Обрести "высшее видение"

Вы - индивид: пришли одиноким ребенком на Землю и умрете в одиночестве. Независимо от того, сколько людей вас окружает, вы одиноко идете по духовному пути. Погружаясь в материальный мир, вы окружаете себя многими вещами, занимаетесь разнообразной деятельностью и постепенно теряете из виду свою цель, ради которой пришли на Землю.

Энтузиазм и энергия необходимы вам для претворения ваших целей в жизнь, но без высшего видения вы бессильны. Видение - это способность подняться над ситуацией и точно опознать, определить ее.

Любой деловой деятельности присущ период обсуждений, и затем наступает фаза действия. Энергия действия рождается в глубине чувств и мыслей участников. Она также создается мотивами, стоящими за человеческим действием.

Так как мы постоянно имеем дело с людьми, то надо помнить, что люди часто говорят одно, а думают и подразумевают что-то другое. Вам необходимо постоянно смотреть в корень происходящего, четко отслеживать побуждения и стремления других людей и определять, соответствуют ли они вашим. Только сохраняя гармоничное состояние, вы сможете подняться над ситуацией и довольно быстро увидеть суть дела. Так как развитие бизнеса - процесс, то цели и мотивы партнеров могут изменяться. Для вас жизненно важно быть в курсе истинных стремлений участвующих, чтобы гибко и правильно реагировать на любые изменения. Предлагаю периодически проводить Рэйки-медитацию **"Перепроверка ситуации и мотивов участников бизнеса"**, лучше всего ночью.

После медитации подведите итог полученной информации. Избегайте негативных эмоций, если стремления участников "совещания" расходятся с вашими представлениями. Своим отрицательным отношением вы перекроете поток энергии, и дело будет обречено на провал. Спокойно проанализируйте информацию и разработайте новую стратегию, исходя из полученных данных.

Если вы будете достаточно часто проводить такую медитацию, то вскоре научитесь без ухода в медитативное состояние чувствовать своих партнеров и их настоящие мысли.

Не думайте, что, применяя таким образом полученную информацию, вы используете людей и манипулируете ими. Нет, вы только узнаете правду и ведете честную игру, без хитростей и обмана. Вы не контролируете других, а просто приобретаете свободу правильного выбора и решения. Вы приобретаете гибкость, сохраняя целенаправленность, ясность и концентрацию.

Ясность замысла и ваша целенаправленность - столпы создания богатства.

Медитация "Перепроверка ситуации и мотивов участников бизнеса"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу и полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию. Визуализируешь явственно всех участников бизнеса, рисуешь на картинку 3-й символ, произносишь три раза имя и фамилию каждого, затем рисуешь 2-й и 1-й символы на картинку. Просишь Рэйки внести Свет и энергию в визуализацию.

Теперь попроси Рэйки помочь Тебе узнать и понять действительные побуждения и планы партнеров. Положись на мудрость Рэйки и просто наблюдай за тем, что происходит на Твоем внутреннем экране. Не пытайся что-то менять и вносить свои представления. Отпусти все, Ты только посторонний наблюдатель. Ты получишь нужную информацию.

Особенно важно прочувствовать, что Ты ощущаешь, глядя на происходящее.

Концентрируйся в основном на главном лице, от которого многое зависит в деле. Ты можешь даже задать ему вопросы, без насилия и попыток манипулировать. Они должны быть сформулированы коротко, ясно и четко.

Затем перенеси свое внимание на других участников и задай им вопросы. По-прежнему спокойно наблюдай и внимательно прислушивайся к ответам и своим ощущениям.

Продолжай сеанс, пока не почувствуешь, что энергия больше не течет, и в конце поблагодари Рэйки.

Донести свои цели до сознания сотрудников

Если план предусматривает поддержку и помощь от других людей, то вы должны удостовериться, что они ясно представляют и понимают свои задачи и степень участия в деле. Это ваша задача - донести до сознания сотрудников ваши цели, показать и объяснить участки их деятельности. Говорите всегда ясно, четко и доступно то, чего вы хотите, и удостоверьтесь в том, что вас правильно поняли. Не исходите из того, что ваши сотрудники знают, что они делают. Большинство людей не знают этого. Когда вы имеете дело с людьми, то не должны ничего предполагать. Правильная коммуникация - залог успеха: три раза следует повторить и несколько раз проверить, только тогда вы можете быть уверены, что все дошло и понято правильно.

В процессе развития вашего бизнеса все больше людей будут вовлечены в него. Ваша основная функция - мотивировать сотрудников. Обычный человек способен концентрироваться на чем-то около двух минут. Если вы не будете держать под контролем ситуацию день за днем, час за часом, то вскоре ваши сотрудники будут "исключительно заняты", при этом не делая ничего существенного.

Поэтому важно оставаться в постоянном контакте не только со своими целями и планами, но и с людьми. Они должны понимать, что для вас важно, а вы должны контролировать, чтобы они работали продуктивно.

В начальной стадии становления бизнеса требуются ваши творческие способности, но в дальнейшем все больший вес приобретает ваше умение вести за собой и мотивировать людей. Так же важно уметь подбирать сильных, способных, решительных людей, которые еще больше поднимут энергию вашего дела.

Рекомендую перед любой важной беседой с партнерами и подчиненными дать себе короткий сеанс Рэйки. Он поднимет вашу энергетику, а также приведет вас к гармонии и равновесию. Это оптимальное состояние для проведения деловых встреч и принятия важных решений.

Еще один совет: начинайте день с работы с так называемыми "замещающими" позициями. Это контактная позиция на теле, которая как бы замещает все остальные позиции.

После установления контакта с Рэйки с помощью символов вы можете определить замещающую позицию, на которую положите руки и при этом произнесете несколько раз аффирмацию для наступающего дня.

Таким образом вы вносите энергию Рэйки в наступающий день и можете быть уверены, что он пройдет оптимально для вас и всех ситуаций, в которых вы окажетесь.

Аффирмация для наступающего дня

Энергия Рэйки втекает в наступающий день и течет туда, где она, с точки зрения высшего разума, наиболее необходима мне и всем окружающим (близким, друзьям, коллегам) и в любые возможные ситуации, с которыми мы сегодня непосредственно и косвенно соприкасаемся. Мы повсюду окружены и пронизаны энергией Рэйки!

Что еще важно знать...

Часто у кого-то возникает хорошая идея, и он открывает свое дело, скажем, магазин. Дело идет прекрасно, через некоторое время владелец принимает решение расширяться и открывает на деньги, взятые в кредит, еще несколько магазинов. Новые магазины поглощают всю его энергию, и дела первого магазина приходят в упадок. Человек работает 16-18 часов в день и выбивается из сил.

С этого момента не он контролирует свою деятельность, а она управляет им. Его решение выйти на более высокий денежный оборот, т. е. за собственные рамки, приводит к тому, что он работает 24 часа в сутки и пребывает в эйфорическом состоянии своей суперактивности. Тем временем первый магазин не приносит дохода и закрывается, во втором обнаруживается крупная недостача, в третьем случается пожар - фатальный конец запрограммирован.

Ошибка владельца сети магазинов была в том, что он вышел за рамки своей компетенции и того, что уже хорошо работает, функционирует. Кроме того, он позволил колдовству активности вынести себя за пределы контролируемого и комфортного.

Не забывайте о том, что поспешность приводит к стрессу. Вы можете заработать миллион за один год или за 5 лет, это не делает погоды, пока вы на пути к успеху уравновешены и наслаждаетесь жизнью.

Как сказал великий Гете: "Во всем большом есть постепенность, а не внезапность и мгновенность!"

На самом деле в медленном, доставляющем удовлетворение и удовольствие, продвижении вперед заложено больше смысла. Периодически спокойно проверяйте состояние дел, чтобы будущие усилия не были построены на зыбком фундаменте.

Расширение дела - желательно, но в быстром темпе оно деструктивно. Если же провести его постепенно и удобно для себя, то оно принесет радость и успех.

Проблема мышления в больших масштабах лежит в нашем разуме, который не доверяет собственной фантазии. Для него привычно представлять себе нереальные вещи. Хорошую идею необходимо совершенствовать и понемногу наращивать ее энергетику, и тогда, как по мановению волшебной палочки, вдруг приходит успех.

Вы создали бизнес для того, чтобы прийти к деньгам. Не забывайте, что главное в бизнесе - считать деньги. Как только вы перестанете считать деньги, ваша концентрация переносится с денег на другие вещи. Бухгалтерия и деньги не находятся более в центре вашего внимания, и окружающие замечают это. Люди начинают давать вам все, что угодно, кроме денег: похвалу, славу, известность, однако денежный поток постепенно иссякает, он пошел в другое русло.

Не забывайте считать деньги!

[Кашлинская Лиза - "Рэйки и мир денег"](#)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Практики для духовного роста

Рэйки-медитация

Медитация является одним из наиболее распространенных методов погружения в самого себя, самопознания. Успех медитации зависит от двух принципов: "бездействовать" и "все отпустить", причем "бездействовать" создает предпосылки для "все отпустить".

Известно, что наибольшие трудности в начале медитации вызывает непрекращающийся поток мыслей. Главное - не уделять внимания мыслям и, в то же время, не отгонять их.

Позволь им спокойно протекать перед Твоим мысленным взором (как будто Ты смотришь фильм), поблагодари их за то, что они к Тебе пришли, и скажи им, что Ты ими займешься позже. Если это не поможет, то произнеси какой-либо шипящий звук, например: "шшш" или "пссс", который прогонит назойливые мысли. Точно так же не оценивай эмоции, которые могут возникнуть у Тебя во время медитации, и не задерживайся на них, прими их с любовью, прочувствуй причину их возникновения и отпусти.

Должно пройти какое-то время, пока "бездействие и все отпустить" придут к Тебе. Рэйки ускоряет процесс овладения техниками медитации, т. к. с момента контакта с Рэйки Ты уже находишься в медитативном состоянии; Ты погружаешься автоматически в Альфа-состояние. Кроме того, техника Рэйки-медитации вводит Тебя еще быстрее в состояние наблюдения и бездействия.

Начни с трех минут Рэйки-медитации ежедневно, затем через неделю можешь увеличить время медитации до 5 минут, еще через неделю - до 7 минут и т. д., пока не дойдешь до 30 минут. Это

оптимальная продолжительность Рэйки-медитации. Ты можешь, конечно, медитировать дольше, если у Тебя возникло желание продолжить медитацию.

Техника Рэйки-медитации

Ты садишься удобно на пол или на стул (важно, чтобы Ты мог прислонить спину), затем соединяешь ладоневые чакры, т. е. складываешь ладони перед сердечной чакрой, и соединяешь чакры ног, т. е. плотно соединяешь ступни ног. Таким образом, Ты замыкаешь Твою энергетическую систему.

Ты закрываешь глаза и прислушиваешься к своему дыханию; наблюдаешь, как стенка живота поднимается и опускается. После того как Твое дыхание успокоилось и течет равномерно, Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки, в соответствии с твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю ступень Рэйки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рэйки и активизируешь его.

Ты находишься в состоянии бездействия. Рэйки покажет все, что Тебе необходимо знать. При этом Ты обращаешь внимание на то, какие чувства, эмоции или ассоциации возникают в Тебе.

Ты пребываешь какое-то время в своих ощущениях и затем медленно, медленно возвращаешься назад и открываешь глаза.

Этика Рэйки - "Пять жизненных правил"

Предлагаю работу над собой начать с пяти жизненных правил доктора Усуи.

Жизненные правила Рэйки - не моральные постулаты, они, скорее всего, являются объектами для размышления, которые нам показывают, что для вас лично важно и где вы сами себе преграждаете путь. Необходимо прочувствовать их внутреннее качество, эссенцию и применить в нашей личной жизни. Для изменения жизни человека должно произойти изменение его образа мышления.

Настоятельно рекомендую начинать каждый день вашей жизни с правил доктора Усуи. Ваша жизнь резко изменится к лучшему. И вовсе не потому, что обстоятельства стали другими, а просто потому, что ваше отношение ко многим вещам и явлениям изменилось.

1. Именно сегодня я радуюсь.
2. Именно сегодня я ожидаю самого лучшего.
3. Я сердечен ко всему живому.
4. Я честно зарабатываю себе на жизнь.
5. Я благодарен за полученную благодать.

Первое жизненное правило: "Именно сегодня я радуюсь"

Если следовать первому жизненному правилу Рэйки и радоваться каждому новому дню, то постепенно в вас вырабатывается чувство радостного ожидания перед каждым новым днем. Если вы с радостью принимаете все аспекты вашего существования, то вы излучаете эту радость на все окружающее. И кто может на вас злиться, если вы естественно излучаете радость и любовь. Ваша радость начинает заражать окружающих, и в конце концов она возвращается к вам.

И что бы ни произошло, примите это с радостью, так как все служит вашему духовному росту.

Второе жизненное правило: "Именно сегодня я ожидаю самого лучшего"

Вы находитесь в состоянии беспокойства, когда вы потеряли контакт к жизнеутверждающему "Я есть" универсального Единства. Беспокойство - это плохая привычка. Иррациональные нелогичные структуры, состоящие из переработанных опытов прошлого, являются источником ваших забот. Доверьтесь полностью жизненному плану, который находится в руках вашего Высшего "Я", и отпустите все свои заботы.

Вы не должны беспокоиться о прошлом, так как это бесполезно - прошлое не вернуть. Если вы сожалеете о чем-то совершенном в прошлом, то примите ваши действия как акт неосознанности и отпустите эту ситуацию.

Также не беспокойтесь о будущем! Если вы постоянно думаете о вашем будущем и беспокоитесь о нем, то вы не живете в настоящем. Сегодня вы думаете о том, как будете жить завтра, завтра - думаете опять о завтрашнем дне, и вы не живете, жизнь ускользает от вас, т. к. "завтра" всегда переносится на завтра. Не цепляйтесь за прошлое и будущее, вы блокируете этим вашу энергию, которую можно продуктивно использовать для претворения в жизнь ваших планов. Живите сегодня, здесь и сейчас, и если при этом вы ожидаете самого лучшего, то ваша жизнь качественно изменится к лучшему.

В вас постепенно растет уверенность в том, что с вами не может случиться ничего плохого. И если вдруг происходят события, которые не укладываются в рамки "хорошего" по вашим понятиям, то надо осознать, что это ваши рамки и что этим событием предоставляется шанс приобретения опыта и духовного роста.

Третье жизненное правило: "Я сердечен ко всему живому"

Вы все происходите из Единого Источника. Все формы жизни взаимосвязаны друг с другом и составляют целостную систему. Вы должны научиться относиться с уважением к любому самовыражению Существования, любить и уважать все формы жизни. Сердечность ко всему живому начинается с вас. После того, как вы начнете сердечно относиться к самому себе, примете с любовью ваше тело и существо, лишь после этого вы в состоянии сердечно относиться ко всем живым существам.

Все ваше существо начинает излучать сердечность, открытость и принятие других, и, как следствие, ваше окружение ответит признательностью и Любовью. Если вы все живое любите, таким образом вы любите себя и Мать Землю.

Четвертое жизненное правило: "Я честно зарабатываю себе на жизнь"

Это всегда наше Эго, которое считает возможным, что с помощью нечестности вы можете приобрести преимущество. Данные Эго-игры приводят к изоляции и мешают вашему духовному росту и осознанию.

Вы должны быть честны перед собой, если хотите остаться в естественном потоке жизни. Такая честность означает, что при любых обстоятельствах вы всегда должны смотреть правде в глаза. Будучи сами честными, вы вызываете это чувство в других. Кто добросовестно и честно работает, тот открыто встречается со своим "высшим Я".

Пятое жизненное правило: "Я благодарен за полученную благодать"

Благодарность дарит вашей жизни изобилие. Она включает не только то, что вам уже дано, но и уверенность и твердое убеждение в том, что вы всегда получите все, в чем нуждаетесь. Когда вы живете в состоянии благодарности, вы начинаете магически притягивать изобилие.

В космосе достаточно всего для всех, только страх перед нуждой отрезает вас от потока изобилия. Если вы в состоянии преобразовать страх в любовь, незнание в мудрость, тогда вы будете жить в безграничном изобилии. Сила ваших благодарственных слов или мыслей создает энергию. На вашу благодарность космос отвечает все большим изобилием. К вам приходит успех и благосостояние.

Практиковать Этику Рэйки необходимо ежедневно.

Каждое утро, перед тем как открыть глаза, когда вы еще находитесь между сном и бодрствованием, повторяйте мысленно пять жизненных правил доктора Усуи. После этого вы входите в новый день в определенном эмоциональном и душевном состоянии: в состоянии радостного ожидания самого лучшего, в состоянии безграничной благодарности Существованию и в состоянии любви ко всем и вся.

Медитация на тему: "Пять жизненных правил Рэйки"

Ты лежишь в постели еще с закрытыми глазами, кладешь руки на какую-нибудь позицию, например на живот.

Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки, в соответствии со своей ступенью.

Ты повторяешь вслух или про себя три раза каждое из пяти жизненных правил Рэйки. При этом Ты вносишь в каждое правило эмоциональную окраску, соответствующую данному правилу.

Ты пребываешь какое-то время в своих ощущениях и после этого медленно открываешь глаза и начинаешь день.

Повышение чувства собственного достоинства

Повышение чувства собственного достоинства начинается с пробуждения любви к себе.

Пробуждение любви к себе

Многие из нас не в состоянии любить себя и принять себя такими, какие мы есть. Нелюбовь к себе связана со сложившимся представлением о себе. Наше негативное представление о себе есть сумма всех комплексов неполноценности, которые сложились в течение нашей жизни. Они начали формироваться уже в детстве.

С раннего детства мы слышали оценки, высказывания и критику в адрес нашего поведения и внешности. Сначала это были наши родители и родственники, затем наше окружение в школе, в нашей компании, на работе и т. д. Каждое неприятие извне откладывалось в нашем подсознании и добавляло свой штрих в общую картину представления о себе. Постепенно сформировалось убеждение, что мы недостаточно умны, недостаточно привлекательны и т. д. Основные убеждения можно сформулировать следующим образом: "Я плохой человек, не стоящий внимания и любви". Впоследствии, уже будучи взрослыми, мы продолжаем мыслить старыми стереотипами.

Нелюбовь к себе продиктована еще другим аспектом - ощущением оторванности от Источника, от единого Целого. Мы чувствуем себя одинокими и постоянно ищем вовне подтверждения и признания. Мы пытаемся наше ощущение неполноценности компенсировать через чью-то любовь.

С помощью Рэйки мы можем расстаться с нашими отрицательными представлениями о себе и с нашими ролями, которые мы постоянно играем в обществе.

Предлагаемые ниже медитации дают нам возможность открыть в себе способность любить. С помощью этого цикла медитаций мы раскручиваем свою 1000-летнюю программу, которая держала нас в плену ограничивающего сознания недостаточности. Сейчас нам предоставляется возможность переключить свое мировоззрение от головы к сердцу для того, чтобы открыть в себе постоянное присутствие Любви.

В первую очередь мы начинаем работать над пробуждением любви к себе. Мы не способны по-настоящему любить другого человека, если мы не открыли неисчерпаемый источник любви в себе и любовь к себе. Только через любовь к себе мы можем придти к любви к ближнему. Мы начинаем с медитации "Отпустить представления о себе", с ее помощью мы растворяем наше застывшее представление о себе. Мы как бы стираем все старое с исписанного листа и, таким образом, создаем возможность "записать" что-то новое.

После этого мы переходим к следующему этапу - это ряд медитаций, который открывает, пробуждает источник любви внутри нас. Мы продвигаемся шаг за шагом в этом направлении, мы учимся любить себя.

Мы работаем над каждым этапом так долго, пока не почувствуем изменение внутри и вокруг нас. Не торопитесь, не ставьте перед собой никаких сроков. Все должно развиваться естественно и постепенно, в потоке Рэйки.

В итоге мы откроем в себе неисчерпаемый, постоянно бьющий источник свежести, радости, Света и Любви. Мы поймем, что в нас достаточно силы, и чем больше любви мы излучаем, тем сильнее становимся мы.

Медитация "Отпустить представления о себе"

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу, и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию и рисуешь на себя 3-й символ. Затем визуализируешь в деталях свой образ, просишь Рэйки заполнить Твой образ светом.

Ты представляешь себе, как контуры Твоего образа размываются все больше и больше, до тех пор пока он не превратится в белое, сверкающее световое пятно.

Продолжай сеанс так долго, пока не почувствуешь, что энергия больше не течет. Теперь доверься Рэйки и в заключение снова поблагодари Рэйки.

Медитируй так часто, пока у Тебя не возникнет чувство, что Твое представление о себе растворилось.

Медитация "Ощутить себя признанным"

Ты принимаешь позу Рэйки-медитации, описанную выше. Ты закрываешь глаза и делаешь несколько глубоких вдохов и выдохов. Ты дышишь свободно, т. е. в своем естественном ритме дыхания, и продолжаешь наблюдать за ним. Ты не задерживаешь возникающие мысли, спокойно смотришь на них и отпускаешь. Твое дыхание начинает успокаиваться, Ты дышишь спокойно и равномерно. С каждым вдохом Твое тело и Твой разум все больше расслабляются. Теперь Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки, в соответствии с Твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю или 3-ю ступень Рэйки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рэйки и активизируешь его.

Ты визуализируешь знакомого Тебе человека, который в совершенно будничной ситуации смотрит на Тебя с любовью и восхищением и перечисляет все, что ему в Тебе нравится.

Представь себе далее, что еще несколько человек убеждены в том, что Ты действительно прекрасный человек. Их глаза, направленные на Тебя, излучают любовь и уважение. Допусти и прими эти признания любви, впитай их всем своим существом.

Далее Ты наблюдаешь, как все больше и больше людей присоединяется и любит Тебя. Все с уважением и внимательно слушают Тебя. Перед Твоим внутренним взором стоит целая толпа, выражающая свой восторг и признание. Волна любви окутывает Тебя.

В Тебе возникает ощущение быть любимым и достойным любви. Ты пребываешь в этом состоянии до тех пор, пока каждая клетка Твоего тела и каждая пора Твоей души не впитают это ощущение.

В заключение Ты медленно, медленно возвращаешься назад, открываешь глаза и благодаришь Рэйки.

Медитация "Ощутить себя любимым"

Ты принимаешь позу Рэйки-медитации. Ты закрываешь глаза и делаешь несколько глубоких вдохов и выдохов. Постепенно Ты возвращаешься к Твоему естественному ритму дыхания и продолжаешь наблюдать за ним. Ты не задерживаешь возникающие мысли, спокойно смотришь на них и отпускаешь. Твое дыхание начинает успокаиваться, Ты дышишь спокойно и равномерно. С каждым вдохом Твое тело и Твой разум все больше расслабляются. Теперь Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки, в соответствии с Твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю или 3-ю ступень Рэйки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рэйки и активизируешь его.

Ты вспоминаешь человека, который когда-то в Твоей жизни действительно Тебя любил и показал свою любовь. Через эту любовь Ты чувствовал себя любимым и достойным любви. Перед Тобой возникает образ этого человека. Ты вновь ощущаешь его любовь к себе. В Тебе вновь возникает ощущение быть любимым и достойным любви.

Ты пребываешь в этом состоянии до тех пор, пока каждая клетка Твоего тела и каждая частица Твоей души не впитают это ощущение.

В заключение Ты медленно, медленно возвращаешься назад, открываешь глаза и благодаришь Рэйки.

Для повышения эффективности работы над собой Ты можешь дополнить работу с Рэйки работой с аффирмациями. Ниже предлагаются возможные аффирмации для ежедневной работы.

Например, каждое утро Ты становишься перед зеркалом, смотришь на себя с любовью и говоришь с пафосом своему отражению:

"... (называешь себя по имени), Ты чудесен(а) и я люблю Тебя!"

"Я прекрасен(а) и заслуживаю любви!"

"Я приветлив(а) и полон(а) любви и могу много дать!"

"Я талантлив(а) и полон(а) творческих сил!"

"Я заслуживаю самого лучшего в жизни!"

"Я люблю весь мир и весь мир любит меня!"

Повторяй до тех пор, пока у Тебя не возникло чувство, что эта аффирмация отложилась в подсознании.

Медитация "Пробуждение способности любить"

Предлагаемая ниже медитация является продолжением медитации пробуждения любви к себе. В предыдущей медитации мы открыли, что мы достойны любви и нас любят. Осознание того, что мы любимы, дает нам возможность пробудить в себе способность любить других.

Ты принимаешь позу Рэйки-медитации. Ты закрываешь глаза и делаешь несколько глубоких вдохов и выдохов. Ты дышишь свободно, т. е. в своем естественном ритме дыхания, и продолжаешь наблюдать за ним. Ты не задерживаешь возникающие мысли, спокойно смотришь на них и отпускаешь. Твое дыхание начинает успокаиваться, Ты дышишь спокойно и равномерно. С каждым вдохом Твое тело и Твой разум все больше расслабляются.

Теперь Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки, в соответствии с Твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю или 3-ю ступень Рэйки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рэйки и активизируешь его.

Ты вспоминаешь человека, который когда-либо в Твоей жизни действительно Тебя любил и показал свою любовь. Через эту любовь Ты почувствовал себя любимым и достойным любви. Перед Тобой возникает образ этого человека. Ты вновь ощущаешь его любовь к Тебе, и Твое сердце переполняется глубокой благодарностью к нему за проявление любви.

Позволь своему сердцу как можно шире раскрыться и излучать поток любви. Направь поток своей любви к визуализированному образу обратно. Окружи этого человека своей любовью и благодарностью. Ты ощущаешь свое полностью раскрытое сердце и мощный поток энергии любви, исходящий из него. Ты пребываешь какое-то время в этом состоянии.

Теперь Ты постепенно расширяешь поток своей любви. Ты включаешь в него сначала своих близких, затем своих друзей, знакомых, соседей и, наконец, людей, которых Ты не принимаешь, и даже так называемых врагов. Позволь Твоей любви стать безграничной и заключить в нее всю Вселенную.

Ты пребываешь в этом состоянии до тех пор, пока каждая клетка Твоего тела и каждая пора Твоей души не впитает это ощущение. Ты запоминаешь это состояние открытости, ощущение потока любви, исходящего из нашего сердца. Ты осознаешь, что этот источник постоянно существует в Тебе и Ты всегда можешь черпать из него.

В этом состоянии раскрытого сердца Ты осторожно и медленно возвращаешься назад, открываешь глаза и благодаришь Рэйки.

Со временем Ты научишься с легкостью изливать свою любовь на всех и на всю Вселенную. Твой источник Любви будет бить постоянно! Это станет естественным состоянием для Тебя. Твоя способность любить поможет Тебе перед смертью забыть свои обиды и примириться со всеми людьми, которых Ты встретил на своем пути.

Внутренний Мастер

Осознание того, что мы являемся частью единого Начала, крайне важно для нас. Оно является проявлением Бытия в нас, Существования, Высшего разума. Единое божественное начало является источником безграничной любви, мудрости и жизненной энергии. Каждый из нас может сейчас и здесь открыть в себе этот источник. Внутри нас живет часть божественного начала, наше высшее "Я", наш внутренний Мастер. Он является нашей настоящей сущностью.

Каждый человек испытал однажды чувство соприкосновения со своей "искрой божьей". Когда мы чувствуем себя особенно хорошо, когда весь мир лежит у наших ног, когда мы в состоянии горы сдвинуть с места, а также в моменты влюбленности, рождения ребенка, соприкосновения с чем-то прекрасным - все это признаки того, что мы в контакте со своим внутренним Мастером. В эти редкие мгновенья возникает ощущение единства со всей вселенной.

Высшее "Я" является той самой инстанцией, которая знает о наших задачах, о нашем предназначении в этой жизни. Если мы начинаем прислушиваться к его внутреннему голосу, многие ситуации проясняются для нас. Мы понимаем, что все мнения, представления, планы нашего Эго являются иллюзиями, мешающими нашему духовному росту.

Вначале контакт с внутренним Мастером возникает спорадически. Моментами мы чувствуем себя сильными, полными творческих идей и через мгновение опять впадаем в состояние неуверенности и смятения. Это нормальное явление, которое при установлении постоянного контакта с нашим Высшим "Я" сменяется ощущением покоя и силы. Наш внутренний Мастер начинает нами руководить, и в нас растет уверенность, что высшие силы ведут нас по жизни. С момента открытия и стабилизации канала к нашему Высшему "Я" нами руководит наша высшая Мудрость, на этой основе мы принимаем решения и создаем свой новый мир, полный счастья, радости, света и любви.

В итоге мы приходим к открытию, что высшее "Я" - это мы. В нас появляется незыблемое доверие к существованию и к нашей интуиции. С ростом доверия наш канал все больше расширяется, и через нас течет все больше жизненной энергии, и мы начинаем излучать Свет. Совсем не просто научиться доверять своему высшему руководству и собственной интуиции. Большинство из нас уже с детства научилось не доверять своим чувствам. Каждый из нас прошел через определенный опыт, который показал нам, что мы лучше всего сосуществуем с нашим окружением, если наше поведение соответствует закостенелым общественным нормам. Постепенно мы начинаем подавлять в себе все спонтанные импульсы и функционировать так, как от нас этого ожидают. Крайне редко нас поощряют доверять себе, следовать своей интуиции и искренне и открыто самовыражаться.

Если мы постоянно подавляем в себе наши интуитивные знания, склоняемся перед авторитетом и зависим от признания и поощрения других, то мы теряем нашу жизненную силу. Это ведет к тому, что мы чувствуем себя опустошенными и бессильными, что порождает в нас агрессию и гнев. Мы или впадаем в депрессию, или пытаемся манипулировать другими людьми, или периодически выплескиваем наши подавленные энергии в виде неконтролируемых вспышек гнева. Любой из приведенных штампов поведения не приносит нам действительного облегчения надолго.

Единственным выходом является научиться заново доверять нашей внутренней истине, нашей интуиции. Следовать своему высшему руководству - это значит заново установить контакт с нашим внутренним Мастером, действовать, руководствуясь спонтанными, интуитивно принятыми решениями. Одним словом - жить в созвучии со вселенной. Наше окружение несомненно будет реагировать отрицательно на изменения стереотипа нашего поведения. Нам нужно набраться мужества, чтобы противостоять всем. Но наша награда - велика, мы заново приобретаем нашу целостность, внутреннюю силу, истинную свободу и творческий потенциал.

Это не значит, что мы совершенно отбрасываем наш интеллект и логику. Мы только стремимся соединить эти обе энергии.

С помощью Рэйки мы можем вступить в непосредственный контакт с нашим Высшим "Я".

Контакт со своим внутренним Мастером

Прими позу Рэйки-медитации.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки как описано выше, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активизируешь его. Просишь Рэйки помочь Тебе вступить в контакт с Твоим внутренним Мастером, полностью доверяешься силе Рэйки и пребываешь в состоянии бездействия.

Контакт с Твоим Высшим "Я" может проявиться в любой форме: в виде образа, геометрической фигуры, цвета, звука, мысли, чувства и т. п. Будь открытым и прими любую форму его манифестации! Важно в любой форме проявления ощущать его присутствие, его силу, мудрость и любовь. Прислушайся к тому, что Твой внутренний Мастер хочет Тебе сказать или посоветовать. Ты можешь задать ему вопрос на любую волнующую Тебя тему. Возможно, ты получишь ответ сразу, если нет, то не переживай, вероятнее всего, ответ придет позже другим способом. Коммуникация может сложиться не только словесно.

В конце встречи не забудь поблагодарить внутреннего Мастера за приход и попроси его о постоянном контакте с ним.

Запомни, Ты всегда можешь обратиться к Твоему внутреннему Мастеру.

Не отчаивайся, если у Тебя не сразу возникнет контакт, работай дальше!

В заключение не забудь поблагодарить Рэйки.

Работа с желаниями

Одна из наших задач в этой жизни - это научиться работать с энергиями.

Эффективное созидание нашей жизни возможно только в том случае, если мы находимся в потоке Жизни. Соединение с Рэйки и есть вхождение в этот поток. В этом состоянии мы можем стать активными творцами и претворить в жизнь все наши истинные желания и мечты и прожить их.

Ожидания и надежды связывают огромный энергетический потенциал, так как все внимание и энергия направлены на желаемую картину, на то, как должен выглядеть результат. Таким образом, желания создают на энергетическом уровне барьеры, которые могут препятствовать нашему духовному развитию.

Знакомы вам выражения:

"Если я выйду замуж (женюсь) за этого человека, то я стану счастливой!"

"Моя жизнь станет счастливой только с момента приобретения: дома, машины и т. д."

"Как только я выздоровлю, я начну жить!"

"Как только я получу повышение зарплаты (выиграю деньги в лотерее и т. д.), я смогу жить полноценной жизнью!"

Энергия не может свободно течь, т. к. она направлена на определенную цель в будущем и таким образом отрезана от настоящего, от здесь и сейчас. Даже полноценный опыт, который мы в данный момент проделываем, не воспринимается нами, так как мы заблокированы. Мы можем использовать огромную силу, которая заложена в наших желаниях, если концентрируемся на самой энергии, а не на объектах желания.

Что кроется в действительности за нашими желаниями? За этим, как правило, стоят основные потребности, связанные с ранним детством: тепло, защита, пища и безопасность.

Желания - это компенсаторы. Они показывают нам, что мы в какие-то определенные периоды нашей жизни что-то недополучили, и это недополученное откладывается в нашем подсознании в виде желаний. Очень важно для нас признать наши желания и не стесняться того, что они недостаточно духовны.

Желания и ожидания хороши тем, что через них можно очень много о себе и взаимосвязях узнать. Если мы действительно признаем наши желания, то можем познать, что за ними кроется. Таким образом, мы высвобождаем связанную энергию и можем ее творчески использовать.

С помощью Рэйки работа с желаниями доставляет удовольствие, мы легко и просто знакомимся с нашими желаниями, познаем их природу и работаем с ними.

Долгое время я, так же как и многие другие, пыталась с помощью Рэйки манипулировать событиями в надежде, что мои желания исполнятся. Иногда желания исполнялись и я с удивлением обнаруживала, что мне вовсе это и не нужно. С течением времени я естественно пришла к тому, что доверила все Рэйки, высшему разуму. Он ведет меня и помогает приобретать нужный мне опыт с наименьшими издержками. Во мне выросло состояние доверия и уверенности, что ко мне приходит все, что мне необходимо, и что я нахожусь под защитой.

Рекомендую начать давать Рэйки на желания, стоящие на первом плане. Например: благополучие, лучшее рабочее место или идеальный партнер. Вы будете поражены тем, что за этим кроется, и начнете хорошо понимать себя.

Техника работы с желаниями

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию и рисуешь на себя 3-й символ. Затем визуализируешь в деталях свое желание, чем больше подробностей, тем лучше, при этом представляешь его свершившимся уже в настоящем. Окружаешь все белым сверкающим светом. На представленное

Тобой желание даешь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рэйки влить Свет и энергию в Твое желание и просишь помочь Тебе. Давай Рэйки на желание, пока не почувствуешь, что энергия больше не течет. Теперь доверься Рэйки и в заключение снова поблагодари Рэйки.

Как я уже выше отметила, результат может быть не таким, каким Ты себе его представил. Это значит, что Тебе необходимо проделать другой опыт, Высший Разум знает лучше, что для Тебя важно. Прими данный опыт с радостью и любовью, таким образом Ты сделаешь лучшее из данной ситуации.

Работа с эмоциями

Как уже известно, мы обладаем эмоциональным телом, в котором зарождаются наши эмоции. Мы - эмоциональные существа и в течение жизни проживаем разнообразный спектр чувств от высочайшего чувства любви до разрушительного чувства ненависти. Эмоции сопровождают нас постоянно, через них мы познаем окружающий мир и себя. В них заложен огромный энергетический потенциал.

Мы можем научиться управлять своими эмоциями, трансформировать их и интегрировать огромный энергетический заряд, который эмоции несут в себе.

Давайте рассмотрим, как работает энергия эмоций, на примере очень сильных эмоциональных чувств - ненависти, обиды, зависти, гнева и агрессии, несущих в себе разрушительный аспект.

Как правило, мы впадаем в сильные негативные эмоциональные состояния, если происходящее не совпадает с нашими представлениями. И мы пытаемся через шквал наших эмоций, которые спонтанно и бездумно обрушиваем на других, манипулировать другими людьми и контролировать их. Кроме того, если мы выпускаем эти чувства на другого человека - то тем самым мы разрушаем его.

Если же мы подавляем гнев или агрессию, т. е. буквально заталкиваем их в себя, то они разрушают нас изнутри. В обоих случаях мы ведем себя деструктивно, разрушая или себя или окружающих.

Эмоции несут в себе тот полюс (положительный или отрицательный), который мы в них закладываем. Если научиться переполюсовывать свои эмоции, т. е. менять заряд с минуса на плюс, то можно овладеть искусством управления эмоциями. С помощью Рэйки мы можем легко научиться трансформировать свои эмоции, освобождаясь, таким образом, от неплодотворной эмоциональности.

Самый действенный и эффективный метод: при малейших признаках возникновения "негативных" эмоций немедленно класть руки на живот или на солнечное сплетение и вступить в контакт с Рэйки.

Первый шаг на пути овладения трансформацией эмоций - это не отождествляться со своими эмоциями, т. е. научиться смотреть и наблюдать за ними как бы со стороны. Таким образом, мы уже лишаем их власти над нами.

Лучше всего это достигается с помощью следующего: не подавлять эмоции и не проживать их. При контроле или подавлении своих эмоций мы застываем и становимся пассивно-агрессивными, в итоге можем психически заболеть. Подсознательное переживание эмоций лишь подливает масло в огонь эмоциональности и ограничивает нас.

Вместо этого мы можем осознанно познать все свои эмоции, полностью ощутить их, пройти через них. Благодаря тому, что мы полностью и свободно ощущаем наши эмоции, мы принимаем их и, таким образом, нейтрализуем пути, которыми они связывают наше сознание. Мы начинаем осознавать опасность, лежащую в основе этих эмоций. Мы понимаем, что как только мы отождествляемся с ними - они тут же вовлекают нас в непрерывный круг страдания. Как следствие процесса осознания наших эмоций мы перестаем отождествляться со своими эмоциями.

Мы начинаем понимать, что другие не являются действительной причиной нашей агрессии и гнева. Причина лежит только в нас, в несоответствии наших представлений с действительностью. Благодаря нашей готовности прочувствовать свои эмоции постепенно исчезает стремление выливать их на других.

Кстати, как только мы прекратим проектировать нашу агрессию на других, мы тут же перестанем притягивать людей, выпускающих свою агрессию на нас.

Второй шаг - это растворение эмоций в энергии и Свете Рэйки, что переполусовывает их и высвобождает энергию, связанную эмоциями.

И третий, крайне важный, шаг - это интеграция этого высвободившегося огромного заряда энергии в нашу систему. В результате мы трансформируем разрушительную энергию гнева или агрессии в конструктивную энергию духовного роста.

Если мы постоянно будем практиковать технику трансформации энергии наших эмоций, то через какое-то время достаточно будет просто положить руки на живот, и энергия тут же начнет автоматически переполусовываться.

Нижепредложенная медитация сначала дает нам возможность ощутить на себе разрушительную энергию гнева, а затем придти к растворению энергии гнева через доброту и терпение. Практикуя данную медитацию, мы становимся добрее и терпеливее.

Техника трансформации эмоциональной энергии

С помощью данной техники Ты можешь трансформировать "негативные" эмоции, возникшие как в настоящем времени, так и в прошлом. Если Ты хочешь трансформировать прошлые эмоции, то Ты вызываешь в памяти ситуацию, вызвавшую всплеск Твоих эмоций, и переживаешь ее вновь.

Ты центрируешься в сердце, произносишь слова благодарения и вступаешь в контакт с Рэйки. Если Ты имеешь 2-ю ступень, то Ты рисуешь на себя все три символа (3-й, 2-й, 1-й).

Ты визуализируешь самого себя, представляешь себе, как сияющий, яркий Свет входит через макушечную чакру в твое визуализированное тело. Ты видишь себя, полностью наполненным Светом Рэйки.

Ты начинаешь наблюдать за своими эмоциями как бы со стороны. Ты не подавляешь свои эмоции, а также не проживаешь их, Ты только наблюдаешь за ними. Ты осознанно познаешь все свои эмоции, полностью ощущаешь их и проходишь через них.

Затем Ты представляешь перед собой свои "темные" эмоции и направляешь поток Рэйки в свои эмоции. Ты видишь, как они растворяются в сияющем свете Рэйки. Постепенно Твои эмоции становятся светлее, и наконец они полностью очищаются светом Рэйки и трансформируются в нем.

Теперь Ты визуализируешь, как сияющая энергия Твоих очищенных эмоций соединяется с Тобой. Ты находишься в состоянии гармонии, равновесия и ощущаешь рост Твоей силы, Твоего энергетического потенциала.

Отпусти все и осознанно доверься силе Рэйки. Ты заканчиваешь сеанс как обычно, когда почувствуешь, что поток энергии Рэйки прекратился. В заключение не забудь поблагодарить Рэйки.

Внутренние аспекты нашей личности

Посвящение соединяет нас с Источником и настраивает нас на вибрации Любви, для ускорения нашего внутреннего роста. С помощью Рэйки мы приобрели возможность не только нашего телесного исцеления, но активно и осознанно соприкоснуться с частями нашей личности, к которым мы, как правило, не имеем доступа.

Становление на духовный путь неизбежно приводит нас к конфронтации с самим собой. Рэйки приводит нас непосредственно к нашим чувствительным точкам. Рэйки ставит нас перед всевозможными проблемами, и мы не в состоянии больше отворачиваться и делать вид, что мы этого не замечаем.

Мы должны осознанно признать нашу Тень (не принятые нами черты характера, мысли, эмоции и т. п.) и в доверии к Рэйки войти в нее. Универсальная энергия вынесет на поверхность далеко запрятанные в нас чувства страха, гнева и давно забытые душевные переживания. Чем скорее мы примем эти подавленные части нашего существа без осуждения и оценки, тем быстрее мы сможем нашу Тень интегрировать и продвинуться вперед в сторону приобретения целостности.

Внутренний ребенок, внутренняя женщина, внутренний мужчина и наши внутренние родители являются частями нашей личности. Все наши части одинаково важны и хотят быть принятыми. Предпосылкой достижения целостности является исцеление всех аспектов нашей личности и принятие их. Знакомство с нашими внутренними аспектами дает нам возможность осознать многогранность нашей личности. Мы не можем исцелиться, не исцелив нашего внутреннего ребенка, не заключив мира с нашими внутренними родителями, не создав гармонии, равновесия между женским и мужским началом в нас.

Рекомендую начать с внутреннего ребенка, с его исцеления и лишь затем перейти к другим аспектам личности: к внутренней женщине, к внутреннему мужчине и к внутренним родителям.

Мы не можем достичь целостности, не исцелив и не приняв все части нашей личности.

Внутренний ребенок

Мод Норвальд Поллок в своей книге "От сердца через руки" описывает внутреннего ребенка следующим образом:

"Внутренний ребенок - это символ личного Эго, если эта часть не интегрирована у нас, это создает хаос в способности к здравому мышлению, будет проецировать свою незащищенность на других и весь мир, создавая проблемы в том, что далеко от действительности. Работа над принятием и интеграцией всех аспектов внутреннего дитя - это важный шаг к свободе от зависимости чувств, к ментальному и духовному росту".

Мы вошли в материальный мир младенцем. Это первый и один из важнейших аспектов нашей личности. Ребенок, приблизительно до шести лет, находится в тесном контакте с тонкими уровнями и в первую очередь со своим "высшим Я". Он очень сенситивен и обладает полным осознанием на высшем уровне. Энергия ребенка неисчерпаема. Мы все прекрасно знаем, что один ребенок способен привести в состояние протрации многих взрослых одновременно. Ребенком мы были подключены к божественному источнику, к универсальной жизненной энергии и постоянно черпали из него. Мы обладали безграничным творческим потенциалом. Наша любознательность тоже не имела границ.

На физическом уровне, особенно первые годы, ребенок беспомощен, легкораним и зависим. Он полностью зависим от окружающих его людей, особенно от родителей. Младенец очень быстро осознает, каким образом он может достичь лучших результатов. Он гукает и улыбается для получения

любви и нежности. Если ему недостаточно уделяют внимания, то начинает настойчиво плакать, пока не добьется желаемого результата.

По мере роста ребенок начинает экспериментировать с другими формами самовыражения. Он постоянно пробует, какое поведение наилучшим образом приводит к желаемому результату. Кроме того ребенок наблюдает за своими родителями и перенимает их модели поведения. Он перенимает те модели поведения, которые позволяют ему избежать наказания и приносят ему признание окружающей среды, от которой он все еще полностью зависит. Все непризнанные черты характера и модели поведения подавляются и, таким образом, становятся нашей тенью и блоком. "Тени" или теневые части нашей личности состоят из того, что мы не осознаем или не принимаем. Именно "тени" с течением времени превращаются в блоки в нашей энергетической системе. Процесс развития определенных частей нашей психики и подавление других продолжается до взросления. Энергии, т. е. модели поведения, приносящие нам успех, становятся доминирующими частями нашей личности. Мы отождествляемся с ними до тех пор, пока мы не приходим осознанно к работе с нашей личностью. Если мы сами характеризуем себя или кто-либо другой, хорошо знающий нас, то это, как правило, является описанием нашей доминантной структуры. Это реальные, сильные энергии, ведущие нас по жизни. Основная их задача - охранять маленького беззащитного ребенка внутри нас. Обычно мы даже не подозреваем о присутствии внутреннего ребенка в нас, и большей частью наше поведение обусловлено желанием удовлетворить потребности этого ребенка и защитить его. Подавленные энергии, которые нас в детстве привели к неприятным переживаниям, осели в виде блоков. Непризнанные энергии важны для нас так же, как и доминантные, я бы сказала, что они еще важнее. Именно подавленные энергии являются потенциалом нашего дальнейшего роста. Через растворение блоков высвобождается огромный поток энергии, дающий нам возможность дальше развиваться. Исцеление наших отношений с внутренним ребенком является важнейшим шагом нашего путешествия к осознанию.

В процессе взросления мы утратили контакт с космосом, потеряли нашу естественность, спонтанность, игривость и наши безграничные творческие возможности. Нам пора вернуть все, чем мы были одарены при рождении. Нам пора вернуть дары, положенные нам в колыбель. Кратчайший путь к этому - в работу с внутренним ребенком подключить силу Рэйки.

Как только мы откроем нашего внутреннего ребенка и заключим его в объятия, мы откроем дверь к нашей душе. Таким образом наша связь с внутренним ребенком является источником нашего вдохновения и душевного здоровья.

С помощью Рэйки мы можем вступить в непосредственный контакт с нашим внутренним ребенком. Таким образом нам предоставляется отличная возможность вернуться к нашим детским переживаниям, прочувствовать определенные ситуации, беседовать с нашим ребенком и, таким образом, разрешить наши детские конфликты и травмы.

Как правило, многие люди при первой встрече с внутренним ребенком ощущают глубокую печаль. Моя первая встреча с моим внутренним ребенком состоялась во время групповой медитации. Перед нами была поставлена задача вступить в контакт с нашим внутренним ребенком, прочувствовать его состояние, побеседовать с ним, выяснить его потребности, его желания и постараться их удовлетворить. С помощью определенной техники мы все ушли в себя и отправились на поиски нашего внутреннего ребенка. Как велико было мое потрясение, когда я впервые увидела мое внутреннее Дитя. Оно сидело на скамеечке на лесной поляне и было печальным, выглядело заброшенным и одиноким. У меня полились слезы, мне захотелось взять его на руки, обнять, приласкать, сказать ему, что я его люблю и что он не одинок. Я последовала моему внутреннему импульсу. Я начала беседовать с этой маленькой девочкой 4-летнего возраста, заверила ее, что с этого момента я буду регулярно ее навещать, попросила ее рассказать мне о своих желаниях, обещала ей по мере возможности исполнить их. Оказалось, что мой внутренний ребенок желал только тепла, любви и хотел со мной играть. Мы поиграли, затем я рассказала ему смешную историю, желая этим развеселить его. Но мой ребенок остался печальным и только сильнее прижался ко мне и обнял меня за шею. Мы посидели так какое-то время, затем я сказала

ему, что мне пора уходить и я беру его с собой, т. е. вношу его в мою сердечную чакру, и что с этих пор он всегда будет со мной, окруженный теплом, светом и любовью. В заключение я представила моего внутреннего ребенка совсем маленьким, поместила его в мои ладони и приложила их к моей сердечной чакре и при этом представила себе его в моей чакре, еще раз попрощалась с ним и заверила его, что мы вскоре встретимся.

Должна заметить, что почти все люди вокруг меня плакали, внутренний ребенок у всех был печальным.

Мне потребовалось затратить много времени, пока мой внутренний ребенок превратился в веселое, радостное, игривое и счастливое существо. По мере изменения состояния моего внутреннего ребенка изменялось и мое внутреннее состояние, оно тоже становилось счастливее и радостнее, я стала свободнее и мой творческий потенциал возрос.

Исцеление наших детских травм в корне меняет нашу жизнь. Это не теоретическое утверждение. Я лично испытала это не раз на практике.

Однажды, на одном из семинаров, мы получили задание увидеть ситуацию в детстве, которая мешает нашему развитию в настоящий момент. С помощью Рэйки-медитации мы углубились в себя. Я действительно увидела и вошла в травматическую ситуацию из моего детства, мне было тогда 5 лет. Меня настолько потрясло состояние этого ребенка перед моим внутренним глазом, что я начала горько плакать. Я вновь явственно пережила страх, одиночество и боль этой маленькой девочки с комком в горле. Я прочувствовала ее физическое и психическое состояние. Через слезы постепенно приходило освобождение. Я продолжала плакать до тех пор, пока травматическое состояние ребенка не ушло. В этот момент я почувствовала, как в моем горле что-то щелкнуло (я даже услышала это) и ко мне пришло чувство освобождения. С этого дня исчезла спазма в моем горле, и я смогла свободно петь.

Я должна отметить, что работать с внутренним ребенком необходимо постоянно. Я поняла это после того, как я через несколько месяцев снова вернулась к нему. Мой внутренний ребенок был опять грустным, по-видимому он опять нуждался во внимании и в моей любви. После этого открытия я включила встречу с моим внутренним ребенком в мою ежедневную медитацию. С этого момента я постоянно нахожусь в контакте с ним и получаю массу удовольствия.

Знакомство со своим внутренним ребенком

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу. Ты закрываешь глаза и полностью расслабляешься.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активизируешь его. Просишь Рэйки помочь Тебе вступить в контакт с Твоим внутренним ребенком, затем рисуешь на себя 2-й символ, активизируешь его и фиксируешь 1-м символом и также активизируешь этот символ. Теперь доверься Рэйки и спокойно ожидай установления контакта.

Возможно, к Тебе придет изображение маленькой девочки или маленького мальчика, которым Ты был в детстве, или что-то абстрактное. Прими открыто любое спонтанное проявление Твоего внутреннего ребенка. Это маленькое существо является частью Тебя и часто чувствует себя одиноким и заброшенным. Присмотришься к этому образу и прочувствуй его значение для Тебя. Если внутренний ребенок манифестировался в человеческом образе, посмотри, сколько ему лет, как он одет и что он в данный момент делает. Рассмотрите внимательно все детали, проследи, какие эмоции возникают в Тебе. Подойди поближе к внутреннему ребенку, загляни глубоко ему в глаза. Прочувствуй, что он ощущает: возможно, печаль, гнев, любопытство, страх, испуг или радость. Подойди еще ближе к внутреннему ребенку, постарайся не испугать его и вступи с ним в контакт. Будь чутким, руководствуйся

настроением ребенка, его поведением. Ты можешь встать или сесть рядом с ним; взять его за руку или на руки; обнять его, прижать к себе и поцеловать; поиграть с ним. Доверься своей интуиции. Крайне важно уже при первом соприкосновении **сказать и показать внутреннему ребенку, что Ты его любишь!** Подари ему всю Твою Любовь. Скажи ему, что Ты восхищаешься им. Скажи ему, что отныне Ты всегда будешь с ним. Возможно, что некоторое время погодя Твой внутренний ребенок скажет Тебе или попросит у Тебя что-то, а возможно подарит Тебе что-либо. В любом случае это будет важное для Тебя послание, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Прислушайся к тому, что Твой внутренний ребенок хочет Тебе сказать, дай ему высказаться. Прими его послание. Ты полностью свободен на ментальном и визуальном уровне. Например, Ты можешь пойти с внутренним ребенком в магазин, где он сам выберет себе игрушку, или Ты можешь пойти с ним в луна-парк и покататься с ним на карусели. Выполни любые его желания!

Окружи этот образ энергией Рэйки. Посылая ему Любовь и Свет (т. е. Рэйки), Ты исцеляешь его, и постепенно он становится сильным, творческим, спонтанным, игривым, любвеобильным и готовым Тебе помочь. Таким путем Ты сам в состоянии трансформировать все то, что Тебе (взрослому человеку) мешает быть сильным, творческим, спонтанным, игривым, любвеобильным и готовым помочь другим. Постепенно Ты начинаешь все больше и больше себя принимать таким, какой Ты в действительности есть, и начинаешь себя любить.

Оставайся в контакте со своим внутренним ребенком до тех пор, пока он не даст Тебе понять, что ему пора уходить. При расставании возьми визуально его в свои ладони, заключи в свою сердечную чакру (чакру Любви) и скажи ему, что отныне он всегда с Тобой, окруженный светом, любовью и энергией. Закончи сеанс благодарением Рэйки.

Возможно, внутренний ребенок не сразу придет к Тебе, неважно, продолжай регулярно работать, и он непременно покажется Тебе.

Не ограничивай работу с внутренним ребенком только на время Рэйки-сеансов, интегрируй ее в повседневность. Внеси в Твой распорядок дня вид деятельности, который доставляет удовольствие Твоему внутреннему ребенку. Например, качаться на качелях, кататься на велосипеде, играть с игрушками, играть у воды, ходить в цирк, смотреть детские фильмы и т. п. Таким образом, мы непрерывно поддерживаем контакт с нашим внутренним ребенком. Кроме того, подключая физический уровень в процесс исцеления внутреннего ребенка, мы работаем на всех четырех уровнях и, таким образом, ускоряем процесс его выздоровления.

Внутренняя женщина и внутренний мужчина

Каждый человек несет в себе женскую и мужскую энергию. С давних времен на Востоке известна сущность этих двух видов энергий.

В восточных философиях издавна известно о существовании обеих энергий. Более того, на Востоке исходят из того, что вся вселенная принципиально состоит из двух сил: женской пассивной энергии - Инь и мужской активной энергии - Янь.

На Западе К.Г. Юнг внес важный вклад в изучение женского и мужского начала в человеке. Его теория "Анимус-Анима", рассматривающая взаимодействие женской и мужской энергий, приобрела широкую известность.

Наша задача сегодня, в век Водолея, полностью раскрыть и развить в себе женскую и мужскую энергии и соединить их гармонично в согласованности.

Как правило, люди подавляют в себе энергию противоположного пола, мало того, многие из нас не могут принять даже слова "женское" и "мужское". Давайте рассмотрим, что стоит за этими определениями.

Женская энергия - это жизненное начало, приятие, интуиция, творческий аспект, одним словом, наше "интуитивное Я". Женская энергия - это глубинная и мудрая часть нашего "высшего Я", как в мужчине, так и в женщине. Благодаря женской энергии мы находимся в контакте с источником высшей Мудрости в нас.

Мужская энергия несет в себе действие, воплощение идей и желаний (т. е. женской энергии) в материальную форму. Мужская энергия - это интеллект, мышление, речь. Она дает нам возможность действовать в физическом мире.

Женское начало принимает космическую энергию, а мужское начало в нас воплощает ее через действие в нашем мире. Таким образом, осуществляется творческий процесс. Нам всем хорошо известны принципы взаимодействия женской и мужской частей в нас. Сначала возникает творческий импульс, интуитивное ощущение, например, нам приходит идея решения какой-то задачи или видение какой-то картины, здесь срабатывает наше женское начало. Затем мы реагируем на полученную информацию, затем решаем данную задачу или переносим наше видение на холст, т. е. вступает в действие мужское начало.

Подавление или неиспользование одного из видов энергии в нас ведет к однобокому развитию. Любая идея (т. е. женская энергия) останется только идеей и не принесет плодов, если в нее не внести динамику воплощения (т. е. мужскую энергию). Аналогично - любое действие (т. е. мужская энергия) обречено в итоге на провал, если оно не базируется на творческом фундаменте (т. е. женской энергии).

Естественная, изначальная роль внутренней женщины в нас - высшее руководство, роль внутреннего мужчины - действовать в соответствии с ее интуицией и чувствами.

Как только мы вступаем в контакт с женщиной и мужчиной внутри нас, мы ощущаем, как мощная изначальная энергия, смывающая все препятствия и страхи, начинает протекать через нас. Путь к внутренней свободе идет через растущую любовь к себе и принятие своего женского и мужского начала.

Кроме вышеизложенных аспектов женского и мужского начала в нас несут в себе крайне важные аспекты пола. Они играют огромную роль в создании наших партнерских взаимоотношений в частности и между людьми вообще.

Каждый из нас в процессе взросления вырастает из ребенка в женское или мужское существо. К сожалению, только немногие из нас действительно перенимают полностью ответственность и задачи, которые данная роль в себе несет. Мы слишком вжились в традиционные роли мужчины и женщины, которые типичны для нашего общества. Стереотипные женские и мужские роли мешают нам полностью развиться и прожить весь потенциал нашего существа. В течение нашей жизни мы должны стать мужчиной или женщиной, в зависимости от нашего физического пола, и интегрировать вторую половину, живущую внутри нас.

Мы притягиваем, как правило, людей (и в частности партнера), которые несут в себе подавленные в нас женские или мужские аспекты. До тех пор, пока мы не рассмотрим открыто наши подавленные энергии и интегрируем их, мы будем постоянно притягивать один и тот же тип людей. Посмотрите внимательно на вашего партнера, и вам станет ясно, что вам необходимо еще отработать и принять в себе.

Если женщина нашла в себе свою Женщину, то к ней приходит знание, что уступить не означает поражение, как и сопротивление не приносит победу. Она понимает, что в самоотдаче лежит настоящая сила женственности и ее неисчерпаемый источник энергии.

Если мужчина нашел в себе своего Мужчину, то он понимает, что насилие, подавление и контроль не есть сила. Он понимает, что в нежности, открытом выражении своих чувств лежит настоящая сила мужественности и его неисчерпаемый источник энергии.

Признание нашего женского или мужского начала приводит нас к осознанию того, что в мужчине живет внутренняя Женщина, а в женщине - внутренний Мужчина. Мы понимаем, что обе энергии равноценны и в равной степени нужны нам для нашего становления.

Пробуждение мужского начала в женщине и женского начала в мужчине создает предпосылки для ласковых и нежных, полных Любви взаимоотношений. Мы начинаем лучше понимать противоположный пол. Мы лучше видим, что стоит за определенными стереотипами "мужского" или "женского" поведения, и можем легко и с любовью принять нашего партнера. Принятие аспекта противоположного пола в нас является шагом вперед на пути к нашей целостности и дарит нам свободу, сознание и способность любить.

Знакомство и работа с обеими энергиями, мужской и женской, приводит нас в итоге к мощным внутренним архетипам: к "дикой женщине" и к "дикому мужчине". Женщина находит в себе "дикую женщину", а мужчина - "дикого мужчину".

Женский архетип - "дикая женщина" живет и действует от истинного, целостного ядра. Дикая женщина свободна от подчинения и покорности. Она - женщина действия, которая пришла к самопознанию и самореализации. Дикую женщину характеризует глубокая мудрость, истинное знание и мощь и сила.

Мужской архетип - "дикий мужчина" также живет и действует от истинного, целостного ядра. Дикий мужчина освободился от подавления своей Души, Земли и стремления к власти над всем и вся.

Он - мужчина действия, который пришел к самопознанию и самореализации. Дикого мужчину можно сопоставить с Шаманом или Священником, несущим человечеству живущую в нем глубинную мудрость.

Связь с нашими архетипами освобождает нас от страха и комплексов. Они награждают нас своей безграничной мудростью и силой. Мы ощущаем свои безграничные возможности, живущие в нас, что окрыляет и несет нас вперед.

При работе с моей внутренней женщиной мне довольно долго приходили всевозможные прекрасные, милые и приятные образы. От общения с ними я получала радость, и я с удовольствием продолжала с ними встречаться. Пока вдруг, однажды, совершенно неожиданно для меня перед моим внутренним взором снизу, буквально из моего нутра, выросла до небес огромная женская фигура с развевающейся копной волос и огромными черными глазами, мечущими громы и молнии. Она была похожа на меня, даже платье на ней было мое любимое. Эта женщина излучала огромную мощь, силу и мудрость. Я от неожиданности перепугалась. Придя в себя, я поблагодарила мою дикую женщину за приход. Я спонтанно подарила ей амулет на кожаной цепочке, затем спросила, чего она желает. Ответа я не получила, но почему-то непроизвольно начала ей давать Рэйки. У меня на глазах стало меняться ее выражение лица. Глаза дикой женщины стали излучать нежность и любовь, черты лица стали мягче, хотя образ по-прежнему оставался огромным и мощным. Какое-то время я пребывала в контакте с ней, пока я не почувствовала, что пришла пора расстаться. Я еще раз поблагодарила дикую женщину за приход и попросила ее оставаться со мной в контакте. В заключение я включила этот образ в мою сердечную чакру и окружила его Светом и Любовью.

После встречи с моей самобытной, дикой женщиной я почувствовала свою силу. Я поняла, что источник силы и мудрости живет во мне и что отныне я могу непрерывно черпать из него. Моя сила и мудрость неисчерпаемы.

Моя дикая женщина поддержала меня активно в очень трудный для меня период жизни: в момент, когда я поняла, что всю свою жизнь я играла роль жертвы, чтобы заслужить любовь своих близких. Своим решением играть эту роль я сама лишила себя источника любви во мне, что вызвало нескончаемую цепь страданий, травм и болезней. В основе моего поведения лежала одна из главных и известных причин: желание любить и быть любимой. Но незнание или нежелание видеть, что источник безусловной любви лежит внутри нас, а не вовне, привело к роли, которую я играла десятилетиями. Когда я наконец увидела причину моего поведения, меня пронзила острая боль. Вдруг появилась моя дикая женщина, взяла меня на руки, приласкала меня, поцеловала. Меня охватила волна бесконечной нежности и любви. Я начала навзрыд плакать, вместе со слезами пришло облегчение и осознание того, что источник любви находится внутри меня, что я не завишу от того, кто и сколько любви мне дает и даст. С этого момента начался процесс исцеления. Я бесконечно благодарна моей дикой женщине!

Встреча с внутренней женщиной и с внутренним мужчиной

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу, и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активизируешь его. Просишь Рэйки помочь Тебе вступить в контакт с Твоей внутренней женщиной, затем рисуешь на себя 2-й символ, активизируешь его и фиксируешь 1-м символом и тоже активизируешь этот символ. Теперь доверься Рэйки и спокойно ожидай установления контакта.

Перед Твоим внутренним взором может появиться образ женщины или животного или что-то абстрактное. Прими открыто любое спонтанное проявление Твоей внутренней женщины. Присмотрись к этому образу и прочувствуй его значение для Тебя. Рассмотрите внимательно все детали, проследи, какие эмоции возникают в Тебе. Прислушайся к тому, что Твоя внутренняя женщина Тебе хочет сказать. Прими ее послание, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Кроме того Ты можешь задать ей любой вопрос или просто побеседовать с ней. Постарайся выполнить любые пожелания Твоей внутренней женщины. Оставайся в контакте со своей внутренней женщиной так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа с ней исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рэйки, поблагодари свою внутреннюю женщину и расстанься с ней.

Теперь обрати Твой внутренний взор на Твоего внутреннего мужчину. Прими открыто любое его спонтанное проявление. Возможно, Ты увидишь образ существующего человека или что-то абстрактное. Исследуй этот образ детально. Проследи, какие чувства в Тебе он вызывает. Прими послание Твоего внутреннего мужчины, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Кроме того Ты можешь задать любой вопрос ему или просто побеседовать с ним. Если Тебе не понятен смысл послания, то можешь быть уверен, что понимание придет к Тебе позже. Постарайся выполнить любые пожелания Твоего внутреннего мужчины. Оставайся в контакте со своим внутренним мужчиной так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа с ним исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рэйки, поблагодари своего внутреннего мужчину и расстанься с ним.

Через некоторое время, после того как Ты достаточно познакомился со своими внутренними образами, Ты можешь перейти к рассмотрению отношений между Твоей внутренней женщиной и Твоим внутренним мужчиной.

Попроси Рэйки показать Тебе их образы (Твою внутреннюю женщину и Твоего внутреннего мужчину) одновременно. Обрати внимание на их отношения, связаны они друг с другом или нет? Если между ними существует связь, то какого рода? Спроси у них, желают ли они побеседовать друг с другом или они хотят передать Тебе послание? Прими общее послание Твоей внутренней женщины и Твоего внутреннего мужчины, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Теперь Ты можешь задать обоим вопросы. Если Тебе не понятен смысл послания или ответов, то понимание придет к Тебе позже. Постарайся выполнить любые пожелания Твоей внутренней женщины и Твоего внутреннего мужчины.

В заключение окружи эти образы энергией Рэйки, поблагодари их и расстанься с ними. И не забудь поблагодарить Рэйки!

Мне хотелось бы здесь напомнить, что продолжение работы с нашими женским и мужским аспектами на физическом уровне приводит нас быстрее к цели.

Внутренние родители

На каком-то этапе нашей жизни к нам приходит желание иметь ребенка. Мы полны решимости дать новому существу семейный очаг, полный любви, тепла, гармонии, одним словом, дать нашему желанному ребенку все то, что нам недодали в детстве. Мы полны оптимизма и радостного ожидания. Наконец приходит знаменательный день и рождается маленькое беззащитное существо, полностью зависящее от нас во всех отношениях. Мы стали родителями. И это событие нам приносит огромную ответственность и массу обязанностей. Действительность оказывается сложнее, чем мы предполагали, и мы, к нашему ужасу, обнаруживаем, что не готовы к новой роли. Мы практически беспомощны, и тут автоматически и абсолютно незаметно для нас мы входим в роль наших родителей. Мы неизбежно моделируем отношения и образ поведения, сложившиеся в нашем детстве. Мы копируем наших родителей. Детские впечатления, отложившиеся в нашем подсознании, начинают влиять на отношения в нашей семье.

Универсальная жизненная энергия может оказать нам огромную поддержку на пути становления Матерью или Отцом. Предпосылкой является знакомство с нашей внутренней матерью, внутренним отцом; их исцеление и принятие.

Как только мы вступаем в Контакт с матерью и отцом внутри нас, мы ощущаем, как огромная безусловная любовь начинает протекать через нас и смывает наши программы. Таким образом создаются предпосылки для взаимопонимания с нашими детьми, для роста взаимоуважения и полных любви взаимоотношений.

Я предлагаю работу со своими внутренними родителями разделить на два этапа.

Сначала мы работаем с визуализацией с каждым из наших внутренних родителей. На данном этапе мы знакомимся с ними, мы учимся понимать их мотивы, побуждения, стремления и желания, их собственные травмы. Мы начинаем работать над исцелением нашей внутренней матери и нашего внутреннего отца.

Затем предлагаю визуализировать наших внутренних родителей одновременно. Здесь мы можем наблюдать отношения внутренних родителей друг к другу, что даст нам исключительную возможность понять отношения, сложившиеся в нашей супружеской жизни. Мы увидим и услышим себя через наших внутренних родителей.

Знакомство с нашими внутренними родителями и их исцеление крайне важно для гармонизации наших отношений и очистки нашей кармы с нашими физическими родителями.

Исцеление Твоих внутренних родителей

Шаг I

Ты лежишь или сидишь удобно на стуле, с прямой спиной, ступни стоят параллельно на полу, и Ты полностью расслаблен.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активизируешь его. Просишь Рэйки помочь Тебе вступить в контакт с Твоей внутренней матерью, затем рисуешь на себя 2-й символ, активизируешь его и фиксируешь 1-м символом и также активизируешь этот символ. Теперь доверься Рэйки и спокойно ожидай установления контакта.

Перед Твоим внутренним взором может появиться образ Твоей физической матери или животного или что-то абстрактное. Прими открыто любое спонтанное проявление Твоей внутренней матери. Присмотрись к этому образу и прочувствуй его значение для Тебя. Рассмотрни внимательно все детали, проследи, какие эмоции возникают в Тебе. Прислушайся к тому, что Твоя внутренняя мать Тебе хочет сказать. Прими ее послание, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Кроме того Ты можешь задать ей любой вопрос или просто побеседовать с ней. Постарайся выполнить любые пожелания Твоей внутренней матери. Оставайся в контакте со своей внутренней матерью так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа с ней исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рэйки, поблагодари свою внутреннюю мать и расстанься с ней.

Теперь обрати Твой внутренний взор на Твоего внутреннего отца. Прими открыто любое его спонтанное проявление. Возможно, Ты увидишь образ существующего человека или что-то абстрактное. Исследуй этот образ детально. Проследи, какие чувства в Тебе он вызывает. Прими послание Твоего внутреннего отца, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Кроме того Ты можешь задать ему любой вопрос или просто побеседовать с ним. Если Тебе не понятен смысл послания, то можешь быть уверен, что понимание придет к Тебе позже. Постарайся выполнить любые пожелания Твоего внутреннего отца. Оставайся в контакте со своим внутренним отцом так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа с ним исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рэйки, поблагодари своего внутреннего отца и расстанься с ним.

Шаг II

Через некоторое время, после того как Ты достаточно познакомился со своими внутренними родительскими образами, Ты можешь перейти к рассмотрению отношений между Твоей внутренней матерью и Твоим внутренним отцом.

Попроси Рэйки показать Тебе их образы (Твою внутреннюю мать и Твоего внутреннего отца) одновременно. Обрати внимание на их отношения, связаны они друг с другом или нет? Если между ними существует связь, то какого рода? Спроси у них, желают ли они побеседовать друг с другом или они хотят передать Тебе послание? Прими общее послание Твоей внутренней матери и Твоего внутреннего отца, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Теперь Ты можешь задать обоим вопросы. Если Тебе не сразу понятен смысл послания или ответов, то понимание придет к Тебе позже. Постарайся выполнить любые пожелания Твоей внутренней матери и Твоего внутреннего отца. Окружи эти образы энергией Рэйки. Продолжай сеанс до прекращения потока энергии.

В заключение поблагодари своих внутренних родителей и расстанься с ними. И не забудь поблагодарить Рэйки!

Энергетическое очищение

Энергетическое очищение служит для очищения от чужих, негативных энергий, а также для повышения энергетического потенциала нашей системы тел в целом.

Основной момент этой техники - это визуализация Рэйки, света, который течет через Тебя и выравнивает, очищает и гармонизирует Твои личные энергии.

Медитация "Очищение личных энергий"

Ты принимаешь позу Рэйки-медитации. Ты закрываешь глаза и делаешь несколько глубоких вдохов и выдохов. Постепенно Ты возвращаешься к Твоему естественному ритму дыхания и продолжаешь наблюдать за ним. Ты не задерживаешь возникающие мысли, спокойно смотришь на них и отпускаешь. Твое дыхание начинает успокаиваться, Ты дышишь спокойно и равномерно. С каждым вдохом Твое тело и Твой разум все больше расслабляются. Теперь Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки, в соответствии с Твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю или 3-ю ступень Рэйки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рэйки и активизируешь его.

Вообрази себе, что над Твоей головой парит золотой, сияющий шар, символизирующий неисчерпаемый источник божественной энергии, начало вселенной, исцеляющую силу Существования, т. е. Рэйки.

Представь себе, как из этого шара вытекает широкий золотой луч и через Твою макушку втекает в Твою голову, затем стекает по позвоночнику до копчика, здесь раздваивается и стекает по Твоим ногам в землю. При этом все негативное, темное стекает по ногам и уходит в землю и там трансформируется.

Представь себе далее, как этот золотой луч, стекающий по Твоему позвоночнику до копчика и здесь раздваивающийся, течет вверх через Твой живот, Твою грудную клетку, шею, голову и через макушку изливается в виде фонтана в Твою ауру.

Теперь представь себе, как этот золотой луч, текущий вверх через Твое тело, раздваивается дополнительно на уровне Твоих плеч, стекает по Твоим рукам и вытекает из Твоих ладоней.

Позволь золотому Свету полностью наполнить Тебя трансформированной, чистой энергией.

Разрешение отношений

Все люди, которых мы встречаем на нашем жизненном пути, являются нашими учителями. Они - наше зеркало, отражающее нас, наши задачи, которые нам необходимо решить. Осознанное восприятие реакций наших партнеров, друзей или знакомых (как наше зеркало) дает нам точные указания, над чем мы должны актуально работать.

Китайская поговорка гласит: "Если Ты рассматриваешь в зеркале себя, то Ты можешь свой костюм или свою шляпу изменить. Но если человек является твоим зеркалом, то Ты можешь определить свои хорошие и плохие качества".

С помощью Рэйки мы можем разрешить наши внутренние отношения с другими людьми. Нам предоставляется прекрасная возможность устранить все конфликты, стоявшие между нами, простить все друг другу и, таким образом, очистить наши взаимоотношения и нашу общую карму.

Очень важно начать с родителей, партнеров, детей, а также с людей, отношения с которыми были самыми трудными.

Особенно важно заключить мир с нашей семьей. Мы не зря родились у наших родителей, мы сами выбрали их, т. к. именно они могли создать самые оптимальные условия для разрешения наших задач в этой жизни, создать оптимальные предпосылки для нашего духовного роста.

Да, наши родители нанесли нам душевные травмы, а некоторым из нас даже физические. Несмотря на это, мне хотелось бы напомнить, что мы очень многим обязаны своим родителям. Наши родители добровольно взяли на себя бремя нашего воспитания. С момента нашего рождения и до своих последних дней они вносят свою личную энергию (духовную и материальную) в нашу жизнь. Они научили нас ходить и помогли нам сделать первые шаги по жизни. До последнего вздоха родители сопровождают своих детей, присутствуют и участвуют в их деяниях, если не активно, то по крайней мере мысленно. Наши родители делали и продолжают делать все из лучших побуждений. Многие ошибки они совершали по незнанию. Наши родители делали для нас все, что могли. Они передавали нам свой родительский опыт, полученный от своих родителей, дальше. Они воспитывали нас, основываясь на опыте своих родителей. Все, что делали наши родители, они делали из любви к нам. Мы должны понять и простить своих родителей.

Давайте посмотрим честно на себя со стороны! Сколько ошибок сделали мы лично в воспитании наших детей? Сколько травм мы нанесли своим собственным детям? Как только мы увидим и осознаем наши собственные ошибки, мы сможем понять и простить своих родителей.

Меня наполняет счастьем мысль о том, что я успела разрешить мои отношения с моей матерью до ее смерти. Я два года упорно работала с Рэйки над нашими с ней отношениями. Уже через несколько месяцев произошли сдвиги. Мы больше стали понимать друг друга, мы стали слушать и слышать друг друга. Ко мне постепенно пришло знание, моя мама всегда меня любила и делала для меня все, что могла. Я долгие годы жизни не понимала, что все ее действия были продиктованы любовью ко мне, но только с ее перспективы, т. е. так, как она это понимала и представляла. У меня же были другие представления и желания, и они, как это часто бывает, не соответствовали той любви, теплоте и заботе, что давала мне моя мама. Моя мать не соответствовала моему стереотипу матери, и именно это создавало все наши проблемы, конфликты и недоразумения. Как только я все это осознала и приняла, наши отношения стали еще быстрее разрешаться. Впервые за мою жизнь мы не предъявляли друг другу претензии, а беседовали друг с другом.

Очень большую роль сыграло еще мое осознание того, как много сделала моя мама для моего развития. Я ведь не зря инкарнировалась в семью моих родителей. Именно они могли создать самые оптимальные предпосылки для моего роста, что было необходимо для выполнения моей задачи в этой жизни.

С течением времени ушли обиды и горечь, и я начала испытывать только любовь к своей маме и искреннее сожаление, что мы не пришли к новому качеству в наших отношениях раньше. Я успела еще при жизни очистить нашу совместную карму. По сей день я вспоминаю свою маму только с теплом, благодарностью и любовью.

Я крайне благодарна энергии Рэйки, которая мягко привела меня к осознанию проблем в наших взаимоотношениях и к их разрешению. Только после разрешения моих родственных отношений, а это, собственно, и есть очистка кармических корней, я смогла подняться на следующий энергетический виток.

Гармонизация отношений

Сложные отношения, как правило, оставили глубокий след в нашей душе, они принесли нам глубокую боль и обиду. Долгие годы мы носили в себе наши душевные травмы, настала пора гармонично разрешить отношения, мешающие нашему духовному росту.

В основу гармонизации отношений положен вселенский закон прощения. Наряду с любовью, прощение является великой освобождающей силой во Вселенной. Сила всепрощения безгранична, и она творит чудеса. Искусство прощения дается нелегко, но в конце нас ждет великая награда - свобода, любовь и любые блага. Прощать нужно искренне, от всей души. Поверхностное прощение не принесет глубинных результатов. Только искреннее всепрощение способно дать нам свободу и душевный покой. Постепенно мы научимся легко прощать всех, и себя в том числе. Растворите прощением все сложности в отношениях, чтобы они не мешали потоку вашей жизни. В итоге нас ждет жизнь, полная радости и изобилия. Человек, научившийся прощать другим и себе, приобретает силу.

Методика гармонизации отношений с помощью Рэйки происходит по следующей схеме:

1. Сначала мы просим прощения у человека. Даже в том случае, когда мы считаем, что он обидел нас.

Во всех конфликтах и недоразумениях всегда участвуют обе стороны. Мы, со своей стороны, всегда вносим свою долю в формирование каких-либо отношений. Ничто не происходит без нашего участия.

Мы, в силу каких-либо обстоятельств, очень часто превратно понимаем человека, и конфликт запрограммирован. Возможно, человек и не имел в виду и не сделал ничего плохого, только мы восприняли это так.

Как правило, мы неосознанно провоцируем конфликт и какая-то доля нашей "вины" присутствует в любой трудной ситуации. Каждый человек нуждается в прощении - и мы тоже. Поэтому начинать следует с просьбы о прощении. Это наш "первый шаг" к гармонизации отношений, что сразу же смягчает ситуацию и дает толчок к положительному изменению конфликта.

А так как мы работаем с помощью Рэйки, то даже такой трудный шаг, как просить прощения у нашего обидчика, дается нам легче.

2. Затем мы прощаем данного человека.

Нам гораздо легче простить от всей души нашего "обидчика", если прошли первый этап разрешения отношений.

3. Посылать данному человеку любовь через сердечную чакру.

Прощать необходимо всегда от всей души, лишь тогда происходит полное разрешение конфликта и освобождение связей на всех уровнях.

Должна подчеркнуть, что как и любая методика, при которой мы работаем с помощью Рэйки, так и предлагаемая схема работы гармонизации отношений с помощью Рэйки гораздо эффективнее и проще любой другой.

В основу нижеприведенной медитации прощения была положена медитация из книги С. Левина "Исцеление в жизни и смерти". Я ее переработала и связала с техникой Рэйки. Медитация прощения прекрасно гармонизирует любые отношения как с живыми людьми, так и с уже ушедшими из этой жизни.

Медитация прощения

Для облегчения Твоего восприятия можно данную медитацию записать на кассету и медитировать под запись или под чьим-то сопровождением.

Ты принимаешь позу Рэйки-медитации. Ты садишься удобно на пол или на стул, важно, чтобы Ты мог сидеть в этом положении спокойно, без напряжения.

Ты закрываешь глаза и наблюдаешь за своим дыханием; ощущаешь, как стенка живота поднимается и опускается. Твое дыхание успокоилось и течет равномерно, Ты полностью расслаблен.

Теперь Ты вступаешь в контакт с силой Рэйки в соответствии с Твоей ступенью. Если Ты имеешь 2-ю ступень Рэйки, то Ты рисуешь на себя 3-й символ Рэйки и активизируешь его.

Поразмышляй над тем, что значит для Тебя слово "прощение". Что такое прощение? Что изменится, если Ты будешь жить исходя из прощения?

Теперь Ты визуализируешь в деталях образ человека, с которым Ты хочешь гармонизировать свои отношения. Позволь образу этого человека войти в Твое сознание, в Твое сердце. Пригласи его приветливо в свое сердце. Проследи внимательно, что в Тебе поднимается (возможно, страх или гнев), чтобы закрыть ему доступ в Твое сердце.

Наблюдай в полном расслаблении за происходящим. Не пытайся заставлять себя. Это только эксперимент, на который Ты пригласил данного человека.

Откройся ощущению его присутствия. Попроси прощения у данного человека за все то, что Ты сознательно или неосознанно ему причинил. Скажи этому человеку от всей души: "Прости меня!"

Заклучи его с состраданием в свое сердце и скажи ему: "Я прошу Тебя, прости меня. Я прошу Тебя, прости меня".

"Я прошу Тебя впустить меня снова в Твое сердце. Пожалуйста, прости меня, если я что-то совершил, что причинило Тебе боль, преднамеренно или непреднамеренно, через мою речь, мои поступки или мои мысли".

"Если я обидел Тебя или ранил, даже если это случилось в состоянии смятения моих чувств или страха, - я прошу Тебя о прощении".

Повторяй свою просьбу до тех пор, пока не почувствуешь, что человек готов простить Тебя.

Позволь себе принять его прощение. Позволь ему снова заключить Тебя в свое сердце. Пожалей себя. Пожалей другого. Дай ему возможность простить Тебя.

Почувствуй прикосновение его прощения. Прими его. Впусти его в Твое сердце.

"Я прошу Тебя о прощении за все то, чем я Тебе в прошлом причинил боль, будь-то моим гневом, моим вожделением, моим страхом, моим невежеством, моей слепотой, моими сомнениями или моим смятением чувств. Как бы я Тебя не обидел, я прошу Тебя впустить меня снова в Твое сердце. Прости меня!"

Дай этому состояться, произойти. Подари себе право принять прощение.

Если Твой рациональный разум пытается заблокировать прощение с помощью беспощадных обвинений, взаимных упреков или оценок, тогда пойми и осознай природу бессердечного разума. Осознай, как жестоко мы обращаемся с собой. Дай этому бессердечному разуму почувствовать тепло и терпение прощения.

Позволь своему сердцу соприкоснуться с другим сердцем и принять прощение. Исцели свое сердце.

Если Твой разум хочет отстраниться, т. к. он считает, что заслужил эту боль, тогда осознай его беспощадность. Откройся возможности получить прощение. Прими прощение. Позволь этому произойти.

Ощути, как в данное мгновение прощение другого человека прикасается к Тебе.

Обратись к себе в глубине своего сердца и скажи: "Я прощаю себя".

Обратись к себе по имени и скажи себе: "Я прощаю Тебя, ..."

Если Твой разум преграждает путь к прощению резкими словами, если он пытается оценить акт самопрощения как признак слабости, если он начинает оценивать и выражать свой гнев - тогда осознай эту несгибаемость и твердость. Раствори ее в прощении.

Заключи себя снова в свое сердце. Позволь себе принять прощение.

Позволь прощению заполнить Твое тело. Ощути тепло и заботу. Восприми себя, как будто Ты - это Твой единственный ребенок, и купайся в этом милосердии и доброте. Позволь одарить себя Любовью. Осознай, что прощение ждет Твоего возвращения в собственное сердце. Мы обращаемся с собой очень жестоко, в нас так мало милосердия к себе.

Знай, что в данное мгновение Тебе полностью простилось. Сейчас зависит только от Тебя принять это прощение. Позволь одарить себя Любовью. Позволь себе стать Любовью.

Затем обратись к этому же человеку и скажи от всей души: "Я прощаю Тебя! Я прощаю Тебе все, чем Ты мне в прошлом причинил страдания, будь-то словом, мыслями или действием. Несмотря на то, что Ты мне в прошлом причинил страдание, - я прощаю Тебя".

Ощути широту, пространственность, которая позволяет Тебе простить данного человека, хотя бы только на мгновение. Освободись от ограничений, от налета досады, чтобы Твое сердце могло освободиться и чтобы Твоя жизнь стала легче.

"Я прощаю Тебе все то, чем Ты мне в прошлом причинил страдания, осознанно или неосознанно, будь-то словом, мыслями или действием. Несмотря на то, что через Тебя я познал страдание - я прощаю Тебя. Я прощаю Тебя."

Это очень больно исключить кого-нибудь из своего сердца. Отпусти свою боль. Дай этому человеку хотя бы на мгновение почувствовать тепло Твоего прощения. Даже если ваши сердца соприкоснулись и поднялись над разладом всего лишь на одно мгновение.

"Я прощаю Тебя. Я прощаю Тебя. Я прощаю Тебя."

Разреши этому человеку пребывать в тишине, в тепле и терпении Твоего сердца. Дай ему познать прощение. Позволь дистанции между вами перейти в милосердие. Разреши этому свершиться.

Многие разногласия прояснились и растворились в прощении. И теперь мягко и не торопясь отпусти данного человека, не исключая его из Твоего сердца, и позволь ему идти своей дорогой, одаренным Твоим благословением и надеждой на Твое прощение.

Отпусти все и осознанно доверься силе Рэйки. Ты заканчиваешь сеанс как обычно, когда почувствуешь, что поток энергии Рэйки прекратился. В заключение не забудь поблагодарить Рэйки.

Работай над отношениями так долго, сколько потребуется, до тех пор пока Ты не ощутишь, что отношения начинают положительно разрешаться.

Гармонизация отношений с родителями

Я выделила разрешение отношений с нашими родителями, так как оно требует особого внимания. С родителями нас связывают сильные кармические узы, и, как правило, с ними связаны наиболее сложные конфликтные ситуации. Гармонизация отношений с родителями потребует гораздо больше времени и усилий. Для облегчения этого сложного процесса предлагаю работу над отношениями со своими физическими родителями разделить на два этапа.

Сначала мы представляем наших родителей в детстве, приблизительно в 3-5-летнем возрасте. Это дает нам возможность прочувствовать их детские травмы и обиды, понять, что они так же, как и мы были запрограммированы в детстве, в свою очередь, своими родителями.

Затем мы работаем с визуализацией наших родителей в зрелом возрасте. На данном этапе мы учимся понимать их мотивы, побуждения, стремления и желания, их действительное отношение к нам. Мы учимся принимать их такими, какие они есть. Таким образом мы начинаем работать над исцелением наших отношений с родителями.

Шаг I

Ты принимаешь позу Рэйки-медитации.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию. Ты рисуешь на себя 3-й символ и активизируешь его. Просишь Рэйки показать Твою маму в детском возрасте. Теперь доверься Рэйки и спокойно ожидай установления контакта.

Перед Твоим внутренним взором появится образ Твоей физической матери в детском возрасте. Ты увидишь маленькую испуганную девочку, жаждущую любви. От всего сердца откройся этому образу. Ты почувствуешь, как в Тебе поднимается любовь и сострадание к этому маленькому существу. Присмотрись к этому образу и прочувствуй его значение для Тебя. Рассмотрю внимательно все детали, проследи, какие эмоции возникают в Тебе. Прислушайся к тому, что Твоя мама Тебе хочет сказать. Прими ее послание, которое может придти в виде слов, чувств или символов. Спроси ее, что она чувствует, какие травмы и обиды ее тяготят. Ты можешь задать ей любой другой вопрос или просто побеседовать с ней. Постарайся выполнить любые пожелания маленькой девочки. Оставайся в контакте с ней так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рэйки, поблагодари его и расстанься с ним.

Теперь обрати Твой внутренний взор на образ Твоего физического отца в детском возрасте. Прими открыто его проявление. Ты увидишь, возможно, маленького плачущего мальчика. Ты увидишь, как слезы градом катятся по его лицу. Присмотрись к этому образу и прочувствуй его. Спроси его, почему он плачет и кто его обидел. В Тебе поднимается любовь и сострадание к этому маленькому существу. Ты можешь задать ему любой вопрос или просто побеседовать с ним. Спроси, есть ли у него какое-нибудь желание. Постарайся выполнить любые пожелания этого маленького мальчика. Оставайся в контакте с ним так долго, пока Ты не почувствуешь, что беседа исчерпана. В заключение окружи этот образ энергией Рэйки и расстанься с ним.

Шаг II

Теперь Ты непосредственно приступаешь к гармонизации отношений с Твоими физическими родителями. Работай сначала над очисткой кармы с Твоей матерью и лишь затем над разрешением отношений с Твоим отцом.

Ты лежишься или садишься удобно на стул, спина прямая, ступни стоят параллельно на полу, закрываешь глаза и полностью расслабляешься.

Ты вступаешь в контакт с Рэйки, благодаришь энергию. Ты визуализируешь воздушный шар, заполненный белым сияющим Светом (т. е. Рэйки), в котором представляешь себе в деталях образ Твоей матери, с которой Ты хочешь гармонизировать отношения. Ты рисуешь на нее 3-й символ, произносишь 3 раза ее имя и фамилию. Затем даешь 2-й символ и фиксируешь 1-м символом. Просишь Рэйки влить Свет и энергию в ваши отношения и просишь помочь Тебе. Попроси прощения у Твоей мамы за все то, что Ты сознательно или неосознанно ей причинил. Повторяй свою просьбу до тех пор, пока не почувствуешь положительный ответ. Затем прости ей все, что она сознательно или неосознанно Тебе причинила. Повторяй свое прощение до тех пор, пока не почувствуешь положительный импульс.

Давай Рэйки на шар, пока поток энергии не прекратится. В заключение в полном доверии поблагодари силу Рэйки.

Работай над отношениями столько, сколько потребуется. Пока Ты не ощутишь, что они начинают разрешаться, т. е. заполняются любовью и гармонией.

После того как Ты исцелил свои отношения со своей матерью, Ты можешь перейти к гармонизации отношений со своим физическим отцом по вышеизложенной схеме.

