



**РОБИН НОРВУД**

**ПОЧЕМУ ЭТО  
ПРОИЗОШЛО?**

**ПОЧЕМУ**

**ИМЕННО  
СО МНОЙ?**

**ПОЧЕМУ**

**ИМЕННО  
СЕЙЧАС?**

**КАК ОТВЕЧАТЬ НА ВЫЗОВЫ,  
КОТОРЫЕ БРОСАЕТ НАМ ЖИЗНЬ**

Робин Норвуд

**Почему это произошло? Почему именно со мной? Почему именно сейчас? Как отвечать на вызовы, которые бросает нам жизнь**

«Добрая книга»

1994

УДК 111.159.9  
ББК 88.37

## **Норвуд Р.**

Почему это произошло? Почему именно со мной? Почему именно сейчас? Как отвечать на вызовы, которые бросает нам жизнь / Р. Норвуд — «Добрая книга», 1994

ISBN 978-5-98124-695-1

Книга-бестселлер Робин Норвуд «Женщины, которые любят слишком сильно» перевернула наши представления о любви и помогла нескольким поколениям женщин во всем мире избавиться от созависимости и выйти из неблагополучных отношений. Став всемирно известным специалистом по терапии зависимостей, Робин Норвуд неожиданно столкнулась с тяжелым личностным кризисом, оставила психотерапевтическую практику и на протяжении десяти лет изучала эзотерические традиции и доктрины, альтернативную медицину и практики целительства. В своей новой книге она предлагает читателям революционный взгляд на смысл невзгод и страданий, через которые проводит нас судьба. В этой книге: «Почему эти неприятности произошли именно со мной?» Смысл невзгод и страданий в контексте нашей судьбы. Зависимость как предвестник радикальных перемен в нашей жизни и повод познать самого себя. Когда беда становится вратами к исцелению: как использовать выпадающие на нашу долю испытания для личностной трансформации, сохраняя глубокое доверие к жизни даже в самые тяжелые времена. Выбираем ли мы родителей и обстоятельства рождения? Как эзотерика обогащает психологию, расширяя наши представления о развитии человека. Эта книга научит распознавать цели души за невзгодами и вдохновит вас на глубокую трансформацию, чтобы исполнить стоящие перед каждым из нас жизненные задачи, жить полноценной жизнью и исцелять самые глубокие сердечные раны.

УДК 111.159.9

ББК 88.37

ISBN 978-5-98124-695-1

© Норвуд Р., 1994  
© Добрая книга, 1994

## Содержание

Благодарности	8
Введение	9
Глава первая. Почему это произошло именно со мной?	15
Исцеление, выходящее за рамки физического	18
Эзотерический взгляд на мир и человека	19
Несчастье как катализатор перемен	21
Чему нас учит СПИД	23
СПИД с планетарной точки зрения	26
Несчастья с точки зрения души	28
Глава вторая. Что пытается сказать мне мое тело?	29
Как тело служит сознанию	31
Конфликт тела и личности	33
Отсутствие честности и диссонанс	34
Как тело служит душе	36
Глава третья. Вижу ли я полную картину своей жизни?	38
Случай сексуальной зависимости	39
Корни виктимизации в прошлом	42
Эволюция человеческого сознания	43
Как мы конструируем свое очередное воплощение	45
Проявление свободной воли	46
Морфогенетический резонанс и исцеляющие циклы	47
Принцип действия исцеляющих циклов	48
Ложные боги и исцеляющие циклы	49
Как мы привлекаем уроки из окружающего нас мира	51
Физика кармы	53
Карма уравнивает, а не наказывает	55
Прощение исцеляет	56
Глава четвертая. В чем смысл страданий?	59
Спираль эволюции	61
В чем состоит ваша травма?	63
Как травмы помогают нам в нашем развитии	65
Устранение изъянов характера через исцеление травм	69
К истине через травму	71
Раскрытие дара в травме	76
Глава пятая. Почему мне с таким трудом даются отношения?	77
Отношения и судьба	78
Истинная цель отношений	79
Создание и разрушение иллюзий	83
Процесс пробуждения	84
Наши желания способствуют нашему развитию	85
Почему некоторые люди выбирают неблагополучных родителей	88
Практика пересмотра отношений	94
Глава шестая. За что мне достались такие родственники?	95
Миф о возможности предотвращения неприятностей	96
Трудности естественны для роста	97
Зависимость как путь к трансформации	98

Темы, круги и семейная карма	100
Семейная карма трех поколений	102
Наш вклад в развитие человечества	105
Общие кармические задачи	106
Глава седьмая. Куда я направляюсь и когда я туда попаду?	109
Личность как посланница души	111
Развитие человека от рождения до смерти	112
Развитие души на протяжении многих жизней	113
Молодые и старые души	115
Как сознание расширяется благодаря жизненному опыту	117
Карма, искупление и концепция раненого целителя	119
Наша внутренняя карта достигнутого уровня сознания	120
Внешние проявления судьбы и внутреннее развитие	122
Поиск своего места на Пути	123
Смысл неопределенности	124
Глава восьмая. Как помочь себе и другим исцелиться	127
Невзгоды как страх перемен	128
Катастрофические перемены и исцеление	129
Исцеление на ментальном уровне	133
Природа исцеления	134
Правила исцеления	135
Правила помощи другим в исцелении	140
Исцеление и просветление	143
Послесловие	145
Рекомендуемая литература	148

**Робин Норвуд**  
**Почему это произошло? Почему**  
**именно со мной? Почему именно**  
**сейчас? Как отвечать на вызовы,**  
**которые бросает нам жизнь.**

© Робин Норвуд, 1994.

© ООО «Издательство «Добрая книга», 2016 – издание на русском языке, перевод на русский язык, оформление.

\* \* \*

*Эта книга с благодарностью посвящается всем моим учителям*

*Каждая проблема – задание, созданное вашей душой.*

## Благодарности

Большинству книг и их авторам, подобно младенцам и их матерям, идет на пользу квалифицированная помощь в процессе рождения. Неоценимый вклад в появление на свет этой книги внесли три женщины. Сюзан Шулман, мой литературный агент, разделяла основные идеи этой книги и нашла в Кэрол Саузерн идеального редактора и издателя, способного донести эти идеи до читателя. Кэрол, в свою очередь, использовала свой невероятный редакторский талант, чтобы сделать текст книги путеводителем, а не запутанным лабиринтом. А Робин Мэттьюс охотно и профессионально превратила кипу исписанных мною страниц в идеальный и аккуратный печатный текст, подбадривая меня в процессе своими комментариями.

Сюзан, Кэрол и Робин, примите мою глубочайшую благодарность за вашу неоценимую помощь в этих «родах».



## Введение

Почему *это* произошло? Почему именно *со мной*? Почему именно *сейчас*? Кто из нас не требовал в трудные моменты жизни ответов на эти вопросы? Мы ищем ответы в глубинах нашей души. Обращаемся с вопросами к Жизни. Проклинаем Бога. Изливаем душу каждому, кто готов с сочувствием нас выслушать. *Почему?* И ответы, которые мы получаем, – туманные, общие полумеры, которые не в силах избавить нас от острой боли и раздражения, – кажутся нам пустыми, безличными и даже досадными.

*«Время лечит.»*

*«Сейчас тебе плохо, но скоро все пройдет.»*

*«На то воля Божья, и нам следует ей подчиниться.»*

*«Это судьба.»*

*«Такое случается.»*

Пожалуй, самый невыносимый совет в то время, когда мы запутались в своих проблемах, звучит так:

*«Постарайся не думать об этом. От этого тебе будет только хуже.»*

Слова, сказанные из самых лучших побуждений друзьями, которые оказались беспомощны перед лицом наших проблем, оставляют нас беззащитными наедине с нашей бедой. Мы устало тащимся по ухабистой дороге жизни, пока не понимаем, что время действительно многое излечило, хотя горе и мучения навечно оставили у нас на сердце глубокие шрамы.

И все же, эти вопросы, которыми мы задавались про себя или которые выкрикивали вслух, остаются без ответа. Когда в нашей жизни наступает более счастливая пора, потребность в ответах постепенно исчезает – до тех пор, пока мы вновь не столкнемся с невзгодами.

Почему это произошло? Почему именно со мной? Почему именно сейчас? Работая психотерапевтом, я часто слышала эти вопросы и задумалась над природой проблем моих клиентов. Много раз я и сама задавалась этими вопросами в своей жизни, в которой было немало трудностей. Но когда на меня давили собственные проблемы, эмоции мешали мне объективно исследовать эти очень глубокие вопросы, которые могут иметь самые серьезные последствия. А когда в жизни все шло хорошо, я была слишком счастлива, чтобы тратить время на поиски ответов.

После выхода моей первой книги «Женщины, которые любят слишком сильно» жизнь у меня и правда шла прекрасно. Я была замужем за умным и успешным мужчиной, который поддерживал меня в работе. У меня была процветающая психотерапевтическая практика, моя книга стала бестселлером, а я сама – всемирно известным экспертом по терапии зависимости в близких отношениях. Я сумела использовать всю боль, накопленную за годы неудачных отношений с мужчинами и любовных ошибок, и извлечь из нее мудрость, которая спасла мне жизнь. Теперь я помогала другим женщинам из разных уголков мира добиться такого же успеха. Это была пора благодарности за мое собственное исцеление и гордости за то, чего я добилась в жизни. Но этой поре не суждено было длиться вечно.

Осенью 1986 года я возвращалась в Калифорнию после цикла лекций и в самолете разговаривала с женщиной, сидевшей рядом со мной. Мы болтали ни о чем, но вдруг она внимательно посмотрела на меня и, сменив тон, спросила:

– Сколько вам лет?

– В июле будет сорок два, – ответила я.

Она медленно кивнула, продолжая вглядываться в меня.

– В следующем году ваша жизнь кардинально изменится, – мрачно сообщила она.

Мне же было весело.

– Нет, нет. Вы не понимаете. Она *уже* изменилась, – поведала я ей. – У меня всегда была масса проблем в жизни, но теперь все просто *идеально*.

Я радостно рассказала ей, чего мне удалось добиться всего за несколько лет.

– У меня уже есть чудесный муж, и впервые в жизни я добилась настоящего успеха. Все совершенно *идеально*, – с гордостью повторила я.

– Все изменится, – ответила она. – Все исчезнет.

А затем она объяснила:

– Видите ли, у меня есть дар. Я вижу будущее.

В этот момент стюардесса принесла нам обед, и мы больше не возвращались к обсуждению моего будущего. Но она оказалась совершенно права.

К апрелю следующего года я была в процессе развода, перестала работать психотерапевтом, и, хотя сама еще этого не знала, была серьезно больна и медленно умирала.

Развод был моей инициативой. И единственной причиной, которую я в то время могла сформулировать, было то, что я перестала быть честной с самой собой. Я поняла, что постоянно притворяюсь счастливым человеком, которым, как мне казалось, я должна была быть. Каждый день, что я продолжала участвовать в этом фарсе, я жила во лжи, и я хотела это прекратить. Но разве я не подводила тем самым всех женщин, которые читали мои книги и верили, что я исцелилась от созависимости и получила возможность жить долго и счастливо с чудесным человеком? Мне казалось, что я обманула своих читателей.

Завершение карьеры тоже было моей идеей. В течение многих лет я искренне любила свою работу, но теперь эта страсть прошла, и я понимала, что в этой сфере моей жизни я тоже перестала быть честной – перед своими клиентами и перед самой собой. Мое видение мира радикально менялось, и меня занимали более глубокие истины, лежавшие далеко за пределами психотерапии.

Приближение смерти – что ж, полагаю, это в какой-то степени тоже было моей навязчивой идеей. Мой организм месяцами боролся с сильнейшей инфекцией, которая не причиняла сильной боли, но вызывала страшную слабость. Я говорила себе, что недомогание вызвано затянувшимся гриппом и не стоило того, чтобы обращаться к врачам. Хотя порой у меня не было сил даже пройти по комнате, я явно не желала знать, насколько серьезно была больна. Возможно, я подсознательно верила, что разочаровавшиеся читатели простят меня, если я умру.

Закончив вторую книгу, содержащую мои последние рекомендации по исцелению от зависимости в отношениях<sup>1</sup>, я решила, что сделала для своих читателей все возможное. Меня уже мучили серьезные боли, и я решилась переступить порог больницы. К тому времени моя ближайшая подруга исчезла из моей жизни, а дети жили в других городах. Решив, что утешения мне нигде не найти, я скрывала болезнь от всех. Я совершенно не боялась смерти. Я лишь очень, очень устала. Слишком устала, чтобы жить дальше. Я была совсем одна, и мне хотелось со всем этим покончить.

Следующим утром, пока меня везли на операцию, я сосредоточилась на тех немногочисленных людях в своей жизни, которых я до сих пор не смогла до конца простить и благословить. Я изо всех сил пыталась это сделать в тот момент, но и это было не совсем честно, а я была слишком слаба и слишком устала, чтобы врать даже самой себе. Глубоко разочарованная в себе и в своей жизни, я погрузилась в наркоз.

Разочарование только усилилось, когда я очнулась после операции. Моей первой мыслью было: «О нет! Я все еще здесь. И что же мне делать *еще* сорок два года?» Позже анестезиолог радостно поведал, что все операционные сестры читали мою книгу и молились за мое выздо-

---

<sup>1</sup> Речь идет о книге «Ежедневные медитации для женщин, которые любят слишком сильно» (М.: Добрая книга, 2016). – Прим. ред.

рование. А я неблагодарно подумала: «Почему они лезут не в свое дело? К концу подошла целая жизнь! Почему мне не позволили покинуть этот мир?»

Пожалуй, тяжелее всего было от того, что я задавала вопросы в пустоту. На протяжении семи лет, в течение которых я работала со своей программой исцеления от любовной зависимости, основанной на тех же принципах, что и программа «Анонимных алкоголиков», я вновь и вновь ощущала столь нужный мне комфорт и поддержку Всевышнего. Теперь же казалось, что дверь закрылась, а я осталась по другую сторону без какой-либо опоры, если не считать все той же обременительной потребности в личной честности, которая уже стоила мне почти всего, что составляло мою жизнь. Я чувствовала, что со мной поиграли, а затем бросили и предали. Я еще не понимала, что Бог всегда непостижим, и чем ближе мы к Нему подходим, тем сильнее Господь отдаляется, увлекая нас выше и выше, пока мы ищем Его и стараемся за Ним следовать.

За моим выздоровлением последовал семилетний период изоляции и размышлений. Поначалу я металась в поисках занятия, которое могло бы придать моей жизни направление и цель. Но все мои планы, и большие, и малые, срывались. Тянулись пустые дни, а меня одолевали угрызения совести из-за собственного бездействия.

Моим единственным увлечением стали книги на эзотерические темы, к которым я никогда раньше не относилась серьезно: астрология, хиромантия, Таро и целительство. Я всегда верила в реинкарнацию и теперь пыталась лучше разобраться в связанных с ней духовных концепциях. Мой дом начал наполняться книгами соответствующей тематики: аура человека; разные уровни человеческого энергетического поля; тонкие тела, взаимопроникающие друг в друга и в физическое тело; чакры или энергетические вихри, питающие эти тонкие тела; мыслеформы; экстрасенсорное целительство; процесс умирания и так далее.

Я открыла для себя эзотерические труды теософа Алисы Бейли, через которую с начала 1920-х годов по 1950-е годы передавал свое учение некий тибетский духовный учитель. Мое знакомство с этими работами началось с совершенно непостижимого «Трактата о космическом огне», на который я наткнулась в разделе религии в библиотеке. Хотя книга показалась мне совершенно непонятной, я ощутила глубочайшее доверие по отношению к этому мудрецу, известному как Тибетец, а потому начала изучать более двадцати книг, которые он надиктовал Бейли. Мои пустые дни стали наполняться смыслом, когда я погрузилась в эти работы, питавшие меня, как ничто другое.

В этот период у меня возникла потребность отгородиться от внешнего мира. Одиночество стало для меня необходимым, как воздух. До этого я уже прожила десять лет без телевизора, а сейчас отказалась от радио, журналов и газет, полностью изолировав себя от искажений и заблуждений, из которых в основном состоит наше традиционное мировоззрение. Я старательно избегала всего, что могло меня отвлечь – мужчин, праздников, общественных мероприятий, алкоголя, кофеина, сахара.

Мои дети стали взрослыми и разделяли мой интерес к темам, которые полностью меня поглотили. И постепенно, одна за другой, в моей жизни появились женщины, чей жизненный путь был схож с моим. Подобно беженцам из далекой страны, мы открыли для себя, что говорим на одном языке и одинаково смотрим на мир. И тогда у меня появилось несколько чудесных подруг.

Когда я рассказывала об этом периоде изоляции и размышлений некоторым другим людям, они начинали завидовать мне, считая, что все эти годы я провела, наслаждаясь идиллией спокойной умиротворенной жизни. В действительности моя жизнь в то время скорее напоминала ежедневную пытку. Я пребывала в покое, избегая всех привычных отвлекающих раздражителей, *потому что у меня не было выбора*. Ни один из этих раздражителей на меня больше *не действовал*. «Похмелье», которое они у меня вызывали, было слишком дорогой ценой за их использование. Тем не менее, особенно в первые годы, мне не давала покоя, тер-

зала, пожирала потребность знать, куда я двигаюсь (если вообще двигаюсь) и какова моя цель (если она есть вообще). Я пока еще не понимала, что у меня, наконец, появились время, отстраненность, объективность и мотивация для изучения природы невзгод, выпадающих на долю каждого из нас, закономерности их появления и их смысла. Теперь я была свободна, чтобы найти ответ на вопрос «Для чего?», стоящий за каждым вопросом «Почему?», как я стала это называть.

Сегодня я понимаю, что мое обращение к эзотерике было прямым следствием моей работы в области терапии зависимостей. Много лет я глубоко изучала зависимость в близких отношениях и способы ее исцеления, обнаруживая корни этой зависимости в нездоровых моделях отношений, которые, как правило, были усвоены в детстве в неблагополучной (дисфункциональной) семье. Люди переносят эти модели во взрослую жизнь и подсознательно стремятся воспроизвести их в отношениях со своими партнерами, чтобы снова и снова переживать старые драмы, привычка к которым закрепилась у них в детстве.

Но теперь я хотела знать, *почему* эти женщины (и мужчины) родились в неблагополучных семьях. Почему один ребенок рождается в здоровой среде, а другой начинает свою жизнь в условиях, гарантирующих психологическую травму? Почему жизненные условия – качество воспитания, наше здоровье, ум, материальное и социальное положение – распределяются столь неравномерно? Неужто мы случайные жертвы этого безумного мира, этого вселенского хаоса? Или же наши судьбы неким образом вписываются во всеобщий порядок мироздания? И если судьба существует, можно ли предугадать ее повороты и использовать это знание?

И наконец, я вплотную занялась тем, что всегда считала подлинной целью психологии: изучением (*логос*) души (*психея*). Я начала понимать, что каждый из нас рождается с некоторым особым «запасом» жизненной энергии, который отражается у нас на ладони и в гороскопе. Он определяет, какого рода встречи и переживания мы будем иметь в определенные периоды нашей жизни.

Увлечшись всем этим, я разыскала нескольких медиумов и целителей и стала их ученицей. Они научили меня распознавать и работать с тонкими энергиями, определяющими этот «запас». Я практиковала вместе с другими учениками, читала их энергетическое поле (или ауру) и взаимодействовала с ним, чтобы способствовать различного рода исцелениям. Я познакомилась с другими людьми, которые подобно мне никогда не считали себя экстрасенсами. Тем не менее вместе мы сделали необычайные открытия, которые играли огромную роль в моем обучении.

Постепенно, по мере того, как в моем мировоззрении проходила столь радикальная смена парадигмы, все множество разнообразных событий в моей жизни выстроилось в систему и приобрело смысл. Я перестала считать, что я сама, как и все остальные люди, нахожусь на спонтанно развертывающейся ленте, ведущей от рождения к смерти и отмеченной разными событиями – счастливыми и грустными, приятными и ужасными. Я начала интуитивно постигать великое множество различных эволюционных сценариев, по которым разворачиваются жизни отдельных людей. Мое понимание одновременно было объективным и субъективным. Я очень часто работала с теми, кто чувствовал себя потерянными и одинокими. Я и сама очень долго чувствовала то же самое. И вдруг, благодаря моим исследованиям, в моих руках оказалась карта, которая не только отображала окружающую территорию, но содержала важнейшую красную стрелку, указывающую текущее местоположение. Я видела свое место и цель во Вселенной, поняла, что мои недостатки, ошибки и разочарования – это необходимость, самые настоящие *дары*. Столь глубокое понимание общей картины жизни и моего в ней места дало мне то, что не смогла дать практическая психология и ее акцент на «решении проблем». Оно вернуло мне меня саму. И оно позволило мне понять цель страданий.

В этой книге я предлагаю вам то, чему научили меня в отношении даров невзгод эти годы постоянных исследований, размышлений и внимания к тонким энергиям. Тот факт, что

эта книга привлекла ваше внимание именно сейчас, возможно, означает, что и вы переживаете ту же смену парадигмы, что и я. Подобно Колумбу, отмечающему все большее количество признаков круглой формы Земли, вы накапливаете опыт и ощущения, которые приближают столь же радикальный пересмотр собственного мировоззрения. Возможно, ваше зарождающееся осознание новых измерений приведет к тому, что вам понадобится новая карта мироздания, которая включала бы и отражала эту смену взглядов.

Неслучайно многие истории этой книги рассказывают о мужчинах и женщинах, столкнувшихся с различными проблемами, и при этом включают духовный опыт и паранормальные ощущения героев этих историй. Наша культура все чаще допускает существование подобных явлений, и все больше и больше людей осмеливаются о них рассказывать. Я заметила, что как только я открылась тонким измерениям реальности, многие вдруг стали делиться со мной своим духовным опытом. Если подобное случилось и с вами, эти истории покажутся вам правдоподобными. Если же ничего подобного в вашей жизни пока не происходило, я прошу вас проявить при чтении терпимость. Сделав это, вы сможете и сами открыть для себя подобные переживания. Ведь стоя на пороге новой эры, каждый из нас расширяет собственные возможности познания. С признанием этих измерений и явлений приходит возможность понять то, что раньше казалось необъяснимым и несправедливым.

Некоторые понятия и концепции, используемые в этой книге, могут быть вам не знакомы. В таком случае проявите терпение. Возможно, будет полезно перечитать книгу еще раз по прошествии некоторого времени. Это позволит вам понять, насколько глубже стало ваше понимание мира. Эта книга, изменив ваше отношение к жизни и ваше восприятие действительности, поистине способна изменить саму вашу жизнь. Позвольте ей помочь вам понять и оценить свое уникальное место и цель в мире; найдите в ней собственную карту с красной стрелкой, которая точно укажет ваши координаты с помощью жизнеутверждающей надписи «Вы здесь».

Но вы, вероятно, задаетесь вопросом, каким образом подобное расширение взглядов *поможет* вам справиться с теми личными проблемами, которые вынудили вас взять в руки эту конкретную книгу в этот конкретный момент. Если вы просто ищете помощи и комфорта, почему надо обязательно менять свое мировоззрение и смотреть на свои трудности на столь огромном и, казалось бы, не играющем особой роли фоне? Ответ прост. Сделав это, вы сможете понять свою боль и психологические травмы, а, значит, сможете и исцелить их.

Настоящее исцеление после любого кризиса проходит в несколько этапов. Пока мы все еще охвачены горем, мы находим утешение в историях других людей, переживших ту же беду. Эти истории успокаивают нас, убеждая, что мы не одиноки в своем горе и в своей реакции на него. Вы с большой вероятностью найдете здесь определенное отражение не только ваших обстоятельств, но и вашей реакции на них.

Далее, когда проходит острая эмоциональная фаза кризиса, у нас появляется потребность понять цель произошедшего в отношении нашего будущего и жизни в целом. Если мы верим в Бога, то задумываемся, не дрогнул ли челнок в Его руке, когда он ткал нашу судьбу. Не пропустил ли Он нити таким образом, что теперь все полотно нашей жизни не поддается восстановлению? Или же благодаря неожиданному изменению узора весь рисунок на холсте нашей жизни приобрел новую глубину и обогатился новыми красками? В конечном счете, не само событие, а то, каким образом мы с ним справились и как *объяснили* его, определяет его итоговое воздействие на нас, как положительное, так и отрицательное. Эта книга поможет вам переосмыслить ваши величайшие трудности, чтобы вы могли осознать их как великий дар, который, вероятно, до сих пор был скрыт от ваших глаз.

Наконец, когда мы научимся использовать пережитые проблемы для оказания помощи другим людям, все наши страдания и беды приобретут цель и предназначение, выходящие за рамки нашей жизни. Они искуплены. Эта книга поможет вам понять эзотерический закон жертвы, с которым вы, вероятно, уже подсознательно сталкивались в том или ином важном

измерении своей жизни. Закон жертвы действует каждый раз, когда другие узнают лучший путь благодаря нашим страданиям. Но дар при этом заключается не в наших страданиях. Дар – наше исцеление. Духовное развитие и исцеление – это, в сущности, одно и то же. Своими страданиями *и* исцелением мы просветляем человечество в целом. Наша личная трагедия, если смотреть на нее с этой точки зрения, может быть осмыслена более глубоко – как вклад в исцеление всей планеты, с которым оказывается связанным и наше личное исцеление.

Чего же это исцеление требует от нас? Прежде всего, готовности открыться мировоззрению, которое включает субъективные и научно «недоказуемые» истины сердца и души. Исцеление приходит через изменение сознания, изменение души, прощение других людей, прощение себя, принятие Жизни и Бога. Исцеление приходит, когда мы отказываемся от своих представлений о том, какими наши жизненные условия *должны* быть, и готовы принять, а в последствии и ценить все таким, каково оно *есть*.

Приняв идею о том, что любая беда может быть путем к исцелению, мы способны сохранять глубокое доверие к жизни даже в самые отчаянные времена. Мы сможем поверить не только в то, что боль пройдет, но и в то, что у наших страданий есть смысл, цель и предназначение. Именно потому, что я верю в ваше исцеление, в свое исцеление и исцеление всего человечества, частицей которого является каждый из нас, я предлагаю вам в этой книге свои ответы на те самые трудные вопросы жизни: почему это произошло? Почему именно со мной? Почему именно сейчас?

## Глава первая. Почему это произошло именно со мной?

Джоанна в напряжении лежала на кушетке мануального терапевта и смотрела, как над ней на сквозняке из открытого окна лениво кружится мобиль. Я уже успела немного узнать эту молодую женщину, которая, прихрамывая, пришла в кабинет на костылях, обеспокоенная тем, что «отек лодыжки после вывиха слишком долго не спадает». Теперь я сидела у нее в ногах, аккуратно дотронувшись средними пальцами до обеих сторон посиневшей щиколотки.

Это входило в мои обязанности помощницы мануального терапевта, которой я стала в обмен на лечение травмы колена, не поддающейся средствам традиционной медицины. У терапевта, известной в округе своим необычайным целительным даром, были очень разные клиенты, и она использовала разные подходы для расширения своих профессиональных навыков: работа с энергией, кристаллы и визуализацию. Работа с ней стала для меня возможностью больше узнать о нетрадиционной медицине, и именно под ее руководством я сейчас «работала с энергией» Джоанны.

Мои пальцы медленно перемещались по ряду парных точек, которые врач нанесла фломастером по обе стороны лодыжки и стопы Джоанны. Моя задача состояла в том, чтобы нащупать два пульса средними пальцами и удерживать пальцы в этом положении до тех пор, пока ритм и сила пульса не синхронизируются. Эту технику мы использовали для снятия мышечных спазмов, но она также помогала облегчить застой крови и воспаление, вызванные травмой. Иногда пульс пациента выравнивался быстро, а иногда упрямялся. Скорость достижения синхронизации зачастую была связана с психологическим состоянием пациента, и так как пульс Джоанны не спешил уравниваться, я решила расспросить о ее травме.

– Так как это произошло? – спросила я.

Она откинула голову назад и раздраженно вздохнула.

– Ох, это было так *глупо!* Я просто шла по кухне. На мне были кроссовки, и нога возьми и прилипни к полу, пока сама я продолжала идти. В результате мне еще восемь недель ходить на костылях, – пожаловалась она и прерывающимся голосом добавила: – Я *ничего* не могу делать.

– Тяжело, когда жизнь вот так нас тормозит, – посочувствовала я, думая о том, что моя собственная травма колена научила меня бездействию. Под моими пальцами пульс Джоанны все еще отказывался синхронизироваться.

– Чем бы вы сейчас занимались, если бы этого не произошло? – поинтересовалась я.

– О, как правило, ничем особенно важным. Просто все это так не вовремя, – ее голос снова сорвался.

– Хуже, чем в любой другой момент?

Пауза. Она смахнула слезы рукой.

– Да, хуже. Худшего момента просто придумать было нельзя.

Я подождала, подала ей салфетку, так как теперь она откровенно рыдала, а затем продолжила свою работу. Через минуту она продолжила:

– У моей мамы рак. Она *умирает*. Она сейчас дома, потому что сама так захотела. Мы думали, что справимся с помощью приходящих медсестер, но теперь...

Я переместила пальцы на другую пару отметок и спросила:

– Больше никто не может помочь?

– Конечно, есть отец. Но они с мамой никогда не ладили.

– Они ругаются? – спросила я напрямик. Джоанна помедлила лишь долю секунды.

– Нет, не совсем. Скорее у них один из тех старомодных браков, в которых муж работает, жена хлопочет по хозяйству, а он этого не замечает. Мне кажется, мама, наконец, устала от того, что ее не ценят, и ее чувства к отцу как ножом отрезало. Такое ощущение, что они оба живут в разных измерениях, не соприкасаясь друг с другом ни физически, ни эмоционально.

Я снова передвинула пальцы.

– Как ведет себя ваш отец с тех пор, как мама заболела?

Долгая пауза. Затем с некоторой неохотой Джоанна ответила:

– Он помогает. То есть он действительно о ней заботится, постоянно спрашивает, что ей нужно и чего бы ей хотелось. Пытается сделать так, чтобы ей было комфортно.

– А как реагирует мама?

– Очень долго она вообще отказывалась его о чем-то просить. Они из тех пар, которые, знаете ли, не разговаривают друг с другом. Они общаются со всеми остальными, но только не друг с другом. Я постоянно слышу: «Скажи матери...» или «Передай отцу...», хотя при этом они находятся *в одной комнате*. Это ужасно.

Джоанна взяла себя в руки и поведала мне историю холодной войны, которую ее родители вели несколько десятилетий.

– Когда мама узнала, что у нее рак, она снова заговорила с отцом. Это было в больнице, и я была рядом. Она посмотрела прямо на него и сказала: «Рэй, я умираю». Он заплакал и попросил: «Позволь мне помочь тебе». А она ответила: «Нет. Джоанна обо мне позаботится». Я так и сделала. Я заботилась о ней, – она указала на ногу и снова заплакала, – а теперь не могу.

– Не можете, – подтвердила я, – но ваш отец может. Возможно, в этом все дело. Послушайте, Джоанна, – сказала я, коснувшись мобиля, который кружился у нее над головой, – представьте, что этот мобиль символизирует вашу семью. Каждый член семьи занимает отведенное ему место, поддерживая хрупкое равновесие. Болезнь вашей матери подобна порыву ветра, который резко налетел и изменил ситуацию.

Я сильно подула на мобиль, и он зазвенел в ответ.

– Однако в целом равновесие сохранилось бы, если бы не...

Я потянулась вверх и отцепила одну из фигурок с мобиля. После этого вся структура наклонилась в сторону.

– Вот что произошло с вашей семьей. Ваша травма удалила вас с привычного места, которое вы занимали между родителями, и эти два упрямыца вынуждены иметь дело непосредственно друг с другом. И сдастся мне, это благословение.

Перекошенный мобиль продолжал кружиться, и Джоанна, наконец, глубоко вздохнула и сказала:



– Наверное, все эти годы я винила отца. Всегда занимала ее сторону. Но я видела, как мама отталкивала его, когда он пытался помочь в больнице, а затем дома. Она не принимала ничего, что он делал. А он все равно не сдавался. Я была поражена. Наконец, она немного оттаяла. Теперь, когда я прихожу в гости, папа ждет нас обоих, подшучивает над нами и даже смешит маму. А когда мы с ним остаемся наедине, он говорит: «Ты же знаешь, что я люблю маму. Я всегда ее любил». А я отвечаю: «Скажи об этом ей!» И он отвечает: «Я пытаюсь. Пытаюсь».

Пульс у меня под пальцами начал синхронизироваться. К тому моменту, когда я закончила, отек заметно уменьшился. Ток крови и энергии улучшился, но Джоанна, кажется, этого не замечала.

– Так мне не нужно мучиться из-за того, что я не могу ей помочь? Знаете, я в глубине души догадывалась, что это только к лучшему, что папа теперь сам все делает, а я оказалась на скамье запасных. Но меня так мучает совесть.

– У вас была привычная, близкая вам роль, и отказ от нее дается тяжело. В конце концов, неспроста мы даже членов семьи называем своими «близкими», то есть родными, привычными. Насколько я понимаю, лишь нечто столь радикальное, как эта травма, способно отстранить вас от этой роли и вытащить вас из привычного сценария жизни.

Когда я подавала Джоанне костыли, мы обе улыбались.

Если бы Джоанна не поняла свою устоявшуюся роль преграды между родителями, она бы мучилась угрызениями совести из-за того, что не в силах сдержать обещание, данное матери. Исцеление пришло к Джоанне, когда она смогла как бы со стороны посмотреть на отношения родителей и поняла, что ее роль в семье – роль сторонницы и утешительницы матери – лишь способствовала продолжению ссор между супругами. Их примирение освободило ее от неприемлемой степени ответственности за счастье матери, ответственности, которую она могла бы продолжать нести в течение долгого времени после смерти матери.

Через исцеление прошел и ее отец. Подозреваю, что еще до болезни мать Джоанны ежедневно наказывала мужа за какой-то давний проступок. Их взаимодействие настолько выкристаллизовалось в привычный шаблон, что они оба оказались в темнице своего многолетнего стереотипного поведения. Когда кризис, связанный с болезнью матери, наложился на кризис травмы самой Джоанны, ее отец продолжал попытки освободиться от своей безразличной роли и предлагал жене свою любовь снова и снова, пока она не приняла ее. Благодаря этому отец Джоанны вышел из деструктивного сценария и исцелился, а его отношения с женой, наконец, стали налаживаться.

Когда Джоанна вернулась к нам через два месяца для последнего обследования, она отвела меня в сторону и рассказала, что ее мать скончалась дома несколько недель назад.

– Это было прекрасно. Мы все были рядом. Мой муж. Мои мальчики. Но в самом конце она хотела побыть наедине с папой. Вы представляете? С человеком, с которым она все эти годы даже не разговаривала! Мы ждали в гостиной, пока папа наконец не вернулся. Он сказал: «Она скончалась. Но все хорошо. Она знала, что я любил ее».

Глотая слезы и будучи не в силах вымолвить больше ни слова, Джоанна сжала мою руку, а затем развернулась и быстро вышла из кабинета.

## Исцеление, выходящее за рамки физического

Что такое исцеление? Исцеляется ли только тот, кто болен физически, когда облегчается или излечивается его заболевание? Или все-таки возможно, что через исцеление прошли не только Джоанна и ее отец, но и ее мать? Смогла ли женщина исцелиться, простив своего мужа и раскрыв свое сердце любви, даже если она потеряла свое физическое тело при смерти?

В этой книге мы рассмотрим, каким образом меняется вся наша сущность, как физическая, так и нефизическая, благодаря каждому положительному изменению в нашем сознании. Это будет эзотерический взгляд на эволюцию, поскольку он распространяется на все человечество. Если взглянуть на случай с матерью Джоанны с этой точки зрения, становится возможным расширенное понимание ее смерти. И сама Джоанна, похоже, интуитивно смогла это постичь. Исцеление матери великой любовью было значительно важнее ее физической смерти, какой бы болезненной ни была эта утрата. Трансформация умирающей женщины позволила также расширить сознание ее мужа и дочери.

Многие жизненные трудности, при взгляде на них с эзотерической точки зрения, открывают возможности глубокого исцеления, подобного тому, что имело место в описанном выше примере. И сейчас стоит предложить несколько радикальное, новое определение исцеления, которое признает существование более тонких, более глубоких и более важных уровней, на которых происходит исцеление, по сравнению с физическим. Это новое определение состоит из шести основных тезисов:

1. Глубокое исцеление всегда сопровождается изменениями в душе человека и, как следствие, расширением его сознания.

2. Избавление от физического заболевания или недуга вовсе не означает, что произошло глубокое исцеление души.

3. Продолжение физического заболевания или недуга и даже смерть больного вовсе не означают, что *не* произошло исцеления души.

4. Чем сильнее эмоциональная травма, тем больше возможностей для исцеления души она создает.

5. Чем сильнее искажение в системе убеждений, тем сильнее будет эффект от исцеления, если устранить это искажение.

6. Исцеление одного человека способствует исцелению человечества, а исцеление человечества способствует исцелению всей планеты.

Мы можем принять это определение исцеления из шести тезисов, когда то, что мы называем личной трагедией, рассматривается в более широком контексте, включающем прошлое, настоящее и будущее, всех родственников человека и его друзей, общество в целом и, в конечном итоге, все человечество. Такой подход также заставляет нас признать, что нефизические стороны нашей личности – ее эмоциональная и психическая сфера – порой даже больше нуждаются в исцелении, чем наше физическое тело.

## Эзотерический взгляд на мир и человека

Следующее далее обсуждение тонких тел человека, феномена смерти и жизни души будет пространным и сложным, потому что краткое введение может вызвать недопонимание и путаницу. Тем не менее представление об этих иных уровнях бытия и их взаимодействии с физическим планом очень важно для более полного понимания природы обрушивающихся на нас несчастий и способов исцеления – главных тем этой книги. Читая следующие несколько страниц, не волнуйтесь, если некоторые понятия покажутся вам сложными и туманными. Эта информация все равно поможет вам понять наше место во Вселенной и наш внутренний мир, мир души.

Необходимо начать с признания, что каждый человек представляет собой нечто большее, чем просто физическое тело. Человеческая аура или «жизненная энергия», в которой мы пребываем во время нашей земной жизни, включает несколько измерений (или планов) реальности, восприятие которых недоступно нашим пяти чувствам. Физическое тело связано с еще более тонкими телами, которые проникают в него и друг в друга и состоят из более тонких материй. Это так называемое эфирное тело, проникающее в физическое тело, представляющее собой его энергетическую копию и состоящее из вибрирующих полос света; астральное тело (или тело эмоций), состоящее из материи астрального плана Вселенной и переливающееся различными цветами и вспышками света по мере того, как эта непостоянная субстанция реагирует на наши меняющиеся эмоции и отражает их; и наше ментальное тело, состоящее из материи двух уровней: ментальной материи низшего типа, оживляемой новыми знаниями и окрашиваемой эмоциями, и ментальной материи высшего типа, представляющей собой сферу чистого разума, мудрости и понимания, – уровень, на котором живет душа. В человеческой ауре средоточием души является область у основания грудины, у вилочковой железы, но существует она в чрезвычайно тонкой материи высшего ментального уровня энергетического поля человека. Она служит мостом сознания между физическим планом бытия и мировым Духом – Силой, сотворившей наш мир.

В процессе развития каждый из нас сначала должен овладеть физическим телом. Затем необходимо обуздать эмоции, дисциплинировав их. В конце концов мы постепенно избавляемся от обусловленной эмоциями и страстями материи низшего ментального тела и можем сосредоточиться на высшем ментальном уровне. По мере развития высшего ментального тела с помощью этой концентрации развивается и наша способность установить сознательный контакт с нашей душой и высшим Планом нашей жизни.

Когда приходит то, что мы называем смертью, нить, связывающая душу с физическим телом, разрывается. Когда душа покидает физическое тело, служившее ей пристанищем на физическом плане, она забирает с собой объединяющую силу, которая в течение жизни предотвращала распад физического тела и отделение тонких тел от физического. Эфирное тело начинает отделяться от более плотного физического тела, и тонкая эфирная материя постепенно уходит. Сторонние наблюдатели часто отмечают некую полупрозрачность на лице только что упокоившегося человека, свечение вокруг тела и чувство умиротворения в помещении, где он находится – и все потому, что окружающее пространство наполняется этой тонкой энергией, когда она освобождается от плотного физического тела. Этот эфирный компонент, как правило, рассеивается в течение одного – трех дней после разрыва энергетической нити, которую также называют «серебряной нитью».

Точно так же, как при естественном ходе вещей физическая материя, составлявшая физическое тело человека, после его смерти постепенно рассеивается в физическом мире, астральная материя и низшая и высшая ментальная материя, из которых состояли более тонкие тела человека, после его смерти становятся частью соответствующих планов Вселенной. Все,

что было накоплено благодаря опыту только что завершившейся земной жизни, поглощается соответствующим тонким планом. Материя эмоциональной природы поглощается астральным планом, а приобретенные знания и мудрость переходят в низший и высший ментальные планы. Все приобретенное человеком в течение жизни пожинается его душой в конце жизни, поэтому развитие, совершенствование и очищение тонких тел можно считать основной целью эфемерного существования человека на земном плане. *Это наш вклад в эволюцию Вселенной.*

Ясновидящие, обладающие способностью воспринимать более тонкие состояния материи, говорят, что по мере того, как мы становимся мудрее и снисходительнее к другим людям, по мере нашего освобождения от иллюзий и эгоистичных желаний наши тонкие тела очищаются, укрепляются и растут, а наша внутренняя жизнь становится более богатой и насыщенной. Как правило, подобный рост сопровождается борьбой с теми ограничениями, которые накладывает на нас жизнь в плотном физическом теле на земном плане.

Некоторые примеры такой борьбы и ее воздействия на наши тонкие тела, а, следовательно, и на наше высшее Я, будут приведены в этой книге. Мы увидим, как именно сложные жизненные условия и ситуации позволяют нам привести свою жизнь в гармонию с центром нашего существа – нашей душой, и как это, в свою очередь, в конечном итоге позволяет нашей душе, прошедшей через *самовыражение в материю, жизненный опыт и расширение сознания*, вернуться к ее истоку, Духу.

## Несчастье как катализатор перемен

Даррен был ассистентом продюсера на телевидении, много работал и жил в бешеном темпе, пока в двадцать один год у него не обнаружили вирус иммунодефицита человека (ВИЧ). История Даррена, рассказанная ниже им самим, ярко показывает, как страдания могут привести к исцелению человеческой души и помочь человеку познать свое высшее Я, свою душу.

Мне поставили диагноз два года назад после того, как я сильно похудел и у меня начался стоматит. Хотя симптомы были довольно очевидными, новость повергла меня в шок. В моем кругу общения с ВИЧ никто никогда не сталкивался. Мы все считали, что с нами такого не произойдет. Я был первым.

Мне прописали зидовудин, и с тех пор я, как правило, неплохо себя чувствую. Я быстро устаю и дважды лежал в больнице, но в целом я способен сам о себе заботиться. Однако мне пришлось кардинально изменить свой образ жизни. Раньше меня интересовало только одно: где сегодня будет вечеринка. Что-нибудь постоянно где-нибудь происходило, и приходилось нестись со всех ног, чтобы всюду успеть и ничего не пропустить. Много наркотиков, всякие модные синтетические вещества, *очень много* алкоголя. Но когда я впервые оказался в больнице, меня пришел навестить парень по имени Роджер, которого я даже не знал. Ему поставили тот же диагноз четыре года назад. Он сказал, что поможет мне всем, чем сможет, а если не сможет, то найдутся другие люди, которые смогут помочь.

И с этого начались огромные перемены в моей жизни. Когда зидовудин начал действовать, и я почувствовал себя лучше, я не стал возвращаться к сумасшедшей жизни. Роджер знакомил меня с другими людьми, такими же, как я, как мы – то есть с тем, кому поставили тот же диагноз. И мы просто проводили время вместе. Мы *разговаривали* друг с другом; мы смотрели друг другу в глаза и спрашивали: «Как у тебя сегодня дела?» А затем мы *слушали* ответ. И в этом общении я неожиданно обрел то, что так долго искал, обрел среди этих людей, и я знал, что они разделяют это чувство. Кто-то из них был очень болен, от кого-то отвернулись родные, у кого-то не было денег, а кому-то просто было очень страшно. Но все знали, что мы делаем друг для друга все возможное, и никто не останется наедине с болезнью.

Мы открыли в городе центр для людей, больных СПИДом, которым больше некуда пойти. И *все*, что там есть, нам пожертвовали. Люди до сих пор приходят к нам и говорят: «Вот, возьмите».

Прозвучало бы нелепо, скажи я, что благодарен за свою болезнь, но в каком-то смысле так и есть. Она научила меня жить по-настоящему. И не только меня, но и моих родных. В моей семье все состояние сосредоточено в руках бабушки. Она у нас настоящая глава семьи. Она всегда критиковала моих друзей и мой образ жизни. Более того, она обвиняла меня в том, что я *пытался* заболеть СПИДом. А когда она узнала о моем диагнозе, она рвала и метала. Ее волновало лишь то, что скажут об этом люди. Но когда я лежал в больнице последний раз, она пришла меня навестить и сказала, что я могу переехать в ее гостевой домик, а она будет для меня готовить. И она готовит – и для меня, и для моих друзей, которые остаются у меня, если им очень плохо или когда в приюте для больных СПИДом нет мест. Она пожертвовала немало средств приюту и другим пациентам. Она очень сильно изменилась. Иногда

мне кажется, что в этом и есть смысл этой болезни. Она меняет каждого, делая каждого человека более любящим, щедрым и терпимым.

Обратите внимание: бабушка обвиняла Даррена в том, что он вел себя так, будто хотел заболеть СПИДом. Когда же он действительно заболел, этот беззаботный юный гедонист совершенно естественно изменил образ жизни и стал помогать другим. Когда я беседовала с Дарреном, у меня создалось впечатление, что он оставил свой былой образ жизни не с сожалением, а с облегчением, с ощущением, что он наконец сможет воссоединиться со своим высшим Я и следовать своему предназначению. Разумеется, так реагируют не все заболевшие СПИДом, однако эта реакция достаточно распространена и позволяет предположить, что для многих заболевших недуг стал ключом и катализатором перемен, позволившим через собственные страдания оказывать помощь и поддержку каждому, с кем сводила их жизнь. Возможно, для многих жертв СПИДа эта высшая цель и есть их истинное предназначение в этом теле в этой жизни.

## Чему нас учит СПИД

В наше время эпидемия СПИДа в той или иной степени затронула жизнь каждого из нас. И все же, несмотря на весь трагизм ситуации, это заболевание нас исцеляет, как мудро отметил Даррен. Ни одна эпидемия в истории не сочетала в себе все те факторы, которые характерны для СПИДа: большая продолжительность болезни; большинство жертв – молодые социально активные люди; возникающие у многих ассоциации этой болезни с гомосексуальными мужчинами; половые контакты как самый распространенный способ передачи вируса. Все эти факторы, вместе взятые, привели к перевороту в личном и общественном сознании, поведении и ценностях. В результате все человечество меняется в нескольких направлениях.

Подобно образованию алмаза из угля, трансформация человека, как правило, требует достаточно долгого времени и достаточно сильного давления. Это заболевание дает многим своим жертвам и то, и другое, способствуя переоценке ценностей, как было с Дарреном. Его эгоистичное существование, состоявшее в прожигании жизни и поиске новых удовольствий, превратилось благодаря давлению болезни и влиянию примера Роджера в такую жизнь, основным содержанием которой стала помощь другим людям, служение им. Так жизнь Даррена, как и жизнь Роджера, стала примером действия высших законов в нашем мире.

Кто может сказать наверняка, где заканчивается эффект домино, вызванный СПИДом? В конце концов, это заболевание не требует изоляции больных. Большинство его жертв находятся в самом расцвете лет, когда еще живы их родители, и сами они окружены большим количеством друзей и знакомых. Заболевание каждого пациента, любая его *трансформация* воздействует на множество других людей. Переживания бабушки Даррена, связанные тем, что внук получил двойное клеймо – гомосексуальности и неизлечимой болезни, характерны для многих из тех, кто знаком с человеком, больным СПИДом, или заботился о таком человеке. Зачастую это становится испытанием их ценностей, приоритетов и мужества перед лицом общественного порицания. Тот факт, что эта властная дама выбрала путь любви и помощи своему внуку и другим жертвам болезни вместо того, чтобы отвернуться от него из гордости и страха осуждения, – перевоплощение столь же чудесное, как и то, которое пережил сам Даррен.

Стоит также отметить, что возникающие у многих ассоциации СПИДа с мужчинами-гомосексуалистами, группой, которая широко подвергается издевкам и унижению, придают ситуации особую пикантность. Только подумайте, сколь глубокую любовь и заботу гей-сообщество предлагает тем своим членам, которые заболели и теперь умирают. Эта забота и сострадание распространяются и на гетеросексуальных жертв СПИДа и их семьи. Гей-сообщество Соединенных Штатов, невзирая на сильнейшее общественное давление, продолжает оказывать любую посильную помощь жертвам СПИДа, чтобы никому из них не пришлось умирать в одиночестве. Их группы поддержки и сети услуг для больных и их близких, достоинство и смелость, демонстрируемые перед лицом столь страшной болезни и смерти, потрясающая способность сохранять открытость и любовь – все это стало примером для подражания и источником вдохновения для медиков, родственников и друзей, а также для общества в целом.

Независимо от того, есть ли среди наших знакомых человек с таким заболеванием, СПИД оказывает влияние на каждого из нас – на наши сексуальные предпочтения, а зачастую и на отношение к половой жизни в целом. Те из нас, кто помнит пятидесятые, шестидесятые и семидесятые годы XX века, видят, насколько радикально изменилось сексуальное поведение и нравы в Америке всего за одно поколение. На смену доминировавшей ранее идее провести всю жизнь с одним партнером неожиданно пришла концепция сексуальной свободы и сексуальных экспериментов, что совпало с появлением доступных противозачаточных средств, которые *никоим образом не мешают половому акту*, и со всеобщей социальной революцией. Случай-

ные сексуальные связи между партнерами, не связанными никакими обязательствами, внезапно перестали сопровождаться какими-либо серьезными негативными последствиями. Так называемая свободная любовь стала не просто допустимой: она была способом доказать, что мы не сексуально парализованные пуритане. Едва познакомившись, люди сливались в половом акте независимо от того, способны ли они смотреть друг другу в глаза, а не просто бросать томные соблазнительные взгляды. Зачастую подобные связи требовали большого количества алкоголя и других наркотиков, которые помогали преодолеть сомнения и комплексы.

Мы старались изо всех сил, но для некоторых из нас, как женщин, так и мужчин, случайный секс без обязательств на самом деле не был случайностью. Возможно, именно благодаря СПИДу мы начали осознавать, что он и не должен таким быть.

Когда два человека без принуждения занимаются сексом, сливаются все их тела. Их физические и эфирные тела, их астральные (эмоциональные) тела, их ментальные тела – все они сплетаются друг с другом. Форма сердца, традиционно ассоциируемая с любовью, на самом деле изображает перекрывающиеся, сливающиеся ауры или яйцеобразные энергетические поля двух возлюбленных. Независимо от того, связана ли пара любовью, во время занятия сексом происходит подобное слияние энергетических полей. Более того, эзотерика учит нас, что во время полового акта человек открывает партнеру свою душу – свою самую сокровенную часть, связанную с Богом. Поэтому в результате таких контактов и существует риск нанесения физического ущерба, если партнеры не заботятся о благополучии друг друга. Если для одного человека в паре характерно негативное, враждебное или безразличное отношение к партнеру или желание использовать его, возникает травма на энергетическом уровне.

Хочу подчеркнуть, что, хотя желание мужчин использовать женщин и причиняемый этим ущерб женской самооценке широко известны, гораздо реже люди готовы признать, что женщины могут в равной степени использовать мужчин. Среди негативных импульсов, которые движут женщиной до и во время полового акта, могут быть материальная заинтересованность, желание почувствовать себя сильной благодаря способности привлечь мужчину или потребность подчинить мужчину своей воле. Если в отношениях присутствует мотив такого рода, мужчины получают травму. И, разумеется, подобные ситуации могут возникать в однополых отношениях. Часто, когда между сексуальными партнерами не существует настоящей любви и заботы, они оба действуют из побуждений, которые в той или иной степени можно отнести к негативным. И в результате они оба страдают.

Сегодня страх заразиться СПИДом стал мощным сдерживающим фактором для случайного секса. Он препятствует поддержанию отношений с несколькими партнерами одновременно. Призрак СПИДа все чаще и чаще заставляет потенциальных любовников задаваться вопросами: «Как хорошо я знаю этого человека? Насколько я ему доверяю?» А использование презерватива, столь необходимого сегодня для защиты обоих партнеров, создает особенно неловкую паузу в страстном слиянии любовников, которые занимаются сексом впервые или без обязательств. Этот мимолетный момент истины в порыве чувств позволяет более глубоким чувствам одержать верх над физическими ощущениями.

Таким образом, кризис, связанный с распространением СПИДа, позволяет нам действовать более осознанно и задумываться над причинами своих поступков, а значит, в конечном счете, расширяется наше самосознание. Сегодня у нас есть достаточная свобода, чтобы искать собственный путь в жизни, в то время как угроза СПИДа заставляет нас вести себя ответственно по отношению к своей жизни и жизни тех, с кем мы заводим отношения.

История Джоанны и ее родителей отлично иллюстрирует первые три положения радикального определения исцеления, о котором мы говорили:

1. Глубокое исцеление всегда сопровождается изменениями в душе человека и, как следствие, расширением его сознания.



2. Избавление от физического заболевания или недуга вовсе не означает, что произошло глубокое исцеление души.

3. Продолжение физического заболевания или недуга и даже смерть больного вовсе не означают, что *не* произошло исцеления души.

История Даррена и общее обсуждение социальных последствий эпидемии СПИДа помогают прояснить четвертое и пятое положения:

4. Чем сильнее эмоциональная травма, тем больше возможностей для исцеления души она создает.

5. Чем сильнее искажение в системе убеждений, тем сильнее будет эффект от исцеления, если устранить это искажение.

Теперь обдумайте шестое положение:

6. Исцеление одного человека способствует исцелению человечества, а исцеление человечества способствует исцелению всей планеты.

Держите его в голове, читая следующий раздел.

## СПИД с планетарной точки зрения

Когда всей планете угрожает такое заболевание, как СПИД, один из способов понять происходящее – учесть действующие астрологические силы, особенно влияние тех внешних планет, чьи циклы замедленны и воздействуют на массовое сознание. С астрологической точки зрения, Плутон, самая медленно движущаяся планета из всех известных нам в Солнечной системе, вошел в созвездие Скорпиона (знак, которым он управляет) в конце 1983 года. В то время эпидемическую угрозу СПИДа начали признавать по всему миру. Для большинства людей, занимающихся астрологией, было очевидно, что СПИД стал очень характерным проявлением «Плутона в Скорпионе», неумолимой силы преобразования. Плутон, названный в честь повелителя загробного мира, связан с тайнами, половыми органами, заболеваниями половых органов, уничтожением и смертью. Эта планета связана с психотерапией, концом и новым началом, трансформацией и перерождением. Сила Плутона, как считается в астрологии, постоянно стремится раскрыть то, что таится в сердце отдельного человека или в культуре в целом – стремится вытащить это на свет. Она способна исцелить душу человека и изменить сознание общества. Однако сам процесс, с помощью которого она достигает своей цели, может быть очень болезненным.

Скорпион – знак, связанный с желаниями самого разного рода, но особенно с сексуальным желанием и желанием исправить себя и окружающих. Очевидно, что концентрированная энергия Плутона в Скорпионе создает силу, с которой стоит считаться.

Желание, секс, смерть и секреты. Обличение, уничтожение, преобразование, восстановление. Вот какие могущественные силы нарушают наш покой, врываются в нашу жизнь, разрушают нашу защиту. Некоторые говорят, что СПИДом больна вся наша планета, и это относится не только к всемирному характеру эпидемии. Это означает, что все мы замешаны в этом и все мы связаны; что каждый из нас болен и все мы нуждаемся в исцелении; что мы не умеем жить, не умеем любить и не умеем умирать. Но мы учимся, и СПИД стал нашим могущественным учителем.

СПИД вынуждает всех нас более осознанно относиться к смерти и процессу умирания. В течение жизни мы сталкиваемся со смертью друзей, родных, любимых знаменитостей. При этом от нас требуется открыто принять уход другого человека и от всего сердца принять в нем участие. Когда мы помогаем человеку, заболевшему СПИДом, мы сами получаем помощь и открываем для себя, что на интуитивном уровне мы уже умеем утешать и заботиться о других. Несколько человек признались мне, что научились следовать интуиции во время ухода за близким человеком, заболевшим СПИДом; что ближе к концу они просто лежали рядом с больным, обнимая и успокаивая его (иногда словами, а иногда что-то напевая). С приближением смерти близкого человека они уже способны были нежно утешать его, уговаривать, что можно отпустить все, что было дорого человеку в жизни, или идти навстречу свету. Подобные действия зачастую помогают упростить спокойный переход для умирающего пациента, а также приносят утешение всем, кто был рядом с ним в момент смерти. Одну молодую женщину, умиравшую от СПИДа, каждый вечер навещали друзья, которые очень сблизились с ней в период ее болезни. Друг очень аккуратно массировал ей ноги, пока его жена читала ей стихи и пела песни. Однажды вечером женщина впала в кому. К ней пришла ее мать, обняла ее и сказала, что если ей пора уходить, и она готова, они все помогут ей, мысленно поднимая ее из ее тела. Затем подошел ее отец и сказал, что любит ее. Через пятнадцать минут ее не стало. Я была на прекрасной поминальной службе, устроенной в честь этой женщины, и ее кончина несомненно стала источником просветления для всех, кто был рядом с ней при жизни. Личное прощание перед смертью помогло всем пересмотреть свой взгляд на смерть. В результате ушел страх, а на его место пришли принятие, покой и даже в некотором смысле ощущение чуда.

Все человечество и, более того, вся планета проходит через обряд посвящения в сексе, смерти и возрождении – посвящения, которое требует от нас пересмотра своего отношения и поведения в этих столь важных областях жизни.

## Несчастья с точки зрения души

Даррен изменился благодаря болезни, которая стремится изменить нас всех. Должны ли мы жалеть его или восхищаться им? У нас возникает искушение сосредоточиться на трагических аспектах его болезни. Но душа, стремящаяся понять, простить и полюбить, признает триумф Даррена и его жертву.

Или возьмите Джоанну, которая была вынуждена отойти в сторону, когда ее вечно ссорящиеся родители столкнулись со смертельным диагнозом матери. Был ли тот вывих лодыжки жестокой шуткой судьбы или даром ее высшего Я, позволившим ее матери принять любовь мужа и открыться ей перед смертью?

Везде, где мы видим несчастье, душа видит возможность исцеления, расширения сознания и просветления. Я поняла это после того, как моя подруга, пассивно лежа на кушетке во время оздоровительного сеанса со мной, испытала осознанный переход в область бытия, отличную от физического мира. Перед ней сидело создание в белых одеяниях, и она сразу же поняла, что это проводник. Он тепло приветствовал ее и согласился ответить на вопросы. У нее самой были проблемы со здоровьем, а ее сестре поставили смертельный диагноз, и она спросила, будут ли еще страдания в ее жизни. Проводник спокойно ответил: «Разумеется, дорогая моя. Они необходимы. Они – молот, выковывающий тебя».

После сеанса мы обсуждали произошедшее, и ответ проводника произвел глубочайшее впечатление на нас обеих. «Молот, выковывающий тебя». Я представила себе стейк из морского ушка, мясо которого отбивают до тех пор, пока оно не станет нежным и сладким, или металл, который становится прочнее после каждого обжига в печи и ударов на наковальне. Быть может, каждый из нас становится слаще и нежнее, а также сильнее после каждого несчастья? И что именно говорят о нас как о личностях те испытания, которым мы подвергаемся?

Карл Юнг заметил, что «жизнь индивида характеризует его как человека». Наши дилеммы, сложности и проблемы, а также *то, как мы на них реагируем и как с ними справляемся*, – все это определяет, кто мы есть, зачем мы здесь и чего мы пытаемся добиться, существуя на земном плане. Мы слишком часто судим о другом человеке по его положению, обеспеченности и внешним признакам материального благосостояния, но душа дает нам намеки на наш характер, ставя перед нами определенные задачи и создавая трудности в нашей жизни. Мы ошибочно полагаем, что наша цель – счастье, комфорт, благополучие, безопасность и положение в обществе, но у души совсем иные планы. Она ни в грош не ставит страдания нашей личности и заботится лишь о совершенствовании, укреплении и очищении человека, чтобы его личность могла достойно служить целям, стоящим перед его душой и его высшим Я. Каждый раз задавая вопрос «Почему это происходит со мной?», необходимо помнить, что наше счастье, комфорт, благополучие, безопасность и положение в обществе не очищают нас, не делают нас более сильными или более совершенными.

В отличие от горячейковки.

## Глава вторая. Что пытается сказать мне мое тело?

Гари, еще один из пациентов мануального терапевта, был заядлым бодибилдером с дружелюбной щенячьей улыбкой, никак не вяжущейся с его накачанными мышцами, от которых веяло какой-то агрессией. Он обратился к нам за помощью из-за необъяснимой регулярно возникающей боли в колене, которая мешала ему заниматься спортом и, в частности, силовыми тренировками. Гари пожаловался, что боль не уменьшилась, хотя он больше недели не напрягал колено.

– Я хочу его вылечить, – твердо заявил он, лежа на кушетке. Мы разговаривали, пока я пыталась снять мышечные спазмы у него в шее и плечах, ожидая врача. Я знала, что всегда стоит выяснить, чем бы человек занимался, если бы не боль. Ответ часто содержит подсказки, почему организм сорвался или взбунтовался.

Как правило, Гари посещал несколько лекций по управлению гостиничным и ресторанным бизнесом в муниципальном колледже, затем два часа проводил в спортзале, а вечером работал барменом в популярном ресторане на пляже. По выходным он выполнял работы по техническому обслуживанию и ремонту дома, в котором снимал квартиру, получая в обмен скидку на арендную плату. Потом он либо катался на роликах на набережной, либо занимался в спортзале, после чего шел на работу. А в промежутках между всеми этими занятиями он поддерживал отношения со своей девушкой.

Мне хотелось узнать подробнее об этом невероятном цикле постоянной деятельности, но мой первый вопрос был таким:

– Вы любите свою работу?

Я много лет занималась терапией зависимостей, поэтому всегда интересовалась, какую роль алкоголь играет в жизни человека.

– Барменом? Нормальная работа, – ответил он. – Я хочу когда-нибудь открыть собственный ресторан, так что опыт мне не помешает. Только неприятно смотреть, как люди слишком много пьют и слишком много курят. Набивают свой организм мусором, но живут как ни в чем не бывало. Я же забочусь о своем, и смотрите, что произошло!

– Не знаю, Гари, – сказала ему я, – с вашим графиком это все равно, что иметь автомобиль и проезжать на нем тысячу километров каждый день.

– Я просто не люблю сидеть без дела, – начал оправдываться он, – и я не пью и не курю, как все остальные. Я тружусь изо всех сил, чтобы оставаться здоровым. Со мной не должно было этого случиться.

Он с раздражением показал на колено.

– А в вашей семье все так серьезно относятся к своему здоровью? – поинтересовалась я.

– Я бы так не сказал, – в голосе Гари звучала горькая ирония. – Отец много пил, это его и погубило. А брат изо всех сил старается пойти по стопам отца.

– А мама?

– О, мама у меня чудесная. Она сейчас живет в Колорадо, учится на мануального терапевта, – улыбнулся он. – Это она посоветовала мне сюда прийти.

Было ощущение, будто он хочет объясниться.

– Понимаете, мама много лет жила в настоящем аду. После смерти отца осталось немного денег, она их взяла и уехала. Мне кажется, это здорово. В каком-то смысле мне бы хотелось сделать то же самое, но кому-то надо было приглядывать за братом. Мы с ним близнецы. Не однойцевые, но близнецы...

Он замолчал. Чувство ответственности боролось в нем с жадной свободой.

Через какое-то время я сказала:

– Ваша мама через многое прошла, но как насчет вас? На вас ведь это тоже повлияло.

– Я об этом просто не думаю, – категорично заявил он. – Я занимаюсь делом и просто не думаю об этом.

– Гари, а что если ваш организм просит вас подумать об этом? Что если ваше колено не дает вам стать сильнее снаружи, пока вы игнорируете то, что происходит внутри?

Возникла неловкая пауза, и кончиками пальцев я почувствовала, как перекачанные мышцы на шее Гари напряглись еще больше. Затем вдруг его сопротивление испарилось, и его тело размякло. Он почти вздохнул.

– Моя девушка говорит то же самое. И мама тоже. Забавно. В колледже я видел плакаты, посвященные курсу лекций о взрослых детях алкоголиков. Там был целый список черт характера, которые развиваются, когда растешь в семье алкоголика. И многие из них у меня есть. Например, чрезмерное чувство ответственности за других и забота в первую очередь об окружающих, а также чувство вины, если отстаиваешь свои интересы, или неумение описать и выразить свои чувства. Я даже хотел записаться на этот курс, но просто боялся выделить на него время, – Гари усмехнулся. – Так вы считаете, что колено нарочно это устроило? Ведь эти лекции по времени совпадают с моими тренировками...

## Как тело служит сознанию

Возможно ли, чтобы колено Гари вступило в заговор с его высшим Я, чтобы помочь ему установить связь с более тонкими уровнями бытия, требующими его внимания? Работая с пациентами в кабинете мануального терапевта, я раз за разом сталкивалась с проявлением принципа *синхроничности*. Это понятие впервые ввел Карл Юнг, чтобы объяснить причины совпадений – таких событий, которые мы обычно приписываем случаю, но которые в силу своей значительности кажутся нам предопределенными. Зачастую такие события кажутся нам непредсказуемыми: например, случайное происшествие, которое приводит к тому, что мы узнаем необходимую информацию через неожиданные источники или встречаемся со старым другом после многих лет разлуки.

Подобный удивительный случай произошел, когда я попыталась позвонить подруге. Трубку взяла незнакомая женщина, а когда я попросила позвать Маргарет, она замялась, а потом спросила:

– Вы имеете в виду Пегги?

Я решила, что она, вероятно, так зовет Маргарет, поэтому сказала:

– Это Робин Норвуд, я хотела бы поговорить с Маргарет.

И тогда женщина на другом конце провода воскликнула:

– Робин! Это Сюзан!

Я наконец узнала этот голос и поняла, что дозвонилась женщине, с которой дружила в школе. Мы очень давно не общались. Сейчас она приехала навестить свою сестру Пегги.

Это было удивительно, особенно учитывая тот факт, что предыдущей ночью мне приснилось, как Сюзан улетает на Гавайи. Когда я рассказала ей об этом, она рассмеялась:

– Так и есть. Лечу на следующей неделе!

Я поведала ей, что в моем сне она летела на острова самолетом, а обратно добиралась на корабле. И она ответила, что именно так и планировала сделать! Слишком много совпадений, объяснить которые можно только синхроничностью.

Если синхроничность объясняет события, которые представляют слишком большую значимость, чтобы быть случайным совпадением, то она определенно может объяснить, почему у Гари заболело колено, а Джоанна вывихнула лодыжку именно в тот момент, а не когда-либо еще. Каждая из этих травм создала сказочную возможность для внутренних перемен и исцеления.

Эзотерика учит нас, что любой недуг, любая травма, любое страдание в конечном итоге ведет к очищению и совершенствованию. Хотя мы не всегда понимаем, каким именно образом это происходит, если помнить об этом принципе, мы сможем прийти к осознанию того, как сложности приносят нам бесценную пользу.

Например, болезнь или травма может открыть *ворота к трансформации*, как это было с Джоанной и ее родными из-за вывиха лодыжки. Ее травма полностью нейтрализовала ее привычную роль в отношениях родителей и совместно с давлением, вызванным смертельным заболеванием матери, создала возможность для исцеления этих отношений. Колено Гари дало ему время и возможность изучить болезненные аспекты его жизни и сделать первый шаг к исцелению. Даррену поставили диагноз СПИД, и в результате этого он изменил свой образ жизни и пересмотрел свои ценности. Изменилась и его бабушка, научившись большей любви и состраданию.

Во-вторых, болезнь или травма могут быть избраны нашим высшим Я не только для исцеления нашей души или определенного аспекта индивидуального сознания, но и для исцеления группового сознания. Когда это происходит, действует принцип, который в эзотерике называют *законом жертвы*. Каждый раз, когда благополучие или сознание многих улучшается

за счет страдания нескольких, действует закон жертвы. Болезнь Даррена отлично иллюстрирует этот закон. Мне кажется, что с этой точки зрения все, кто болеет СПИДом, – группа душ, чья цель в этом воплощении – следовать закону жертвы, страдая для того, чтобы сознание человечества изменилось.

Третий способ, которым болезнь, травма или физический недуг может нам служить, проявляется, когда мы пытаемся игнорировать тревожные симптомы или сигналы в своей жизни и врем сами себе. Проблемы физического тела могут служить *индикатором нашего психологического бегства от реальности*. Каждая сложная ситуация в жизни – испытание, и по мере нашего развития меняются и испытания: от событий, которые бросают вызов нашей смелости в физическом смысле, к испытаниям нашей нравственной смелости, личностной целостности и способности быть честным с самим собой. Ни одно из этих испытаний не будет простым. Будь это так, мы бы игнорировали или избегали их, а потому страдания тела служат двум целям. Они сообщают нам о существовании проблемы, которая требует решения, и они делают наши попытки отрицать этот факт достаточно болезненными, чтобы мы перестали тянуть время. С помощью тех же самых симптомов, которые указывают нам на суть проблемы, наше тело не позволяет нам игнорировать или отрицать ее.



## Конфликт тела и личности

Тело – чудесная вещь, это наша животная часть со своим собственным животным мозгом, собственными животными инстинктами и эмоциями. *Тело человека, как и любого другого животного, не способно врать.* Этот простой факт причиняет нам, людям, бесконечное множество проблем. На самом деле, проблемы возникают не из-за того, что наше тело не способно лгать, а из отлично развитой способности личности ко лжи. Испытывая муки совести и анализируя свои поступки, мы пытаемся убедить себя, что мы в действительности такие, какими мы, по нашему мнению, должны быть. Тем временем физическое тело сразу переходит к реакции без каких-либо суждений, основываясь лишь на инстинктах и эмоциях и полностью разочаровывая нас в процессе этого. Оно краснеет, оно белеет, зрачки расширяются, зубы стучат, челюсти сжимаются, ладони потеют. Оно унижает нас неуместной эрекцией либо подводит нас дрожью или обмороком, бесцеремонно сообщая всему миру о нашем сексуальном возбуждении, страхе, стыде, злости или любой другой реакции, которую наша думающая, рассуждающая *человеческая* часть пытается скрыть.

Что происходит, когда наше физическое тело испытывает и выражает одно состояние бытия, а человеческое эго из желания снискать собственное или чужое одобрение настроено выражать другое?

Наше физическое тело существует в физическом измерении и питается материей – воздухом, водой, пищей – из физического плана. Наши астральное и ментальное тела существуют на астральном и ментальном планах и питаются астральной или ментальной материей соответствующего плана.

Когда все эти тела, физическое и тонкие, не имеют искажений, вибрация всего энергетического поля, или ауры человека, также будет ясной и равномерной. Физические проблемы создают искажения в ауре, как и проблемы в тонких телах. Когда искажение присутствует в тонких телах, поток энергии через чакры в эти тела может быть заблокирован. Продолжительное искажение или диссонанс признается причиной серьезных заболеваний теми, кто благодаря высокоразвитому ясновидению способен понимать, как устроены тела на тонких энергетических уровнях. Краткий, но сильный диссонанс может вызывать временные недуги – например, нарушение пищеварения, головные боли, простуду, грипп. Более продолжительные и вошедшие в привычку искажения этого поля могут спровоцировать более серьезные заболевания, например, рак.

## Отсутствие честности и диссонанс

Приведу несколько примеров того, как телесный недуг может свидетельствовать о том, что мы игнорируем источник эмоционального или психологического напряжения.

Одна молодая женщина пришла к мануальному терапевту с жалобами на то, что она едва могла поднимать голову из-за сильнейшей боли в задней части шеи и обоих плечах. Она только что вернулась из поездки к матери, которую положили в больницу из-за болей в сердце. Дело было в том, что женщина забыла о ежедневном приеме лекарств, когда к ней приехала дочь. А дочь описала ситуацию так:

«Порой мне кажется, будто я уже целую вечность тащу мать на себе. Это ее жизнь, но она отказывается брать за нее ответственность. И так было всегда. И что мне теперь делать? Переехать к ней и следить, чтобы она каждый день пила таблетки?»

Эта женщина совсем недавно нашла работу, которая ей очень нравилась. Кроме того, у нее появились многообещающая романтическая связь. Перспектива возврата к роли няньки для матери была невыносимой, как и мысль о том, что, если этого не сделать, мать может умереть. И я, и мануальный терапевт поняли, что тяжелое бремя боли в плечах и шее полностью соответствует ее эмоциональной ноше. Мы помогли ей признать ее глубокую обиду на мать, манипулирующую дочерью, используя свою якобы беспомощность, и смириться с тем фактом, что она должна отпустить мать и позволить ей жить собственной жизнью. И тогда боль начала отступать.

Очень часто, как в примере, о котором пойдет речь ниже, я наблюдала, как мануальный терапевт помогает справиться с заболеванием, которое тело создало, чтобы привлечь внимание пациента к невыносимой ситуации дома или на работе.

К нам пришла женщина с жалобами на недавно усилившиеся головные боли и проблемы с пищеварением. Она поведала нам о следующей ситуации: она сдала комнату в своем доме мужчине, с которым у нее когда-то был краткий роман, в надежде на то, что их романтическая связь возобновится. Однако после его переезда никаких романтических намеков с его стороны не последовало. Более того, вскоре он завел отношения с другой женщиной, с которой до этого подолгу беседовал по телефону, о чем делился с хозяйкой дома, нашей пациенткой. Она назвала эти звонки «грубыми» и «эгоистичными». Однако на вопрос, не злится ли она на него и не хочет ли попросить его съехать, она отвечала: «О нет. Я даже *думать* об этом не хочу. Мы взрослые люди. Я бы *ни за что* не стала ревновать!»

Помню, я в этот момент подумала, что не верю ей, как, видимо, не верил и ее собственный организм. Ее симптомы начали проявляться как раз тогда, когда начались его новые отношения, и больше всего она мучилась в те вечера, когда он подолгу разговаривал по телефону со своей пассией. Судя по всему, ее попытки не думать о том, что происходит перед самым ее носом, и стали причиной вечерних головных болей, а так как желчный пузырь и выделение желчи традиционно ассоциируются с завистью и ревностью, они, вероятно, и стали источником ее проблем с пищеварением. Если она не прислушается к сигналам своего тела и не изменит свое отношение к ситуации, все эти симптомы, скорее всего, не исчезнут.

Разумеется, не у каждого физического заболевания причины носят психологический характер. Однако во многих случаях это так, и тогда мы очень часто, подобно Гари и этой женщине, хотим «исправить» тело, снять боль и прибегаем к медицинской помощи – лекарствам, операции, гипнозу, акупунктуре или иным средствам. Мы не признаем тот факт, что необходимо искоренить более глубокий, нефизический источник боли. Игнорирование или отрицание этого нефизического источника может в результате привести к возникновению более серьезных физических проблем.

Так было с Карен, женщиной, которая пришла на семинар по духовному целительству. Одна из задач участников состояла в том, чтобы раскрыть способы, которыми мы игнорируем сигналы тела, указывающие нам на те области нашей жизни, где мы не говорим себе всей правды.

Другой задачей было пробудить высшие силы восприятия, чтобы неким образом ощутить энергетические очертания этих искажений. Благодаря многолетним исследованиям, я уже научилась воспринимать более тонкие измерения реальности. Я научилась обращать внимание, когда получала сильные эмоциональные «удары» от определенного места, человека или имени. Порой мне удавалось ощутить энергетику предметов и рассказать историю, связанную с ними, а взгляд на фотографию человека зачастую открывал для меня его внутреннюю сущность. Иногда я различала очертания и цвета энергетического поля человека, которые отражали его убеждения, чувства или внутренние конфликты.

В конце занятия мы обсуждали, что дал нам этот опыт. У Карен, которой было едва за тридцать, на тот момент наблюдалась ремиссия рака гортани. До этого она много лет пыталась добиться успеха на актерском поприще. В особенно неудачный для ее карьеры период она вышла замуж, а позднее пошла навстречу мужу, который хотел завести детей. С тех самых пор она с большим трудом пыталась совмещать сцену и семейные обязанности, постоянно разрываясь между любовью к мужу и детям и своей великой страстью – театром. И вот однажды она сообщила нам, что собирается отказаться от сцены, сидеть дома и полностью посвятить себя мужу, детям и семейному очагу. Я ошеломленно наблюдала, как ее энергетическое поле отреагировало на эти слова. Пока она говорила, ее начала окутывать темная, зловещая, плотная и тяжелая серо-зеленая мантия, и я в ужасе осознала, что она, вероятно, выносит сама себе смертный приговор. Как бы похвально ни было ее стремление быть хорошей женой и матерью, для нее этот путь не был честным, и ее душа это знала. Энергия следует за мыслью, и потому появилась эта мантия из астральной материи, отражая ограничение, которым на самом деле стал для нее новый план. Возможно, ей казалось, что у нее нет выбора, что она оказалась в ловушке между потребностью вести ответственную, уважаемую семейную жизнь и более глубоким желанием сердца – играть на сцене. Дело не в том, что ее решение поставить семью на первый план было неправильным с учетом ее системы ценностей. Просто оно не было самым честным, и в ее энергетическом поле я видела ее истинные эмоции.

Каким стало бы ее энергетическое поле, объяви она о своем решении во что бы то ни стало следовать голосу сердца? Ее аура была бы более заряженной и отличалась бы более яркими цветами. Хотя ощущаемый ею конфликт в отношении семьи все равно был бы представлен в ее поле, у нее было бы больше сил, чтобы справиться с ним. Вместо этого она вернулась в мантию «хорошей жены и матери», мантию, которая ее душила.

Я не буду делать вид, будто знаю, как Карен должна была поступить в этой ситуации. Но я знаю, что она приняла решение, которое подавило бы ее энергетическое поле и, как следствие, иммунную систему, чего болеющий раком человек не может себе позволить. Хотя могло показаться, будто ее тело предало ее, заболев раком, на самом деле, быть может, она сама предала свое тело, проигнорировав свои истинные интересы.

## Как тело служит душе

Как надо было поступить в этой ситуации? Стоило ли Карен целиком и полностью отдаться театру? Или лучше было сдать себя и посвятить себя семье, даже если ее организм не переживет такого решения? Жизнь, наша жизнь, жизнь, которую мы выбрали и создали из величайшей мудрости и видения души, часто так с нами поступает. Она загоняет нас в угол, повышает ставки до предела, заставляя выбирать между жизнью и смертью, между любовью и признанием окружающих, между нашими любимыми детьми и нашим призванием, а потом не оставляет нам никакой возможности уклониться от выбора. И чем же мы руководствуемся в своем выборе? С одной стороны, на нас давят общественные стереотипы и наши собственные представления о правильном и неправильном, сформированные необходимостью и эпохой, в которую мы живем. С другой стороны, сердце нашептывает нам: «Всего превыше: верен будь себе».

В таком испытании заключается сама суть нашего существования на земном плане. Эзотерики называют это «добыванием огня трением»: трудности и дилеммы, создавая давление, шлифуют грубые места нашей души до блеска и делают душу чистой, чтобы она могла отражать реальность без искажений, хотя этот результат достигается не за одну жизнь. Это длительный, очень длительный процесс, и когда мы находимся в нем, мы редко способны оценить его очистительное воздействие. Мы лишь понимаем, что страдаем, и завидуем тем, кто лишен таких мучений, считая, что они живут «правильнее» нас, а потому с ними пребывает благословение Божие. Мы по отдельности и все вместе как общество чаще приписываем тем, чья жизнь протекает гладко и спокойно, более высокие духовные качества, считая, что такие люди лучше и выше тех из нас, кто постоянно борется с самыми разными бедами.

Мы были бы гораздо ближе к истине, если бы помнили, что жизнь на земном плане – школа, и по мере того, как мы переходим из одного класса в другой, задания становятся все более сложными. Пройти каждый класс этой школы жизни необходимо для нашего дальнейшего развития. Каждый из них дается нелегко, пока мы находимся на очередном уровне, но, пройдя его, мы должны перейти к следующему. Никто из нас, закончив второй класс, не хотел бы оставаться в нем вечно. Вместо этого мы с радостью переходим к следующим дисциплинам. Позже, столкнувшись с новым испытанием, мы забываем, что сами сделали этот выбор.

Возможно, наше тело лучше настроено на достижение важных для нас целей в жизни, чем наше сознание. Тело бунтует, когда мы слишком сильно отдаляемся от того, что приносит нам пользу. И оно расплачивается за напряжение, порождаемое нашими решениями и действиями. Делая то, что мы от него просим, и, как это ни парадоксально, даже бунтуя, тело оказывается слугой нашей души.

Я нашла новый способ установить отношения со своим телом, когда после операции на колене подвижность так и не вернулась. Так как рекомендованные упражнения не помогали, я решила подойти к своему организму так же, как к своей любимой лошади – с нежностью, добротой и уверенностью. Я прекратила всякое лечение, которое приносило мне боль, перестала злиться из-за того, что мое тело плохо подчиняется моей воле, и проявляла к нему только любовь. Все это требовало постоянной дисциплины, так как до этого я совершенно не ценила свое тело и зачастую заставляя его делать то, что мне хочется, даже если оно отвечало болью. Когда я научилась уважать свое тело и стала относиться к нему с благодарностью, в том числе и за тот урок, который извлекла из своей травмы, колено постепенно начало заживать.

В книге Казандзакиса «Беднячок из Ассизи» святой Франциск рассматривает физическое тело как послушное вьючное животное, которое при этом обладает собственными потребностями. Когда его спутник, брат Лев, стыдится признаться в том, что голоден, Франциск мягко предлагает ему поесть со словами: «Покорми своего осла».

Да, кормите своего осла здоровой пищей и давайте ему возможность отдохнуть. Относитесь к нему с уважением. Любите его и благодарите за службу вам. И не забывайте прислушиваться к его мудрости.

## Глава третья. Вижу ли я полную картину своей жизни?

Случалось ли вам в детстве раскрашивать картинки разными цветами по номерам? Помните ли вы, как закрашивали обведенные тонкими линиями фигуры цветом, обозначенным той или иной цифрой? Например, все участки с цифрой три надо было раскрасить оранжевым. Вы смотрели на картинку на коробке, чтобы понять, как будет выглядеть этот фрагмент после раскрашивания. Допустим, это была тень от дерева, и вы думали: «Нет, не может быть. Тени бывают серыми или черными, иногда темно-синими или фиолетовыми, но точно не оранжевыми!» Однако участок был помечен цифрой три, а три означает оранжевый, и вы его закрашивали с полной уверенностью, что совершаете ошибку. Вы добросовестно трудились, но, даже закрасив множество участков, не могли разобрать общей картины и видели лишь отдельные цветные пятна. А потом, по мере того, как вы продолжали раскрашивать, эти крошечные случайные пятна волшебным образом разделились на светлые и темные участки одного изображения. Наконец, проступили образы, сформировавшись в значимую картину с пятнами света в тенях и темными точками в светлых областях. Тогда вы перестали обращать внимание на отдельные фрагменты картины, потому что все детали слились в единое цельное изображение.

Жизнь каждого человека очень похожа на такую картинку – она состоит из калейдоскопа событий, эмоций и мыслей, каждая из которых отличается своим качеством или цветом. Сложенные воедино, эти осколки и фрагменты формируют содержательную картину, которую мы и называем жизнью. Однако мы не в силах увидеть эту картину целиком, пока сами живем ею. Одна моя клиентка как-то раз воскликнула: «Как можно *увидеть* картину своей жизни, если сам находишься *внутри* нее?» Она замерла, словно плоское изображение на картине, а потом вытянула шею, как бы поднимая голову над плоскостью, чтобы со стороны посмотреть на картину, частью которой была она сама. Увидеть картину целиком, разумеется, было невозможно.

Отсутствие нужного ракурса и дистанции до событий в нашей жизни вынуждает нас лишь догадываться об их возможном значении и ценности. Как правило, наша оценка происходящего основана на том, что мы *чувствуем*, когда это происходит: комфорт или дискомфорт, удовлетворение или неудовлетворенность, счастье или подавленность. Когда все в нашей жизни идет так, как мы планировали, мы считаем, что поступаем правильно. Если же происходят тревожные события или возникают неожиданные чувства, мы думаем: «Нет, это неправильно. Я не хочу так жить. Это какая-то ошибка.» Порой, размышляя о былых проблемах, мы видим, каким образом они помогли нам добиться нынешнего уровня понимания и самопознания. Или же их значение остается скрытым для нас в более широком контексте, который может охватывать несколько жизней.

## Случай сексуальной зависимости

Джерри чуть за тридцать, и он уже дважды успел развестись. Он сидит у себя дома, в квартире, где живет один. Недавно он слег с особенно жестоким гриппом, пока компания, в которой он работал, переживала поглощение другой корпорацией. В перерывах между приступами высокой температуры Джерри боится, что о нем забудут во время реорганизации, которая происходит в его отсутствие. Он не выключает телевизор круглыми сутками, чтобы хоть как-то отвлечься от тревожных мыслей о работе и женщинах.

Его последние отношения закончились катастрофой, когда очередная из его молоденьких подружек, которое едва было двадцать, отказалась с ним встречаться из-за его периодического бессилия в постели. Хотя это был далеко не первый случай импотенции в его жизни, такое еще не случалось на столь ранних этапах отношений. Джерри начал бояться. До этого ему всегда удавалось переложить вину за свои неудачи на партнершу. Он говорил себе, что причина была в том, что это она что-то сказала или сделала, либо просто его не привлекала, но на этот раз такие оправдания казались ему менее убедительными. В результате ему приходилось полностью полагаться на собственные фантазии, чтобы добиться хоть какого-то результата. Он не выносил, когда партнерша что-то говорила или иным образом отвлекала его во время секса. А девушки в его фантазиях всегда были безликими и становились все моложе и моложе.

Однажды во второй половине дня телеведущий объявил о начале передачи, посвященной мужчинам – жертвам инцеста. Джерри раздраженно потянулся за пультом, чтобы переключить канал, забыв, что он случайно отнес его на кухню. Дрожа от очередного приступа лихорадки, он махнул рукой на поиски и залез под одеяло, пока психотерапевт на экране рассказывал, насколько часто мальчики становятся жертвами сексуального домогательства в собственной семье. Врач говорил о связи такого опыта с последующим половым бессилием во взрослой жизни и проблемами с близостью. Джерри был слишком слаб, чтобы встать с кровати, и передача уже начала его раздражать.

Тем временем на экране появился темный силуэт мужчины, который начал рассказывать, что, когда ему было десять лет, его изнасиловал пьяный старший брат, и теперь он не мог связать любовные чувства с половым актом. Он говорил о своей зависимости от порнографии и о нескольких неудачных браках. Наконец, Джерри заставил себя вылезти из постели, подошел к телевизору и выключил его, нажав кнопку, спрятанную за стопками порножурналов и дисков с фильмами для взрослых. Он лег обратно в постель, и в комнате впервые воцарилась тишина с тех пор, как он взял больничный. Когда он наконец задремал, ему приснился мальчик, который переживал все то, о чем говорил мужчина на экране, только этим мальчиком был сам Джерри, а неподалеку маячил силуэт насильника.

В конце недели Джерри вернулся на работу, еще не выздоровев окончательно. Он опасался, что может потерять работу, если чуть дольше просидит дома. У него все еще были проблемы с желудком, поэтому он решил отказаться от своего привычного похода в бар после работы. Особенно

ему не хватало алкоголя, притуплявшего чувства, так как сон о мальчике и неизвестном мужчине преследовал его, возникая в его сознании по несколько раз в день, и каждый раз вместе с ним приходили лихорадка и тошнота.

В субботу на автомойке он познакомился с молоденькой девушкой и уговорил ее поехать на ее машине за ним к нему домой. Когда он попытался заняться с ней любовью, видение возникло вновь и все испортило. Девушка молча оделась и уже на пороге мягко заметила, что ему стоит обратиться за помощью. Вместо этого Джерри, который до сих пор не мог пить, решил избавиться от дискомфорта, отправившись за город в магазин для взрослых.

Той ночью Джерри опять приснился тот же сон, но на этот раз, хотя у мальчика было детское лицо Джерри, у насильника тоже было его же, но уже взрослое лицо. Он проснулся и налил себе выпить несмотря на тошноту. Видение сохранялось вместе с сильными сексуальными ощущениями. Он начал фантазировать о сексе с ребенком – тихим послушным ребенком, который не знает и не переживает о его импотенции. Когда сексуальное возбуждение растаяло, Джерри оказался в туалете, где его рвало, рвало и рвало.

После этого он побоялся засыпать, не желая даже думать о том, что может ему присниться. От мысли, что ни секс, ни алкоголь не в силах его успокоить, у него началась паника. Через несколько беспокойных часов, когда солнце наконец встало, Джерри был готов обратиться за помощью. Когда Джерри переживал очередной развод, кто-то из сочувствующих коллег порекомендовал ему психотерапевта, и Джерри набрал его номер, в глубине души надеясь, что никто не возьмет трубку, так как было воскресенье. Когда секретарь записала его на прием на следующий вечер, он утешился мыслью, что, если психотерапевт не поможет, он покончит с собой. Он уже не в первый раз думал об этом.

На первом сеансе психотерапевт, опрашивая Джерри, установил, что у него проблемы с алкоголем, и потому поставил отказ от употребления спиртного в качестве обязательного условия терапии. Джерри, удивленный возникшим чувством облегчения, согласился.

Ко второму сеансу Джерри достаточно доверял психотерапевту, чтобы описать преследующие его образы. Через несколько сеансов он признался в одержимости сексуальными фантазиями и в потребности во все более юных анонимных партнершах. По совету психотерапевта он начал посещать собрания программы «Двенадцать шагов» для жертв сексуальной зависимости. Там он получил поддержку, необходимую для того, чтобы не превратить свои фантазии в реальность.

Тем временем на сеансах психотерапии он начал соединять воедино обрывки подавленных и отрицаемых воспоминаний о пережитом в детстве сексуальном насилии. Он подвергался ему много месяцев со стороны брата его отца, который незадолго до того вернулся из Вьетнама и жил в доме родителей Джерри. Этот его дядя, который так и не оправился от эмоциональной травмы, полученной на войне, в результате переехал из дома Джерри в пансион, где через несколько месяцев застрелился. В значительной мере травма Джерри была связана с самоубийством дяди – смертью, которую, как он считал в детстве, он сам навлек, так как страстно ее желал.

Вспоминая и заново переживая события из самого сложного периода в своей жизни, Джерри лишился остатков мужества. Он, наконец, воскресил в



памяти и заново переживал обрывки физических ощущений, эмоций и мыслей того времени, которые много лет назад словно вычеркнула из сознания его психика, чтобы не оставлять ничего, что могло бы напомнить ему о насилии со стороны дяди. С тех пор эти ощущения и воспоминания словно оставались замороженными в глубинах его души, и Джерри потребовалось *вспомнить* и *заново принять* эти замороженные, отвергнутые частицы самого себя и своего опыта.

Любопытно, что значение самого слова «принимать» тесно связано с телом: получать из рук в руки или же впитывать, поглощать, вбирать в себя. Широкое использование этого слова в нашей речи позволяет предположить, что процесс забывания или отторжения воспоминаний воздействует на нас физически. Нечто важное в функционировании физического тела утрачивается или искажается. Я бы предположила, что это событие вызвано повреждением тонких тел. Для того чтобы восстановить здоровые физические функции, необходимо устранить повреждения этих тонких тел. Когда Джерри смог заново впустить в сознание отторгнутые частицы самого себя – травмирующие фрагменты собственного опыта и сопутствующие мысли и эмоции – их травмирующая сила стала слабеть.

## **Корни виктимизации в прошлом**

Представьте себе на минуту взрослого Джерри, у которого до начала психотерапии стремительно развивалась зависимость от безличных сексуальных контактов и потребность в порножурналах, фильмах и фантазиях для стимуляции. Ему требовались все более юные партнерши и все более анонимные контакты, что подталкивало его к насилию и извращениям.

Теперь представьте себе четырехлетнего Джерри, который подвергся насилию со стороны психически неуравновешенного дяди.

Может показаться, что перед вами два совершенно разных человека: невинный ребенок, вызывающий глубокое сочувствие, и взрослый мужчина, к которому у вас возникает антипатия. А Джерри, проходивший лечение, – уже третий человек, мужественно пытающийся принять тот факт, что его сексуально эксплуатировали в детстве, и признать свое сексуально эксплуатирующее поведение во взрослой жизни.

Теперь перед нами несколько Джерри в одной жизни, и каждый из них помогает раскрыться и развиваться следующему. Принимая это во внимание, сможете ли вы представить себе существование Джерри в другое время в других физических телах? Поместите сущность, которую мы сейчас называем Джерри, на некий временной континуум, охватывающий множество жизней в виде мужчин и женщин, включающих, среди прочих, роли жертвы и обидчика, а также роль того, кто извлекает урок из принятия опыта и жертвы, и обидчика. Сделайте это, и вы заметите, как эмоции по отношению к разным Джерри постепенно исчезнут. Осуждение взрослого Джерри и жалость к Джерри-ребенку уступают место пониманию общей картины. С этой отдаленной точки зрения можно начать понимать, почему Джерри, невинному ребенку, пришлось пережить сексуальное насилие.

## Эволюция человеческого сознания

Мы воплощаемся на земном плане с целью расширения нашего сознания. Это возможно благодаря множеству пережитых событий на протяжении множества жизней. Дело в том, что все мы проходим через все возможные виды насилия (включая сексуальное) в тот или иной момент нашего эволюционного развития. И большинство из нас, в свою очередь, подвергает других всем этим видам насилия. В конечном счете, для каждого из нас в развитии нашего собственного сознания необходимо пережить *все*. Наша длинная череда физических воплощений не начинается с развитого сознания и посвящения всего себя высшим целям человеческого развития. Мы должны проложить свой путь через множество воплощений, прежде чем тело и личность, наконец, станут послушными инструментами нашей души и нашего высшего Я, прежде чем мы сможем сознательно пользоваться ими, чтобы помогать другим людям.

Это длинное путешествие. В самом начале нашим существованием правят животные инстинкты, желания и аппетиты. Хотя на данном раннем этапе мы уже можем причинить немалый вред окружающим, мы еще не способны на настоящее зло – не больше, чем лев, преследующий свою добычу. Подобно льву, мы лишь следуем своей звериной природе. Но, набираясь опыта, мы учимся и растем, наше сознание развивается, а вместе с ним развивается и наша *способность выбирать*.

В духовном смысле главное различие между царством животных и нами заключается в нашей намного превосходящей и постоянно развивающейся способности делать сознательный выбор. Однако эта способность не развивается одновременно и в равной степени у всех представителей человечества. Все мы начинаем свой эволюционный цикл в разное время и движемся с разной скоростью. Но до тех пор, пока каждый из нас не достигнет определенной стадии развития, инстинкты и порывы тела, как и у животных, очень часто принимают решения за нас.

Однажды у меня был клиент, чье импульсивное и агрессивное поведение уже неоднократно приводило к проблемам с законом. На этот раз человеку грозила тюрьма. Он участвовал в драке в баре и сбил с ног другого человека, который упал, ударился головой и умер от полученной травмы. У моего молодого клиента грубой силы было столько, что его примитивные эмоции и неразвитый интеллект не могли с ней справиться. Он был совершенно лишен коварства, но полностью находился во власти низких страстей и эмоциональных порывов. Он явно был, что называется, «молодой душой», с трудом овладевающей самыми элементарными навыками самоконтроля. Хотя его действия привели к гибели другого человека, он, подобно Ленни из повести Стейнбека «О мышах и людях», излучал не зло, а некую неуклюжую детскую невинность.

В начале нашего пути все мы были «молодыми душами», и перед нами простирается долгий путь к полноценному человеческому сознанию. С точки зрения эзотерики, мы на этом раннем этапе – «младенческое человечество». Подобно малым детям, мы находимся на первых стадиях физического, эмоционального и ментального развития. И подобно им же, наше первоначальное изучение физического мира ограничивается, в основном, степенью боли, которую может вынести наше тело. Наша способность сопереживать развивается благодаря бесконечно длинным периодам страданий и, напротив, причинения страданий другим. Пока эта способность не разовьется в полной мере, от нанесения вреда другим нас удерживает лишь вероятность наказания. Как и взрослеющие дети, мы должны развиваться в своем сознании, пока факторы, ограничивающие наше поведение, не превратятся из внешних во внутренние.

Одна из причин, по которым дети, если их не ограничивать и не учить обратному, могут вести себя очень жестоко по отношению друг к другу, животным и насекомым, заключается в том, что они проходят через одну из ранних стадий собственной эволюции сознания. То, что

развитому сознанию взрослого человека кажется проявлением жестокости, зачастую у многих детей – простое любопытство, не сдерживаемое состраданием. Любопытно, что и Джон Мьюр, и Джозеф Вуд Кратч, два великих натуралиста, отмечали в своих мемуарах, что в детстве они часто обращались с животными жестоко.

К двадцати одному году мы обычно взрослеем в достаточной степени, чтобы проявлять тот уровень сознания, которым наделил нас опыт предыдущих жизней. Этот уровень сознания у разных людей может разительно отличаться в зависимости от достижений во всех предыдущих воплощениях. Например, уважение физического, эмоционального и ментального суверенитета другого человека невозможно привить исключительно за счет образования, в центре которого будут стоять идеи гуманизма. Образование способно лишь выявить и развить то, что уже заложено в человеке. Если же он еще не достиг способности к такому уважению посредством опыта из предыдущих жизней, образование не сможет помочь ему появиться.

## Как мы конструируем свое очередное воплощение

Любое воплощение уходит своими корнями во весь прошлый опыт, но особенно сильно оно связано с предыдущей земной жизнью. На протяжении бесчисленных ранних воплощений главная цель нашего существования здесь – накопление опыта на физическом плане. Позднее мы перевоплощаемся, чтобы понять и, если это необходимо, исцелить предыдущий опыт.

Каждый раз, покидая физическое тело в момент смерти, мы обозреваем только что завершённую земную жизнь. Многие из тех, кто испытал клиническую смерть, описывают этот обзор жизни как объективную оценку без какого-либо вмешательства со стороны нашей личности. С его помощью и помощью наших проводников (как правило, это наши собственные завершённые воплощения, действующие под руководством нашей души) мы способны определить, на что в первую очередь стоит обратить внимание. Нам помогают выделить *три основных фактора*, которые определяют цели и содержание нашего следующего воплощения. Мы выбираем обстоятельства, необходимые для нашего следующей жизненной задачи, выбираем параметры физического, астрального и ментального тел как сосудов для нашего высшего Я, которые помогут нам выполнить эту задачу. Этот процесс подобен тому, как в конце одного учебного года мы выбираем учебные дисциплины для следующего, а затем подыскиваем необходимые для них учебные материалы и инвентарь.

Первый определяющий фактор – *природа физической окружающей среды*, в которой мы воплотимся в следующий раз. Все мы признаем, что общая культура, определенная социальная среда, социальный статус, интересы и деятельность семьи, в которой мы рождаемся, в большой степени формируют наше развитие. Если мы поймем, что эта область опыта *выбирается* до воплощения и обеспечивает фон, необходимый для решения задач, которые мы сами перед собой поставили, мы осознаём, что судьба не наказывает и не вознаграждает нас. Мы окружены обстоятельствами, которые необходимы нам для достижения цели нашего воплощения.

Второй фактор – *степень совершенства, сильные и слабые стороны нашего физического тела*. Эзотерика учит, что самый главный кармически обусловленный фактор в любом воплощении – физическое тело, а самая главная кармически обусловленная часть физического тела – его нервная система. Мы выбираем тело, которое лучше всего подходит для целей данной конкретной жизни. Наша нервная система уникальным образом интерпретирует окружающий мир и в значительной мере формирует каждый наш опыт, а, следовательно, и наше общее мировоззрение. Наши природные способности определяют путь наименьшего сопротивления, благодаря чему мы больше внимания уделяем делам и интересам, которые даются нам легко, а наши слабости удерживают нас от других начинаний.

Третий фактор – *структура астрального тела, или тела эмоций*, которое определяет, что и кто нас привлекает и что и кого, в свою очередь, привлекаем мы. Это эмоциональное тело связано с нашим восприятием окружающего мира посредством нервной системы. Интерпретация окружающей среды с помощью физических чувств (осознание, вкус, обоняние, слух и зрение) обусловлена и направлена эмоциональным телом.

И точно так же, как эмоциональное тело воздействует посредством нервной системы на наше восприятие всех измерений окружающей среды, окружающая среда, в свою очередь, подвергается воздействию со стороны всех измерений нашего бытия. Независимо от того, осознаем ли мы этот факт, мы, люди, воспринимаем друг друга во всей полноте нашего существа. Каждое из наших тонких тел реагирует на соответствующее тело другого человека. И эти реакции эмоциональны. Благодаря влечению, управляемому эмоциональным телом, мы ищем и нас ищут те, с кем у нас есть общее дело в этой жизни или даже в нескольких жизнях – это члены нашей кармической группы. В эту группу не всегда входят наши родственники, но ее частью всегда являются те, с кем нас объединяют важные и переломные события нашей жизни.

## **Проявление свободной воли**

Итак, мы начинаем свое существование на физическом плане со своего рода программой действий, к которой нас подготовил предыдущий опыт в предыдущих жизнях. Эта программа находит свое отражение в нашем окружении и в нашем физическом, эмоциональном и ментальном «инвентаре». Именно в период между воплощениями мы по-настоящему проявляем свою свободную волю, ведь в эти моменты мы определяем с помощью проводников условия и основные области для нашего следующего пребывания на Земле. На протяжении текущей жизни каждое из доступных нам решений может осуществляться в рамках этих заранее заданных параметров, которые, в свою очередь, являются результатом нашей собственной истории воплощений. Нам приходится постоянно работать с тем, кем мы были, пока мы развиваемся в человека, которым стремимся стать.

## Морфогенетический резонанс и исцеляющие циклы

Когда приходит пора возвращаться на земной план, наше высшее Я формирует ментальное и эмоциональное тела для предстоящего воплощения, исходя из того, к чему мы пришли к концу предыдущего воплощения. Случаи, когда мы ничему не учимся во время нашего пребывания здесь, крайне редки, и мы всегда сохраняем весь полученный опыт, а потому гарантированно продолжаем двигаться в своем развитии *вперед*, а не *назад*. Весь полезный опыт и все наши духовные достижения сохраняются нашим высшим Я в этих тонких телах, как и все несовершенства и искажения, присутствовавшие в этих телах в момент смерти. И эта ситуация тоже аналогична учебе в школе. Все, что мы уже выучили, автоматически становится частью нас, и теперь мы должны сосредоточиться на том, чему необходимо учиться дальше. Наши следующие уроки буквально воплощаются в жизнь, так как все из прошлого, что должно быть исцелено, обретает свой энергетический эквивалент в том или ином теле в настоящем. Кроме того, *все, что остается в нас искаженным, привлекает к себе подобное*. Этот принцип британский писатель и парапсихолог Руперт Шелдрейк назвал *морфогенетическим резонансом*.

Другими словами, мы притягиваем в нашу новую жизнь свою карму, и эта карма притягивает нас. Всех людей, события и обстоятельства, чьи искажения и несовершенства соответствуют или зеркально отражают наши собственные, влечет к нам, и таким образом они формируют наш жизненный опыт и отношения. Благодаря этим взаимодействиям, которые называют *исцеляющими циклами*, мы можем стать лучше и совершеннее – или хуже, если будем сопротивляться жизненному опыту.

## Принцип действия исцеляющих циклов

Независимо от того, становится нам лучше или хуже, любое такое взаимодействие остается исцеляющим циклом, так как оно помогает нам преодолеть свои несовершенства. Даже дальнейшее углубление несовершенства повышает вероятность того, что в конце концов мы сдадимся и перейдем к исцелению.

В случае с Джерри каждая новая попытка сексуальных отношений запускала очередной исцеляющий цикл, потому что каждая неудача повышала вероятность того, что в конце концов он сдастся и сделает необходимые шаги к исцелению. В действительности у Джерри не было выбора, исцеляться ему или нет. Вопрос заключался лишь в том, *когда* это произойдет.

То же самое относится ко всем нам. Во время очередного воплощения наша жизнь подобна поезду, идущему по рельсам. Мы решаем, когда остановиться, где и насколько. Мы даже можем дать обратный ход. Но цель пути всегда остается неизменной. Вопрос в том, насколько быстро мы доберемся до пункта назначения.

Соппротивление исцелению – одно из немногих значительных проявлений свободной воли, доступных нам при воплощении. Пока мы сопротивляемся, наше несовершенство растет, поглощая все больше и больше энергии, связанной с накоплением соответствующего опыта. В результате (на это может уйти несколько жизней и, как правило, уходит, но ведь в нашем распоряжении есть целая вечность) самбй своей массой или масштабами несовершенство начинает вызывать напряжение, способное вызвать перемены. Мы истощены, и верх над нами берет одержимость деньгами, собственностью, властью, славой, гордостью, тщеславием, собственной добродетелью или чем-либо еще. Падая под давлением нашей одержимости или иллюзий, мы, подобно Джерри, в своем поражении, как это ни парадоксально, восстанавливаем свою целостность.



## Ложные боги и исцеляющие циклы

Библейская заповедь «Да не будет у тебя других богов пред лицом Моим» относится к нашим отношениям с нашей душой, с собственным высшим Я. Все, что мешает этим отношениям, чему мы поклоняемся вместо них, – ложные боги. Это образ, который мы, как правило, переносим из одной жизни в другую и который уводит нас от нашей высшей природы, а потому должен быть разрушен.

У Пола был виноградник, великолепный солнечный участок огороженной земли, который начинался у тихого залива и простирался по круглым холмам, возвышающимся над морем. Тут же стоял прекрасный летний дом, в котором он провел столько чудесных дней в детстве. Тогда, в жаркие летние месяцы, Пол жил здесь с матерью и работниками и был рад, когда отец оставался в городе, лишь изредка приезжая сюда на выходные.

Не было прекраснее пляжа, чем его любимый пляж; земли чудеснее, чем той, на которой рос его виноград; вида роскошнее, чем с этих холмов; дома уютнее, просторнее и полнее сладких воспоминаний, чем его собственный, который он давно переделал под постоянное, круглогодичное проживание.

И сейчас он мог лишиться всего этого. По своей природе Пол больше пошел в добрую, нежную, мечтательную мать, нежели в жесткого деспотичного отца, и у него напрочь отсутствовала деловая жилка. Он был скорее импульсивным, нежели проницательным, и в его руках значительное отцовское наследство стало таять, пока, наконец, не исчезло совсем.

Он заложил виноградник в качестве временной меры, а позже перезаложил его снова, рискуя потерять единственное, что было ему дорого. Год назад начался процесс по лишению его права собственности за долги. В ожидании неизбежного и лишь благодаря новым долгам, он продолжал жить на земле, которую любил больше всего на свете.

Пол был трижды неудачно женат, и у него был один сын, Филлип, которому всю жизнь твердили, что когда-нибудь виноградник достанется ему. Пол отказывался замечать, что Филлип не разделяет его любви к дому или земле, и многолюдные города с бешеным ритмом жизни привлекают его гораздо больше, чем пустынная полоса пляжа и бесконечные ряды ухоженных виноградников с гроздьями фиолетовых ягод. Когда Филлип, ставший в своего деда хватким бизнесменом, сколотил значительное состояние, Пол с удивлением узнал, что сын отказывается помочь ему сохранить землю.

Хотя Пол не мог этого признать, стремление передать виноградник Филлипу было вызвано вовсе не его любовью к сыну. Это любовь Пола к винограднику придала Филлипу статус важного наследника. Над Полом годами висела угроза лишиться любимой земли из-за безразличия сына к наследству и, судя по всему, к собственному отцу. Без денег на содержание дом начал лишаться своего очарования, а виноградник превратился в заросли сорняков. За неделю до того, как Пол должен был освободить территорию для нового владельца, у Пола случился инфаркт, едва не стоивший ему жизни.

Когда Филлип навестил его в больнице, Пол не проявлял никакого интереса к жизни, лишенной самого дорогого. Обиженный на сына, Пол обвинил его в потере имущества, на что Филлип холодно ответил:

– Ты слишком сильно любил эту землю, пап. Больше всего и больше всех.

Пола перенес операцию, поправился и затем женился в четвертый раз. Его новой женой стала Салли, энергичная добродушная женщина, которой в отличие от его предыдущих жен не пришлось состязаться с виноградником за любовь и внимание Пола. Салли легко мирилась с непрактичностью Пола, помогала разбираться с оставшимся имуществом, поощряла его проявлять деловые качества и большую жесткость в финансовых вопросах и мягко подталкивала Пола к примирению с Филлипом.

Полу понадобилось много лет, чтобы преодолеть обиду на сына. Но наконец, когда ему было под восемьдесят, он встретился с Филлипом, чтобы признать правдивость его обвинений.

– Ты был прав, – признал он, – я слишком сильно любил ту землю. Бог мне свидетель, она была прекрасна, и для меня она всегда была на первом месте. Я готов был пожертвовать всем и всеми, лишь бы оставить ее. Более того, видимо, именно это я и сделал. Прости меня.

Нет ничего удивительного в том, что сейчас два взрослых сына Филлипа обескураживают его полным безразличием к миру бизнеса и финансов. Они открыли совместное предприятие и занимаются органическим земледелием. Их доходы настолько малы, что они едва сводят концы с концами. Филлип читает им нотации о том, сколько можно было бы заработать таким же упорным трудом в какой-нибудь другой сфере, но они его не слушают. А его визиты на ферму сыновей почему-то всегда проходят легче, когда он берет с собой дедушку Пола и Салли...

У мужчин в родословной Пола любовь к деньгам попеременно с любовью к имуществу преобладала над человеческими отношениями. Любопытно наблюдать последовательные изменения в этом отношении при смене поколений, а также реакцию каждого поколения на действия своих предшественников и последователей. Очевидно, история Пола – пример сильного фактора, каким может быть наш профессиональный опыт, создающий для нас возможности усвоить необходимые уроки.

## Как мы привлекаем уроки из окружающего нас мира

Порой наши уроки возникают в результате работы нашего астрального тела (тела эмоций), и из бесчисленного множества незнакомцев наше высшее Я притягивает в нашу жизнь именно тех людей и создает те ситуации, которые необходимы нам для преодоления нашего несовершенства или искаженных представлений.

История Ардат иллюстрирует принцип этот притяжения подобного подобным и демонстрирует, как действуют исцеляющие циклы. Ардат, как и Джерри, была жертвой инцеста: отчим издевался над ней больше десяти лет. Однако, в отличие от Джерри, она не смогла подавить воспоминания о насилии и жила с ними на протяжении тридцати пяти лет, пока, наконец, не решилась обратиться к психотерапевту. Она выбрала священника, который специализировался на лечении взрослых людей с «проблемами доверия».

Этот священник и по совместительству психотерапевт зачастую требовал, чтобы его клиенты, рассказывая о пережитой в детстве травме, лежали на полу с завязанными глазами, пока он устанавливает физический контакт, обнимая их. Хотя это упражнение должно было научить пациента с доверием относиться к другому человеку, у Ардат в результате возник лишь сильный дискомфорт. Священник постоянно убеждал ее, что на это потребуется время, но при достаточной настойчивости ее ждет настоящий прорыв. И прорыв действительно настал, когда однажды ей стало настолько неприятно, что она сорвала с глаз повязку и увидела, что священник стоит над ней и мастурбирует. Ардат испытала сильнейший шок и отвращение. Охваченная настоящим ураганом эмоций, она выскочила из кабинета под его невразумительные объяснения и извинения. В последующие дни ее охватила глубочайшая депрессия, сопровождающаяся иррациональным чувством вины. Она считала, что сама спровоцировала это поведение с его стороны, согласившись выполнять упражнения.

Теперь она вдвойне не доверяла людям, но депрессия практически парализовала ее, и она решила снова обратиться за помощью – на этот раз к психотерапевту-женщине. Новый специалист понял, что за депрессией Ардат скрывается злость, и посоветовал обратиться в полицию. При поддержке нового психотерапевта Ардат почти два года продолжала давить на помощника окружного прокурора, который вел ее дело. Хотя еще несколько женщин признались, что с ними произошла подобная история, он не хотел обращаться в суд, пока показания готова была дать только одна жертва – Ардат. Но она не сдавалась, не позволяла закрыть дело и не желала молчать.

Наконец, дело довели до суда, и священник тут же признал себя виновным. Все было кончено. Ардат победила в борьбе, которую вела от лица себя самой в детстве – маленькой девочки, которую никто не слушал, которой никто не верил и за которую за все эти годы насилия никто не вступился. Она выросла и стала своей собственной защитницей. И благодаря этому она смогла исцелиться.

Последнее примечание к этой истории: за несколько месяцев до шокирующего открытия Ардат я слышала голос этого человека на автоответчике, когда пыталась перезвонить ему по рабочему вопросу. Я до сих пор не могу забыть этот голос – зловещий и соблазняющий одновременно. Тем не менее Ардат и несколько других женщин настолько ему доверились, что согласились на все его условия, даже завязать глаза и лечь на пол у его ног. Почему? Почему они не замечали очевидного? Не замечали, что ему явно нельзя доверять? *Потому что они запускали очередной исцеляющий цикл.* Помните, что нам всегда становится хуже перед тем, как наступало улучшение. Мы еще глубже погружаемся в проблему, чтобы, наконец, сдаться и исцелиться во что бы то ни стало.

Сдавшись, Джерри стал готов раскрыть свою тайну, благодаря чему он обратился за помощью к психотерапевту, а это, в свою очередь, позволило ему признать факт насилия в своем

прошлом и пройти программу терапии «12 шагов». Полу пришлось лишиться того, что он любил больше всего, – своего имущества. И только тогда он осознал, что его одержимость стоила ему человеческих отношений. А когда Ардат, наконец, отказалась от пассивной роли в собственной виктимности, исцеляющий цикл перенес ее на следующий необходимый шаг, чтобы она смогла выступить за правду и защитить своего «внутреннего ребенка». Можно со всей уверенностью предположить, что в каждом случае проблемы, решенные этими исцеляющими циклами, пришли из прошлых жизней.

Исцеляющие циклы вновь и вновь поднимают нерешенные проблемы из других жизней до тех пор, пока не происходит прорыв. Когда приходит полное понимание, необходимость в дальнейших исцеляющих циклах того же направления отпадает. (Что примечательно, наши проводники – зачастую те самые люди, которыми мы были в жизни, в которой достигли особенно значительного исцеляющего цикла.)

## Физика кармы

Таинственность вокруг того, каким образом мы готовим или запускаем эти необходимые исцеляющие циклы, навсегда рассеялась для меня через несколько лет, когда произошло еще одно незабываемое событие.

Однажды в фешенебельном отеле на морском курорте у меня был назначен деловой обед с двумя женщинами. Мы вместе вошли в роскошный обеденный зал и направились к своему столику, от которого открывался вид на гавань.

Пока мы просматривали меню, одна из женщин, Дарла, наклонилась вперед и прошептала:

– Девчонки! Если хотите узнать, какие мужчины мне *действительно* нравятся, то вот вам пример.

Она кивнула в сторону помощника официанта, который только что налил нам воды. До этого я не обратила на него внимания, но сейчас, когда она на него указала, я была в шоке. Бульдожья осанка, прищуренные глаза, выступающая челюсть и изгиб рта сразу же выдавали в нем человека, склонного к жестокости и, очень вероятно, любящего унижать женщин. В ответ я могла лишь сказать:

– Правда? Он? По мне, так вид у него несколько опасный.

Дарла лишь улыбнулась.

– Что ж, – доверительно сообщила Лонни, – раз уж говорим на эту тему, я вам скажу, почему я сижу спиной к роскошному виду на гавань. Видите вон того мужчину? Он глазеет на меня с той самой минуты, как мы сюда вошли.

Она указала на него глазами, обернувшись через плечо и на мгновение перехватив его взгляд. Мы с Дарлой посмотрели в ту сторону, стараясь не выдавать любопытства.

И он действительно глазел. Мужчина крепкого телосложения в великолепном строгом костюме сидел, откинувшись на спинку стула, держал в зубах незажженную сигару и оглядывал Лонни так, будто она была чистокровной лошадкой на аукционе, а он вот-вот собирался сделать ставку. Он, как и помощник официанта, был для меня совершенно невидимым до тех пор, пока мне на него не указали. Энергетическая связь явно ощущалась между этим несомненно богатым и влиятельным мужчиной и гораздо более юной Лонни, которая теперь уже поглядывала на него, не стесняясь. Тем временем помощник официанта вернулся, чтобы долить нам воды, и безмолвная, сексуально заряженная связь между ним с Дарлой стала явно ощутимой.

За обедом я многое узнала об этих женщинах. Обе росли с отцом-алкоголиком, и обе подвергались в детстве сексуальному насилию со стороны отца. Отец Лонни унаследовал приличное состояние, которое в конце концов пропил и проиграл. Отец Дарлы, который, ко всему прочему, еще и распускал руки, работал тюремным охранником. Жена бросила его, когда Дарла была еще младенцем. Он дважды женился после этого, и обе его женщины, как и Дарла, всегда очень соблазнительно одевались и вели себя на публике. Дарла была пышной брюнеткой и имела на своем счету множество кратковременных романов с мужчинами, которые, как правило, были намного моложе нее и зачастую оказывались жестокими или сексуально зависимыми. Дарла ни разу не была замужем. Лонни выходила замуж дважды, оба раза за достаточно пассивных мужчин, одержимых порнографией и унаследовавших большие суммы денег.

Обед с этими женщинами стал одним из самых поучительных событий в моей жизни с точки зрения понимания принципа притяжения. Я наблюдала *морфогенетический резонанс* (принцип, выдвинутый Рупертом Шелдрейком, и согласно которому схожие энергии или качества притягиваться) в действии настолько явно, насколько это вообще возможно. Каждая из этих женщин словно отвечала резонансом на определенные вибрации: одна – на жадность, другая – на жажду насилия, и обе – на страсть к сексу. Они показали мне, как все мы подсо-

знательно принимаем свою карму, выбирая, каким будет наш жизненный опыт, для чего притягивали к себе из внешнего мира определенных людей и события, к которым тянулись мы сами. Лонни неким образом дала понять магнату в другом конце зала, что она продастся тому, кто больше всех заплатит, хотя он был несколько агрессивнее тех мужчин, которых она обычно предпочитала. А Дарла дала понять помощнику официанта, что ее сексуальная агрессия не уступает его собственной.

Было очевидно, что Лонни и Дарла не выйдут из своих моделей отношений с мужчинами, и ситуация будет усугубляться все больше и больше, пока основные проблемы не будут вынуждены проявиться в их сознании. Но погружаясь все глубже, они сами берут на себя большую ответственность. Другими словами, в процессе они накопят много кармы. Эта карма, активированная морфогенетическим резонансом, будет запускать все более значительные исцеляющие циклы. Принцип притяжения подобного к подобному позволяет нам видеть процессы формирования личной, семейной и групповой кармы.

## **Карма уравнивает, а не наказывает**

Понятие кармы широко вошло в западную массовую культуру в шестидесятые годы XX века с ростом интереса к восточным религиям. Под этим подразумевается, что судьба старается уравновесить последствия прошлых поступков, включая и те, что были совершены нами в другой жизни. Мы используем понятие кармы, когда сталкиваемся с необъяснимым явлением, имея в виду, что на самом деле в данном случае восстанавливается определенная справедливость, просто мы не знаем всех обстоятельств этого. Часто подчеркивается пугающий, карательный аспект кармы. Более того, для многих в нем заключается единственный смысл этого слова. Однако не в нем его сущность. Карма – не кара и не месть за поступки прошлого, но процесс их *уравнивания*.

Выполняя задачи, поставленные нами перед самими собой в этом воплощении, то есть расширяя сознание через приобретение разнообразного жизненного опыта, мы создаем разного рода эффекты, реакции и последствия. Закон кармы уравнивает все это. Таким образом, в самом широком смысле это закон исцеления крайностей и восстановления равновесия. Однако с нашей вынужденно ограниченной точки зрения мы и в самом деле можем воспринимать неумолимое действие этого закона как некую жестокость. И если бы не существовало ключа, с помощью которого можно повернуть вспять бесконечный процесс генерации кармы, мы бы не развивались, а только деградировали. Мы бы все больше и больше запутывались в цепи следствий, порождаемых нашими поступками, и не имели никакой надежды на освобождение от оков кармы. К счастью, такой ключ существует. Это *прощение*.

## Прощение исцеляет

Чтобы по-настоящему простить, надо по-настоящему понять. Мы должны ясно видеть общую картину, не испытывая отвращения к ней, не отрицая ее. Мы должны принимать ее полностью. В каком-то смысле это означает, что мы должны стать настоящими *экспертами* в том, что должны простить, и видеть ситуацию со всех сторон, а не только со своей точки зрения.

Приведу пример. Много лет назад я участвовала в семинаре по работе с жертвами инцеста. В самый разгар занятия один из участников признался, что он сам агрессор, и жертвой сексуального насилия с его стороны стала его собственная дочь. Воцарилась долгая пауза. Затем он рассказал, что отбыл тюремное заключение, прошел с родными курс психотерапии и вот уже много лет находится на пути исцеления. Теперь он работает с заключенными, осужденными за то же преступление, что и он сам. Вместе с женой и дочерью он принимает участие в групповых сеансах для родственников таких людей. Его честность создала атмосферу, позволившую и другим участникам семинара открыто говорить о пережитом сексуальном насилии. Он подал пример храбрости, достоинства и смирения, а также честности, и тем самым позволил некоторым присутствующим психотерапевтам, которые сами были жертвами инцеста, понять человека, который нанес им травму. Мы перестали общаться как профессиональные психотерапевты и вместо этого стали *экспертами* и, основываясь на собственном опыте, пытались понять эту человеческую проблему. Когда достигается такое понимание, оно в результате приводит к прощению, а прощение – последний шаг в нашем исцелении. Прощая других, мы сами получаем прощение.

Фраза «и прости нам долги наши, как и мы прощаем должникам нашим» из молитвы «Отче наш» приобретает совершенно иной смысл, если мы расширим свое поле зрения, включив в него многие измерения нашего бытия, проявлявшиеся в прошлых жизнях. Вспомните маленького мальчика Джерри, который был жертвой, и взрослого мужчину Джерри, который был близок к тому, чтобы стать преступником. Разумеется, обе роли (должника и того, кому должны) свойственны и нам, если рассматривать наше развитие на протяжении многих, многих жизней. Чтобы полностью исцелиться, мы должны, наконец, признать, что не так уж сильно отличаемся от наших врагов. И раз наш враг олицетворяет ранее не принятую нами часть нас самих, часть, которую мы хотим исцелить, мы должны принять и полюбить этого врага, который помог нам примириться с собой и со своей душой.

Джордж Стивенс, уважаемый кинорежиссер, говорил, что, когда он готовился к съемкам фильма «Дневник Анны Франк», ему прежде всего пришлось полностью признать нациста в себе. И нам тоже необходимо каждый день признавать в себе нациста, а также убийцу, изменщика, лжеца, жулика и вора. В противном случае мы будем встречаться с ними снова и снова.

Презрение, обида и ненависть, которые мы испытываем по отношению к мнимому врагу, и все наши пожелания ему зла складываются в более сильные конфигурации зла, чем все те, которые мы видим на физическом плане! Если мы хотим, чтобы нам простили долги наши, мы должны простить всем должникам нашим. Это означает, что мы должны *платить* добром за зло. *В самом акте прощения* наша аура очищается.

В Новом Завете сказано, что прощать надо не раз и даже не несколько раз, а «до седмижды семидесяти раз». Другими словами, мы должны прощать бесконечно и безгранично. Возможно, мы еще не понимаем, какой именно наш долг делает прощение необходимым, но морфогенетический резонанс – карма в действии – гарантирует, что мы притягиваем к себе не только свои уроки, но также свои долги и возможности их выплатить. И когда они появляются, то, насколько быстро и безболезненно мы с ними рассчитываемся, во многом зависит от нашего отношения к ним.



Много лет назад в моей жизни произошло событие, смысл которого я тогда не осознала. Однако теперь я понимаю, что оно демонстрирует действие морфогенетического резонанса, исцеляющих циклов и прощения. Я выступала перед слушателями, среди которых в основном были женщины, с лекцией о созависимости в близких отношениях. Когда я сделала паузу, чтобы ответить на вопросы, привлекательная молодая женщина, высокая блондинка, сидевшая в первом ряду, нетерпеливо замахала рукой. Я кивнула ей, и она встала, обращаясь с вопросом ко всем присутствующим.

– Я хочу знать, – начала она, растягивая слова с совершенно очаровательным южным акцентом, – Почему я всегда привлекаю *сирот*.

По рядам прокатилась волна смешков, и она нахмурилась.

– Правда! У кого-нибудь еще бывало такое? Кто-нибудь еще привлекает сирот? Я в этом городе всего пару дней, а уже повстречала двух. Одного в аэропорту, а второго в приемной в моем отеле. Честное слово, их ко мне тянет, как магнитом. Как так у меня получается?

Вопрос меня заинтриговал, и готового ответа, разумеется, у меня не было. В то время я еще не слышала о морфогенетическом резонансе, но я знала, что еще с подросткового возраста меня подсознательно влекло сначала к мальчикам, а затем к мужчинам с серьезной зависимостью от алкоголя и наркотиков. После многих лет работы психотерапевтом я поняла, что многих других женщин тоже привлекает определенный тип «проблемных» мужчин: жестокие мужчины, мужчины, страдающие от зависимости, сексуально одержимые мужчины или трудоголики. Я даже знала одну женщину, которая, сама того не желая, умудрилась дважды выйти замуж за трансвеститов. Так что я осознавала, что многие из нас следуют определенным моделям в отношениях, делая окружающим и получая от них тонкие намеки, из-за которых мы выбираем и нас выбирают партнеры определенного типа. Но чтобы сироты?

– Вы сами росли в приемной семье? – спросила я ее.

– Нет. Ничего подобного. Совершенно обычная семья, – ответила она.

– А как вы относитесь к сиротам? – задала я следующий вопрос.

– О, мне всегда их так *жалко*, – сказала она, растягивая слова еще больше. – У меня всегда такое чувство, что я просто обязана им чем-то помочь, понимаете?

Я кивнула.

– Но объясните, – продолжила она, – откуда им это про меня известно?

Она окинула взглядом присутствующих.

– У кого-нибудь из вас бывает так, чтоб мужчины-сироты постоянно с вами знакомились?

Все слушатели отрицательно покачали головами, кто-то с улыбкой, а кто-то задумчиво.

А потом ее засыпали вопросами.

– По ним похоже, что им нужна ваша помощь? – спросила женщина, сидевшая рядом с ней.

Она задумалась.

– Как правило, нет. Некоторые из них одеты лучше меня, – с улыбкой призналась она.

– Они сразу вам в этом признаются? – раздался голос с задних рядов.

– Нет. Раньше проходило больше времени, но теперь я научилась сразу их об этом спрашивать.

Слушатели загудели.

– А ваши подруги? – спросил кто-то.

– Одна из двух моих лучших подруг – сирота, – сказала она так тихо, что ей пришлось повторить свой ответ, чтобы ее услышали.

– А *сами* вы как думаете, в чем причина? – поинтересовался мужчина сзади.

– Мне интересно, может, дело в моей внешности? Кто-нибудь это видит? – она медленно повернулась, приготовившись к критике.

Люди внимательно глядели на нее, но никто так и не заметил какого-нибудь признака, очевидного для мужчин, которые так или иначе лишились родителей. Она снова вопросительно посмотрела на меня.

– Не знаю. Я ничего не вижу, – сказала я, – но ведь я не сирота.

По залу пробежала еще одна волна смеха. Я задала следующий вопрос:

– Как обычно развиваются ваши отношения с мужчинами?

– О, на какое-то время мы становимся друзьями, а потом наши пути расходятся, – ответила она.

– Без обид? Без неприятного осадка?

– О не-е-ет! – она растянула это слово для пушного эффекта. – Никогда! Ну, иногда я одалживаю им деньги или помогаю найти работу, встать на ноги, поступить в колледж и так далее. Подбадриваю их, понимаете? Пожалуй, какое-то время они на меня рассчитывают.

Она огляделась вокруг.

– Но разве вы все не поступаете так же? Разве вы не пытаетесь помочь другим?

В зале, где в основном сидели женщины, вкладывавшие слишком много сил в свои отношения с мужчинами, раздался голос:

– Да. Именно поэтому мы здесь!

Блондинка с юга смущенно опустила голову.

– Что ж, в общем, мы дружим. А потом, – она грациозно повела рукой, – они просто исчезают из моей жизни...

Она посмотрела на меня и пожала плечами, как бы повторяя свой вопрос. Я тоже пожала плечами, как бы говоря, что ответа у меня нет, и она села на место.

Сегодня я бы сказала, что эта женщина с помощью всех этих сирот, загадочным образом появляющихся в ее жизни, выплачивала некий кармический долг. В пользу этого говорит тот факт, что она с такой охотой им помогала, не ожидая взамен ни эмоциональной, ни финансовой благодарности. Какой бы ни была причина этих встреч, ее история подчеркивает тот факт, что значимые встречи и значимые отношения никоим образом нельзя назвать случайными. У наших встреч и общения есть определенные причины. Даже если мы не признаём и не понимаем эти причины, они все равно остаются проявлениями уравновешивающего закона кармы.

Прощение – единственный «короткий путь» через карму, который мне удалось найти. Благодаря простой готовности простить мы поднимаемся выше того плана, на котором действует закон кармы. Мы переходим на тот уровень бытия, на котором больше не притягиваем к себе те же сложности и травмы посредством резонанса. Мы переходим в мир божественной благодати.

Так, пока мы выполняем крупные и малые задачи в каждом воплощении, кропотливо заполняя пробел за пробелом в обширной карте нашего эволюционного путешествия, именно любовь и прощение заливают разноцветный холст нашей жизни чистым белым светом.

## Глава четвертая. В чем смысл страданий?

Когда я была еще совсем молодым психотерапевтом, работающим с зависимостями, я искренне посвятила всю себя помощи алкоголикам и наркоманам, ставшим моими клиентами. Однако моя терапия оставалась не слишком успешной до тех пор, пока я не поставила условие, чтобы все мои клиенты одновременно посещали встречи «Анонимных алкоголиков» или «Анонимных наркоманов». Только тогда, благодаря пониманию и поддержке других исцеляющихся людей, многие из них смогли вести трезвый образ жизни.

Тем не менее настоящим профессионалом своего дела я стала лишь тогда, когда оставила алкоголиков и наркоманов на попечение соответствующих анонимных программ, а сама сосредоточилась исключительно на членах их семей. Я понимала супругов, родителей, взрослых детей и всех, кто любил жертв зависимости, потому что сама находилась в том же положении. До этого я тоже любила человека, страдавшего от зависимости. Любила до одержимости, как и многие из тех, кто теперь был моим клиентом, и я поняла, как лечить эту рану, наблюдая за своими бывшими клиентами-алкоголиками, которые теперь лечились от зависимости в АА. Я использовала те же шаги и методы, что и они (которые подразумевают, что необходимо подчиниться воле высшей силы, а также делают сильный акцент на служении и помощи окружающим), и их программа начала исцелять мою рану (зависимость от близких отношений) так же эффективно, как их рану (химическую зависимость).

Мне стыдно признавать, что когда-то я действительно считала, будто алкоголики в моей жизни были источником всех моих проблем! Сегодня я с благодарностью признаю в каждом из них катализатор чудодейственного, как я считаю, выздоровления, которое затронуло огромное количество моих глубочайших изъянов характера и помогло исправить множество ошибок, которые я совершала в отношениях с другими людьми. Годы, проведенные в работе с семьями, и написание двух книг помогли завершить исцеляющий цикл. Это были самые плодотворные годы в моей жизни, которые принесли мне огромное удовлетворение. И если бы не душевная рана, всего этого не было бы.

С другой стороны, годы, которые я провела в муках своей созависимой агонии, были невероятно болезненными. Если бы кто-нибудь сказал мне тогда, что все это необходимо, потому что мне предстоит многому научиться, и это самый эффективный способ усвоить урок... Что ж, не уверена, что я бы обрадовалась таким словам. И хотя, оглядываясь назад, я понимаю, насколько необходимо и даже насколько идеально все это было, и все страдания определенно стоили дара, я бы все равно не смогла сознательно решиться пройти через это, чтобы научиться тому, чему научилась. Никто из нас не согласился бы по своей воле пройти через мучительные травмы и страдания ради подобного дара, потому что дар, с нашей непросвещенной точки зрения, того бы не стоил.

Представьте, что перед вами появится человек и скажет: «Вам предстоит множество трудностей в ближайшие годы. Вас ждет постоянная депрессия, порой полностью парализующая вас, и пара страшных нервных срывов. Вы переживете два развода, на некоторое время лишитесь возможности общаться с обоими детьми, так как они не смогут мириться со всеми вашими проблемами, и ко всему прочему у вас разовьется страшная пищевая аллергия и прочие проблемы со здоровьем. Ой, а еще вас совершенно растопчут как профессионала, когда уволят с работы. Все это поставит вас на колени, вы, наконец, сдадитесь, и это позволит вам получить необходимую помощь. Помощь, однако, придет не от психотерапевта, а от духовного подхода к своим проблемам при поддержке группы соратников. На ваше выздоровление уйдут годы, но в результате вы многому научитесь и поймете многое из того, что пока вы даже не считаете важным. И тогда вы сможете по-настоящему помогать другим и личной работой, и книгами об исцелении созависимости».

Как бы вы отреагировали? Все это, среди прочего, произошло со мной, но если бы мне дали выбор, я бы сказала: «Ни за что! Ничто не стоит таких мучений!»

А если бы через несколько лет мне заранее сообщили, что для написания этой, третьей книги мне придется провести семь долгих лет в одиночестве, я бы сказала: «Нет, я бы так не смогла. Я слишком активный человек. Должен быть какой-то другой выход...»

Теперь вы понимаете, почему наша душа, наше высшее Я не дает нам выбора. Она знает, что нам необходимо пережить и создает физическое, астральное (эмоциональное) и ментальные тела, которые вместе образуют наш следующий сосуд для существования на земном плане. Эти тела заставляют нас притягивать необходимый жизненный опыт без нашего сознательного согласия. Наше высшее Я также знает, что в результате (хотя на это может уйти несколько жизней) усвоенные нами уроки и достигнутый нами уровень сознания намного перевесит все перенесенные мучения. Кроме того, страдания либо стираются из памяти подобно родовым мукам после появления ребенка на свет, либо их остаточное действие может быть устранено в последующих исцеляющих циклах. Но любой прогресс в сознании, достигнутый во время существования на земном плане, переходит из одного воплощения в другое, ведь его плоды сохраняются в нашей высшей сущности или в «постоянном атоме», как называют его эзотерики. Этими плодами можно воспользоваться, когда мы вновь достигнем достаточной физической, эмоциональной и интеллектуальной зрелости в последующем воплощении. Именно поэтому так часто в процессе обучения мы считаем, будто нас осенило. Так мы возвращаем в наше сознание истины, которыми уже овладели и которые теперь хранятся в глубинах нашей души.

## Спираль эволюции

Считайте приведенную ниже схему картой путешествия души по земному плану, где она снова и снова воплощается в физическом теле, чтобы приобретать новый жизненный опыт для расширения сознания:



Любая эволюция происходит по спирали или циклично, и после каждого витка спирали есть точка завершения, чувство удовлетворения, когда мы говорим себе: «Достаточно». В перерыве между воплощениями мы какое-то время отдыхаем. Рано или поздно этот покой вновь нарушается – возникает желание дальнейшего роста. Именно это желание человека притягивает в его жизнь новые возможности в физическом мире. Двигаясь вверх по спирали, мы достигаем наивысшего просветления, которое освобождает нас от необходимости воплощаться в физическом мире. Весь наш предыдущий опыт подталкивает нас к такому просветлению. Эта схема применима ко всему путешествию, которое совершает наша душа, наше высшее Я, и которое началось давным-давно, когда душа впервые откликнулась на божественный призыв заключить частицу себя в физическую материю ради следующей цели:

**Воплощение в материальном мире**

\*

### **Приобретение жизненного опыта**

\*

### **Расширение сознания**

Эта схема применима и к любому *эпизоду* воплощения в материальном мире, получения жизненного опыта и расширения сознания в нашем долгом путешествии. Такой эпизод может находиться в пределах одной жизни или же охватывать несколько жизней, прежде чем наше существо достигнет такого уровня сознания, на котором произойдет исцеление и коррекция.

## В чем состоит ваша травма?

Тот факт, что вы читаете эту книгу, скорее всего, означает, что в рамках схемы эволюции сознания вы находитесь в очередном эпизоде на этапе травмы и стараетесь избавиться от причиняемой ею боли. В этом контексте травма – это любые обстоятельства, вызывающие сильные длительные эмоциональные страдания, независимо от того, могут ли эти обстоятельства оказать такое же воздействие на другого человека. Наша травма может быть вызвана внутренними или внешними факторами; нанесена конкретными людьми или стечением обстоятельств (судьбой); может беспокоить нас постоянно на протяжении длительного времени или однажды прекратит мешать нам и перестанет быть для нас бременем. Какой бы ни была природа этой травмы, мы практически всегда считаем ее несправедливой и незаслуженной. В результате, как мы увидим, отношение к травме сильно меняется на разных этапах исцеления. То, что когда-то считалось темницей, позже становится вратами к самопознанию.

Давайте посмотрим на вашу травму, ее роль в вашей жизни и ее влияние на ваше сознание. Мы не пытаемся устранить ее последствия, так как наша истинная цель заключается не в исцелении, а в расширении сознания. Однако более глубокое понимание травмы ускоряет процесс исцеления и расширения сознания.

Порой бывает полезно точно и прямо охарактеризовать свою травму. Используйте для этого одно слово или максимально короткую фразу, например:

\* Смертельная болезнь \* СПИД \* Созависимость \* Отсутствие любви \* Бедность, нужда  
\* Неприспособленность к условиям жизни \* Отсутствие работы \* Смерть близких \* Банкротство \* Импотенция \* Унижение \* Нестабильность \* Изоляция \* Уродство \* Сексуальное домогательство \* Инвалидность \* Насилие \* Одиночество \* Зависимость \* Отверженность \* Неудача  
\* Депрессия \* Развод \* Мысли о самоубийстве \*

А теперь представьте себе, что вы носите на груди значок с названием вашей травмы, вышей боли, о которой теперь знает весь мир. Представьте, как изменилось бы ваше состояние в таком случае – ведь можно было бы прекратить прикладывать столько усилий, чтобы выглядеть как все, словно ничего не произошло, вопреки всему, что вы сейчас переживаете.

Когда-то ту же роль играл обычай носить черные одежды или траурные нарукавные повязки после смерти близкого человека. По сути, на период траура они избавляли скорбящего от необходимости отвечать обычным ожиданиям общества. Сегодня этот обычай практически исчез, но представьте на минуту, что вы надели траурную повязку в виде воображаемого значка, и разрешите себе перестать делать вид, что у вас все нормально.

Один из вариантов этого приема я использовала на своих семинарах, посвященных исцелению зависимостей. Я просила всех участников носить бейджи с названием одной зависимости, от которой они страдали. Почти все извлекали тот или иной урок из своей реакции, вызванной этим упражнением. Кто-то ощущал стыд, кому-то казалось, что его «раскрыли». Другие могли назвать лишь свою вторичную зависимость, но не ту, что представляла для них основную проблему. Многие с удивлением обнаружили, что чувствуют облегчение от того, что больше нет необходимости скрывать столь важный аспект их жизни. А некоторые просто не знали, какую зависимость выбрать!

Представьте себя носящим ярлык своей травмы и наблюдайте за собственной реакцией. Вам стыдно? Слишком стыдно, чтобы даже мысленно дать своей травме откровенное название? Вы ищите другие, менее болезненные формулировки или называете менее важную проблему? Или вы чувствуете облегчение от того, что окружающие теперь в курсе ваших про-

блем, ведь некоторые из них могут вас понять? Или у вас столько травм, что вам сложно выбрать только одну? Здесь нет правильных или неправильных реакций. Просто наблюдайте за собственной, потому что она подскажет вам, как именно вы относитесь к своей травме.

Рассказать окружающим о существовании нашей травмы – первый необходимый шаг к этапу признания собственного поражения перед лицом обстоятельств в вышеуказанной схеме. Именно поэтому в программах «12 шагов» собрания начинаются с того, что присутствующие признают, что они алкоголики, наркоманы, азартные игроки, имеют избыточный вес и так далее, открыто принимая тот факт, который они так долго пытались скрыть и который сделал их жизнь невыносимой. Стоит принять во внимание, что подобные признания более уместны на анонимных собраниях, нежели на открытых публичных встречах. Сейчас я прошу вас публично признать свою травму лишь в своем воображении, ведь даже это позволит высвободить часть энергии, которую вы тратите на попытки скрыть то, что в данный момент составляет значительную часть вашей личности.

Все равно все мы «носим» наши травмы на энергетическом уровне, и все мы способны (пусть пока только подсознательно) «читать» энергетические поля друг друга и определять наличие этих травм. Можно сказать, что в действительности на более тонких уровнях нет ничего скрытого, там нет никаких секретов. Продолжая развиваться, все мы в результате сможем сознательно «читать» энергетические поля друг друга. Когда придет это время, отрицание перестанет быть возможным, и нам самим будет проще продолжить исцеление.

А теперь по шкале от одного до десяти дайте оценку влиянию вашей травмы на вашу жизнь в целом. Другими словами, на сколько процентов человек, которым вы сейчас являетесь, состоит из вашей травмы? Оценивайте не спеша. Очень и очень многие понимают, что их травма занимает более 90 процентов их личности, если говорить о собственных мыслях, чувствах и действиях, а также о том, какую часть вашей энергии в своей повседневной жизни она отнимает. Вы должны понять, что та сила, с которой ваша травма действует на вас, станет впоследствии движущей силой вашей трансформации. Глубокая травма – основная тема, вокруг которой будет строиться ваша жизнь до тех пор, пока она не будет исцелена, и вы не осознаете, какой дар несет вам эта травма. Более того, каждая травма – часть тайного замысла нашей жизни, своего рода «заговора» нашей души, нашего высшего Я для исполнения нашей жизненной задачи.



## Как травмы помогают нам в нашем развитии

Бывает, как в следующей истории, что наши травмы толкают нас на путь, который выбрала для нас душа, но которому сопротивляется наша личность. Другими, словами, травма может создать необходимое напряжение, помогающее пройти через исцеляющий цикл.

Разорение. Травмой Рене было разорение. Она была «двойным» Раком: и Солнце в Раке, и Рак как восходящий знак в ее гороскопе наделяли Рене стремлением к безопасности. Она так и не смогла оправиться от шока, когда, по ее же словам «потеряла все». За те годы, в течение которых некогда прибыльный бизнес мужа стал убыточным, а их брак начал рушиться под давлением финансовых проблем, она обращалась за помощью к бесчисленным экстрасенсам, отчаянно желая получить совет, который вернул бы их жизнь в привычное русло. Ей несколько раз говорили, что их действительно ждут серьезные перемены, но это необходимо, чтобы каждый из них в результате стал счастливее, однако эти слова лишь усиливали ее страх. Она еще не знала, что предстоящее банкротство и развод станут катализаторами более серьезного исцеления гораздо более глубокой травмы, которая имела самое прямое отношение к ее сущности и жизненной задаче.

Я познакомилась с Рене солнечным летним днем, но она была одета во все черное. Ее темные длинные волосы казались вуалью, за которой она пряталась. В больших глазах читался испуг, а печать страха и волнений придавало практически угрожающий вид ее красивому лицу. Ее аура, подобно одеянию и выражению лица, была темной, тяжелой и жесткой.

На данный момент Рене уже несколько лет была в разводе, но потеря денег, целого состояния, волновала ее гораздо больше, чем разрушенный брак. Снова и снова она начинала предложения словами: «Когда у нас были деньги...» После банкротства компании мужа она с трудом сводила концы с концами, и ее решение прийти ко мне было вызвано недавним увольнением с работы и неудачными поисками новой. Сложившаяся ситуация вызывала у нее панику. Наша общая подруга рассказала ей, что я иногда составляю гороскопы, и Рене обратилась ко мне за помощью. Она отчаянно хотела услышать, что скоро ей предложат новую работу, и все снова будет как раньше. Как только я ее увидела, интуиция подсказала мне, что ничего не будет «как раньше», так как она движется вперед к совершенно новому этапу жизни, и ее возраст подтвердил мою догадку. Ей было сорок два.

Как показывают астрологические исследования, значительных перемен в жизни следует ожидать примерно каждые семь лет благодаря аспектам, которые образует Сатурн по отношению к своему положению в карте рождения. Но в двадцать один, сорок два, шестьдесят три и восемьдесят четыре года взрывная революционная сила Урана добавляется к склонности Сатурна проводить нас через перемены и страдания, которыми они зачастую сопровождаются. Рене достигла переломного возраста в сорок два года, и я подозревала, что ее ждут сильнейшие потрясения.

Ее гороскоп показывал, что в этой жизни ей действительно предстоит усвоить урок, связанный с деньгами и материальным богатством. Но более любопытными мне показались признаки того, что она сама обладает невероятной силой и даром ясновидения, которые должны найти очень необычное выражение. Когда я рассказала об этом Рене, она опустила голову,

и вуаль волос вновь закрыла ее лицо. Я решила помолчать и подождать. Какое-то время мы сидели в напряженном молчании, после чего она с явной неловкостью призналась, что ее бабушка была ясновидящей. Я просто кивнула, ожидая продолжения истории.

Наконец она выпалила, что всегда мечтала быть ясновидящей, могла общаться с животными, понимать их язык и переводить его в слова. Она также научилась направлять энергию таким образом, чтобы лечить больных или раненых животных. Более того, друзья, знавшие о ее способностях, несколько раз обращались к ней с просьбой помочь их домашним животным. Те из них, чьи животные страдали от таинственного недуга или болезни, либо просто странно себя вели, особенно жаждали ее помощи. Она всем отказывала из страха перед возможной критикой или, что еще хуже, давлением со стороны каких-нибудь религиозных групп или отдельных людей, которые могли увидеть угрозу в ее способностях. Когда я осмелилась предположить, что она обладает чудесным даром, который ей предписано использовать, она резко бросила в ответ:

– Вас явно никогда не сжигали на костре!

– А вас? – спросила я.

В ответ она еще больше скрылась за вуалью волос и заломила руки – прекрасные чувственные руки с узкими ладонями и тонкими пальцами. Руки экстрасенса, руки целителя.

– Я лишь знаю, что больше всего на свете хочу этим заниматься. Я хочу помочь и знаю, что могу, но я *так* боюсь...

Она умолкла и сжала кулаки так сильно, что суставы пальцев побелели.

В тот день я мало чем могла ей помочь. В следующий раз мы встретились с Рене через два года. Ей пришлось напомнить мне, кто она. Пожав мне руку, она рассмеялась и сказала, что мы уже знакомы. Я бы ни за что не узнала в этой яркой, широко улыбающейся женщине с короткими блестящими волосами ту Рене, которую я видела два года назад.

Для Рене это были удивительные годы. По мере того, как каждая попытка найти работу заканчивалась неудачей и ее финансовое положение стабильно ухудшалось, Рене нехотя начала помогать друзьям с животными. Результаты оказались впечатляющими. Каждый раз, пользуясь своим даром ясновидения, она составляла историю животного, восстанавливая такие подробности, о которых она просто не могла знать, и эти подробности подтверждались в разговорах с нынешними или прежними владельцами и заводчиками. Несколько раз Рене провела «энергетические сеансы» на расстоянии для хромых лошадей и дала рекомендации их владельцам. По словам этих людей, в результате лошади выздоровели, и после этого о ее способностях пошла молва. Ее уверенность в своих силах росла по мере того, как к ней стали обращаться незнакомые люди, владельцы птиц, змей, лошадей, кошек и собак. Ей достаточно было лишь клички и фотографии животного, чтобы настроиться на нужную волну и понять, что животное хотело сообщить.

Животные, как правило, общаются с теми людьми, которые находятся на одной с ними «волне», телепатически «отправляя образы» того, что им нравится, чего им не хватает и так далее. Рене обнаружила, что иногда животные отправляют образ места или ситуации, о которой мечтают. Зачастую этот образ вскоре воплотился в реальность, словно животное показывало Рене свое будущее! Например, огромный, грозный сторожевой пес, чьи хозяева

пытались найти ему новый дом, показал Рене образ, в котором катал на спине детей. Перед разговором с Рене хозяйка пса даже не думала, что его можно отдать в семью с детьми. Но через несколько дней после сеанса, когда мать двух малышек увидела пса в парке и изъявила желание его забрать несмотря на его грозную репутацию, хозяйка нехотя согласилась. На следующий день новая владелица позвонила ей и рассказала, что ее маленькие дети все утро катаются верхом на псе, и он выглядит совершенно счастливым.

Рене с гордостью сообщила мне, что теперь учит других общаться с животными, и эти ее занятия наряду с целительством занимают все ее время и приносят огромное удовольствие. Они с бывшим мужем стали больше общаться. Он начал новое дело, которое очень любит, и вот-вот снова встанет на ноги в финансовом плане.

– Он лучше всех понимает меня и мою новую работу, – сказала Рене. – Он всегда хотел, чтобы я этим занималась, но я очень боялась даже попробовать, пока не оказалась одна, и у меня не осталось другого выбора. Теперь я даже не представляю, как могла заниматься чем-то другим, как и он.

– А как же деньги? – спросила я.

– Ах, *это*, – рассмеялась она. – На самом деле, в финансовом отношении дела у меня лучше, чем когда-либо. Но сейчас для меня это не так важно, как раньше. В те годы, когда у нас были деньги, я не была по-настоящему счастлива, и я все равно боялась их потерять.

Она на секунду задумалась.

– Быть может, дело в том, что я в глубине души уже знала, что останусь одна и буду зарабатывать ясновидением, и я очень боялась вернуться к этому. Боялась того, что может случиться.

Я заметила, что Рене употребила слово «*вернуться*», но не стала заострять на этом внимания. В этой жизни она почти ничего не сделала для развития способностей к ясновидению и целительству, значит, они уже были развиты ею в других воплощениях. Банкротство стало той самой травмой, что вынудила Рене вновь обратиться к своим врожденным дарам, за которые она наверняка дорого заплатила в другом месте в другое время. Лишь благодаря тому, что она использовала их вновь, призрак «сожженной ведьмы», сопровождавший Рене в ее сознании и даже в какой-то мере во внешности, наконец, оставил ее. Исцеление этой более глубокой травмы из прошлой жизни исцелило и травму из этой жизни. Банкротство сыграло свою роль. Оно вынудило ее подчиниться собственному исцелению. А ее страх гонений вынудил ее осознанно проанализировать мотивы использования собственного дара.

– Должна признаться, – продолжала Рене, – я понимаю, что практика ясновидения и духовного целительства могут быть восприняты некоторыми как опасная угроза или даже зло. Дело в том, что при этом используется *воля*, и если не подчинить себя воле высших сил, то будешь действовать лишь из эгоистичного своеволия. Единственная разница между черной магией и белой магией заключается в том, чья именно воля здесь действует – ваша собственная эгоистичная воля или воля высших сил, направляющая вас и ваши поступки.

На секунду она замолчала.

– Теперь я постоянно молюсь, каждый день прошу наставить меня на путь истинный. Я делаю это перед каждым сеансом, перед каждым своим семинаром. Я хочу, чтобы моим единственным мотивом была любовь. И я

чувствую, что через меня действуют эти высшие силы и эта любовь, даже если все идет не совсем так, как мне бы хотелось.

Она со всей серьезностью посмотрела на меня.

– Надеюсь, я научилась никогда не злоупотреблять своим даром и использовать его исключительно на благие цели.

В наше время, когда дар ясновидения, подобных тому, который был у Рене, окружен столь привлекательный ореолом таинственности и избранности, мы часто предполагаем, что каждый, кто наделен подобными способностями, должен обладать очень возвышенным сознанием. Подобное справедливо в той же мере, что и утверждение, будто каждый, кто обладает врожденным талантом в музыке, живописи или высшей математике, очень развит духовно. Любой дар, что выделяет нас на фоне других, – красота, талант, интеллект, спортивные достижения или что-либо другое – на самом деле представляет собой испытание. И чем больше этот дар, тем труднее использовать его ответственно, невзирая на возможности и искушение поступить иначе.

Я считаю, что Рене работала над устранением двух несовершенств, пришедших из предыдущих жизней: жадности и своеволия. Возможно, именно они в прошлом и вынудили ее злоупотреблять своими способностями. В этой жизни страх преследования гарантировал, что она будет ответственно использовать свой дар или не будет использовать его вовсе. Это был важный шаг в ее развитии и как ясновидящей, и как воплощения души, высшего Я.

## Устранение изъянов характера через исцеление травм

Как мы еще обсудим в этой главе, травмы и недостатки человека тесно связаны. Порой мы получаем травму из-за своего недостатка, который «приглашает» в нашу жизнь определенных людей или события. В других случаях возникновение травмы не связано с определенным недостатком, однако при этом травма становится средством преодоления и устранения отрицательной черты характера.

Пожалуйста, подумайте, какие именно недостатки ваша душа, ваше высшее Я могло захотеть устранить с помощью трудностей, в которых вы сейчас оказались. Возможно, они относятся к одному из так называемых семи смертных грехов. Считается, что изначально слово «грех» означало ошибку, промах<sup>2</sup>. Лучник, выпустивший стрелу и промахнувшийся мимо цели, грешил. Подобные «грехи» – необходимая и неизбежная часть процесса обучения стрельбе из лука, как и процесса обучения души жизни в физическом теле. И они так же естественны, как врожденное стремление преодолеть промахи, добиться совершенства – и в качестве лучника, и в качестве воплощения души.

Хотя семь смертных грехов могут показаться чем-то старомодным и архаичным, они до сих пор присутствуют в нас:

Гнев  
Гордыня  
Чревоугодие  
Алчность  
Тщеславие  
Похоть  
Уныние<sup>3</sup>

Это наши самые естественные и предсказуемые реакции на давление и ограничения жизни в физическом теле на земном плане. Однако по мере того, как мы добиваемся гармонии с душой, каждый такой недостаток или грех должен превратиться в противоположную ему добродетель. Гнев должен развиваться в сдержанность; гордыня – в смирение; чревоугодие – в умеренность; алчность – в удовлетворенность тем, что имеем; похоть – в непорочное партнерство; уныние – в готовность переносить невзгоды, выпавшие на нашу долю. К этим недостаткам я бы добавила еще два: эгоцентризм, который должен уступить место желанию служить другим людям; и своеволие, на смену которому должна прийти покорность воле высших сил.

Задумайтесь на минуту, каким образом различные травмы предоставляют нам возможность устранить те или иные недостатки. Например, если мы считаем, что нас не любят, возможно, истинная проблема заключается в нашем эгоцентризме, нашей жажде внимания. Если мы обезображены, возможно, нам стоит научиться ценить себя не только за свою внешность. Если мы обделены деньгами, возможно, мы боремся со своими старыми привычками, вызванными алчностью и, значит, наша задача состоит в том, чтобы научиться делиться тем малым, что у нас есть, ведь умение делиться – основа здорового процветания всех и каждого.

---

<sup>2</sup> Очевидно, что в русском языке слово «грех» первоначально использовалось в значении «ошибка» – сравните его с однокоренными словами «погрешность» и «огреха». У древних греков и иудеев слово «грех» означало промах, погрешность или провинность. – *Прим. ред.*

<sup>3</sup> Авторская трактовка семи смертных грехов. В православии выделяют восемь *страстей*: чревообъядение (т. е. чревоугодие), любодееяние (т. е. похоть, или блуд), сребролюбие (алчность), гнев, печаль, уныние, тщеславие, гордость (гордыня). Реже их называют смертными грехами, ибо эти страсти, полностью овладев человеком, нарушают его духовную жизнь, лишают возможности спасения и ведут к вечной смерти. Иногда, говоря о страстях, объединяют печаль и уныние. Считается, что за каждой страстью стоит определенный бес, зависимость от которого и делает человека пленником определенного порока. – *Прим. ред.*

Конечно, все эти примеры сильно упрощены. В большинстве случаев проявление наших недостатков и обстоятельства, требующие их устранения, бывают глубоко личными. Поэтому не стоит каждого бедняка обвинять в том, что ему надо избавиться от алчности. В конце концов, осуждение других – тоже серьезный изъян!

Такие недостатки развиваются и укореняются на протяжении нескольких жизней, и потому для превращения их в достоинства может понадобиться несколько воплощений. Но по мере возвращения каждой из этих добродетелей наша заикленность на себе уступает место заботе о благополучии других. Развитие такого *группового сознания* – одна из основных задач, которые рано или поздно встают перед каждой душой в разных воплощениях. Мы неизбежно притягиваем к себе давление обстоятельств и возможности, которые позволят нам выполнить эту задачу.

## К истине через травму

Еще одна из наших задач в каждом воплощении – избавиться от иллюзий. Зачастую наша травма связана с некой иллюзией, под действием которой мы провели несколько жизней. Даже если мы в конечном итоге освобождаемся от этой иллюзии, мы очень редко способны оценить масштабы ее прежнего влияния на нас и нашу жизнь. Следующая история иллюстрирует связь между травмой, вызванной страхом быть брошенной, и иллюзией освобождения спасителем. Она показывает, каким сложным может быть процесс выявления истины.

Дженнифер никогда особенно не задумывалась о прошлых жизнях, не знала, верит ли она в них, и уж точно не ожидала вдруг окунуться в переживания, пришедшие из одной из них. В связи со старой травмой шеи и плеча она обратилась к Ирен, опытной массажистке, практикующей технику глубокого массажа по методу Иды Рольф, которая призвана корректировать структурные отклонения и также известна как рольфинг. Дело было во время девятого из обычных десяти сеансов рольфинга. Ирен прорабатывала область рта и челюсти Дженнифер, чтобы снять привычное напряжение в этой области, как вдруг Дженнифер испустила несколько стонов, которые быстро переросли в крики ужаса, а ее тело забилося в сильнейших конвульсиях.

Ирен сама прошла через нечто подобное и несколько раз наблюдала то же у других своих клиентов, поэтому она сразу поняла, что происходит. Она схватила руку Дженнифер и спокойно, но твердо сказала:

– Смотри внимательно и Расскажи мне, что происходит. Расскажи, что ты видишь.

Дженнифер продолжала кричать, а Ирен продолжала настаивать, чтобы она описала происходящее. Когда Дженнифер заговорила, эмоциональный накал начал спадать, и она наконец смогла описать события по мере их развития от начала до конца.

– Я вижу мальчика лет восьми или девяти, – сообщила она, когда набралась сил для речи. – Он совсем не похож на меня сейчас, но я *знаю* этого мальчика. Я знаю все, о чем он думает и что чувствует. Знаю его самые сокровенные мысли. На улице начинает темнеть. Мы садимся ужинать. Все очень скромно и просто. Мой отец – фермер.

Пытаясь совладать с нахлынувшими на нее эмоциями, Дженнифер продолжила:

– Кто-то выбивает дверь. Мы даже не слышали, как они подошли к дому. Я сижу спиной к двери, но вижу все на лице отца. Он словно говорит: «Они здесь». Они одеты в форму. Кричат на отца, но я не понимаю слов. Двое из них начинают обыскивать комнаты, ломая мебель прикладами винтовок. Кладовая загорожена занавеской, и за ней они находят то, что искали: радиопередатчик, с которым работает отец. Его ставят на стол перед нами и разбирают у нас на глазах. Потом один из солдат крепко хватает меня за плечо (Дженнифер поморщилась от боли) и тащит меня на улицу. Я кричу: «Папа! Папа!»

У Дженнифер снова потекли слезы, ее дыхание стало частым и поверхностным. Рассказ она продолжала с трудом.

– Он ведет меня к амбару, подталкивая в спину винтовкой. Потом хватает за плечи и начинает бить меня и кричать. Я не могу защищаться. Ударившись головой о стену, я сползаю на землю, и тогда он начинает бить меня ногами. Я лежу на земле, а он все бьет и бьет меня.

Дженнифер застонала.

– У меня в голове только одна мысль: вот сейчас придет отец и спасет меня. Он сильный. Он придет, и все закончится, – Дженнифер сквозь слезы посмотрела на Ирен. – На этом все. Конеч.

Ирен села на кушетку рядом с Дженнифер, обняла ее и сидела так до тех пор, пока яркие впечатления от жестокой сцены не стали меркнуть. Потом она объяснила то, что Дженнифер и так уже поняла: скорее всего, она сейчас заново испытала жестокий конец своей предыдущей жизни. Ирен предположила, что тема, связанная с этой страшной смертью, господствует в нынешней жизни Дженнифер. Быть может, Дженнифер сможет ее распознать.

После долгого молчания Дженнифер закрыла глаза и ответила тихо, но уверенно:

– Если меня бросят, я умру.

Последовала еще одна долгая пауза, после чего она кивнула и добавила:

– Вот что я чувствовала, когда была тем мальчиком, и отец не пришел. Меня бросили. И в этой жизни меня бросали снова и снова.

Ирен кивнула:

– Я бы сказала, что страх быть брошенной был для тебя проблемой и до предыдущей жизни, ведь ты именно так интерпретировала свою травму: тебя *бросили*. А ведь ты могла отнестись к тому нападению иначе и подумать: «Это *несправедливо*. Я такого не заслуживаю». В таком случае в этой жизни ты имела бы дело со справедливостью, а не с одиночеством. Или ты могла бы разозлиться и страстно пожелать мести. Не зная, что тебе остается жить всего пару минут, ты могла бы поклясться себе: «Я убью его, когда вырасту».

Ирен продолжила:

– В момент насильственной смерти кристаллизуется нечто, что задает тон следующей жизни. И единственный способ освободить кристаллизованную энергию – найти для себя совершенно иную точку зрения на соответствующую проблему. В твоем случае это страх быть брошенной.

– Так и произошло. Я словно всю жизнь готовилась к тому, что случилось в прошлом году, когда умер муж. Я любила его. *Люблю* его, – тут же поправила Дженнифер. – Очень сильно. И я смогла отпустить его, позволить ему оставить меня, потому что он так решил. Это, пожалуй, было самым сложным и самым лучшим решением в моей жизни.

– Начни с самого начала, – попросила Ирен.

История Дженнифер, рассказанная без намека на жалость к себе, была поистине сагой об одиночестве.

– Отец бросил маму, когда мне было четыре года. Я его обожала, а потом его вдруг не стало. До сих пор помню, как я всё плакала и плакала, спрашивала, где папа. Но эти вопросы маму только злили, и я перестала их задавать, хотя по-прежнему хотела знать ответы. Когда мне исполнилось пять, мама тоже ушла, оставив меня с бабушкой. Она иногда приезжала меня навестить, раз в два или три года, но к тому времени она уже стала для меня чужой. Когда мне было лет тринадцать, она перестала приезжать. Бабушка отказывалась отвечать на все мои вопросы о родителях. Она сильно ненавидела моего отца и очень стыдилась матери. И поэтому, чтобы не ссориться с ней, я снова перестала задавать вопросы.

Бабушка постоянно намекала мне, что на меня уходит слишком много денег. И когда я в шестнадцать лет выиграла конкурс и стала работать моделью,



она была рада, что я приношу в дом деньги. Я стала успешной и в восемнадцать лет познакомилась с мужчиной намного старше меня, писателем. Его внимание мне льстило, и каким-то образом я умудрилась не заметить, что он гораздо больше пьет, нежели пишет. Он уговорил меня уехать в Мексику, где мы жили около трех лет в своего рода писательской колонии. А потом, когда я была на седьмом месяце беременности, он вдруг вернулся в Штаты без меня.

Свою дочь, Лори, я родила в Мексике. На жизнь я зарабатывала тем, что присматривала за местными летними дачами американцев. Когда пришла пора Лори идти в школу, мы вернулись в Калифорнию, где я выросла.

За все эти годы я несколько раз заводила отношения с мужчинами. Кто-то бросил меня ради другой женщины. Кто-то просто меня бросил. Большинство этих мужчин были алкоголиками, и когда мне было тридцать два года, я обратилась за помощью в организацию «Анонимные алкоголики». Я просто была не в силах так жить дальше. Думала, в АА меня научат, как строить отношения с тогдашним моим мужчиной-алкоголиком. Но к тому времени, как другие участники собраний научили меня, как лучше справляться с ситуацией, он уже ушел от меня. Послушав рассказы других людей на собраниях, я проанализировала собственное прошлое и поняла, что у матери, а возможно, и у отца были проблемы с алкоголем. Всю свою жизнь я пыталась удержать то одного алкоголика, то другого, пребывая в ужасе от того, что они могут меня бросить. И благодаря «Анонимным алкоголикам» я впервые начала понимать, что иногда самым большим проявлением любви к человеку бывает способность его отпустить. Это был самый тяжелый для меня урок. Сколько я себя помню, что-то внутри меня всегда кричало: «Не бросай меня, не бросай меня! Я не хочу, чтобы меня опять бросали!»

Проведя в программе «12 шагов» пару лет, я познакомилась с Грегором. Он был во всем идеальным для меня партнером. Мы понимали друг друга с полуслова.

Год спустя мы поженились, хотя я до сих пор удивляюсь, как он отважился на столь серьезный шаг. Моя дочь, мягко говоря, его не жаловала. Мне приходилось ходить на собрания «Анонимных алкоголиков» только для того, чтобы напомнить себе, что есть вещи, которые я не в силах ни изменить, ни исправить. Я очень хотела, чтобы мы все были счастливы вместе, но ничего не вышло. Грегор был очень добрым, очень терпеливым, очень любящим. Но мне порой кажется, что Лори не хватало эмоционального напряжения, которое мы постоянно испытывали со всеми этими алкоголиками.

Однажды вечером совершенно неожиданно позвонил отец Лори. Он *ни разу* ее даже не видел, а тут вдруг позвонил и пригласил приехать к нему в Чикаго. После звонка мы обсудили возможность отправить ее к отцу на лето. Вместо этого она сбежала. Просто села на автобус и отправилась напрямик к отцу. Ей было четырнадцать. Мы с Грегором долго обсуждали ситуацию и решили проявить уважение к решению Лори. Если бы мы заставили ее вернуться, она бы снова сбежала, а попытки это предотвратить лишь сделали бы всех нас несчастными. Думаю, мы оба верили, что когда-нибудь она *захочет* вернуться. Но она нашла агентство в Чикаго и в пятнадцать лет стала моделью, как бы пойдя по моим стопам. Сейчас ей девятнадцать, и она мечтает стать актрисой. Это довольно непростой образ жизни, но, мне кажется, он ей подходит. Может, потому, что я не видела, как она повзрослела и превратилась

в молодую женщину, я до сих пор жду, что она вернется домой и войдет сюда через заднюю дверь.

Я не думала, что может быть что-нибудь хуже отъезда Лори. Если бы не Грегор и «Анонимные алкоголики», мне кажется, я бы действительно сошла с ума.

А два года назад у Грегора случился приступ астмы, и он потерял сознание. К тому моменту, как его привезли в больницу, он не подавал признаков жизни. Врачи вернули его, и несколько дней он просто плакал. Наконец он взял мою руку и сказал, что он совершенно не боится и просто попробует жить дальше. Он так и сказал: «Пожалуй, я просто попробую».

Я знала, что он имеет в виду. Он будет *жить* вместо того, чтобы просто пытаться выжить. А я снова окажусь брошенной. Но я также знала, что это его жизнь, и он вправе принять такое решение. И я знала, что его решение абсолютно верное.

Грегор был столяром. Он любил свою работу, хотя шлифовка дерева и связанная с этим пыль, попадающая в легкие, только усугубляла его астму. Он любил живших по соседству друзей, большинство которых знал с детства. Он любил горы, где мы жили. Горы, в которых было больше видов чапаралья и больше видов плесени из-за влажного морского воздуха, чем в любом другом месте на Земле. Такой воздух был для него смертелен, и все же именно эти места были ему по сердцу.

И вот, он вернулся домой, к нему постепенно возвращались силы, и его стали навещать все его друзья. Было такое ощущение, будто они совершают паломничество, чтобы с ним проститься. Лори тоже приехала и сказала, что очень любит его и благодарна ему за то, что он был ей прекрасным отчимом. Их примирение превзошло все мои надежды.

Каждый момент был наполнен жизнью, потому что мы *знали*, что скоро все закончится. У нас словно был медовый месяц, мы были такими честными друг с другом, такими свободными, такими *настоящими*. Мы ценили каждую секунду. И часто, очень часто мне хотелось схватить его и умолять подумать обо мне, переехать туда, где он мог бы легче дышать, быть в безопасности и *жить*, но мы уже *жили*, и жили так, как ему хотелось, а это был единственный дар, который я могла ему предложить. У нас был целый год, прежде чем случился еще один страшный приступ. На этот раз он был один в машине на парковке возле супермаркета.

Дженнифер перешла на шепот и замолчала. Через какое-то время она продолжила:

– Порой я думаю, правильно ли я поступила. Я могла бы с ним поспорить, настоять на том, что он должен жить ради меня, попробовать заставить его переехать, прекратить работать в мастерской. Или я могла бы никогда не оставлять его одного. Но я *знаю*, даже если никто больше этого не понимает, что, не мешая ему и позволив ему в течение этого года насладиться жизнью так, как он того хотел, было с моей стороны самым лучшим, самым заботливым поступком.

– Я тоже это знаю, – сказала Ирен, обнимая Дженнифер за плечи, – а еще я могу оценить, насколько серьезную инициацию ты прошла. Инициация – расширение сознания, средство раскрытия разума и сердца для осознания того, что уже существует в действительности. Именно это произошло с тобой.

Ирен продолжала:

– Я бы сказала, что на протяжении нескольких жизней ты сталкивалась с чувством утраты, одиночества и покинутости. Прошлую жизнь ты закончила с уверенностью, что покинутость равнозначна смерти. Потеряв столько важных для тебя людей в этой жизни, ты, наконец, обратилась за помощью и открыла совершенно новый подход к своим проблемам. Ты научилась отпускать и доверять Богу, так? Научилась признавать собственное поражение перед лицом обстоятельств. И тогда началось испытание. Тебе пришлось позволить *самому* любимому человеку принять решение, которое означало, что тебя вновь покинут. Ты понимаешь, что ты продемонстрировала, что любовь намного сильнее смерти? Какая победа!

Дженнифер покачала головой.

– По *ощущениям* не похоже на победу. Я просто сильно по нему скучаю...

Ирен кивнула:

– Знаю. Но что, если нам отведено определенное количество лет на каждую жизнь? Если это так, а я верю, что так, взгляни на то, что произошло. Вместо того чтобы пытаться угодить тебе, убеждать тебя, что он делает все возможное, чтобы оттянуть смерть, которой боишься *ты*, но не он, Грегор смог провести последний год жизни так, как хотелось ему. И *твоя* победа заключается в том, что ты дала ему такую возможность!

– Видимо, победа не всегда приносит радость, да? – печально спросила Дженнифер.

– Личности – не всегда. Но душа знает, когда свершаются достижения таких масштабов, как у тебя. Думаю, сегодня ты заново пережила эпизод из прошлой жизни для того, чтобы понять, чего ты добилась. Это может показаться слишком малым утешением, но мне кажется, что понять, наконец, каким образом все выстраивается в общей картине – дар, который нам предлагает сама душа.

– Я молилась, чтобы понять, почему все это случилось со мной, – призналась Дженнифер, – и теперь я хоть в какой-то мере это понимаю.

## Раскрытие дара в травме

Вы прочли несколько историй, показывающих, как травмы способствуют духовному развитию. Теперь спросите себя: «Каким образом моя травма может быть мне полезна? Каким образом она давит на меня, вынуждая меня расти, развивать и расширять мое сознание от личного к вселенскому? Как она помогает мне преодолеть мои личные недостатки и освободиться от иллюзий?»

Вспомните, что, когда Дженнифер молилась о понимании происходящего с ней и *после того, как ее травма выполнила свою роль*, ответы явились ей в самом неожиданном виде. Не каждый из нас переживет яркий эпизод из прошлой жизни, как это довелось сделать Дженнифер, и не всегда рядом окажется человек, который сразу же объяснит нам значение произошедшего. Более того, что касается прошлых жизней, всегда необходимо помнить, что истинное значение имеет лишь наша нынешняя жизнь. Все, что должно нас заботить, содержится в ней. Стремиться к откровениям о прошлых жизнях из любопытства – значит в лучшем случае потакать своим желаниям, а в худшем это просто опасно. Мы должны работать с проблемами, напряжением и несовершенствами, которые принадлежат нам в настоящем, и устранять их. Лишь после того, как мы преодолеем в определенной степени собственные недостатки, знание подробностей прошлых жизней может принести нам хоть какую-то пользу. В противном случае они лишь отвлекают нас от испытаний в настоящем или становятся предлогом для бездействия.

Один из духовных законов гласит, что в нужный час то, что нам суждено знать, откроется нам без каких-либо усилий с нашей стороны. История Дженнифер демонстрирует этот закон в действии: она вовсе не стремилась узнать, что случилось с ней в прошлой жизни. Информация явилась к ней без спроса в тот момент, когда эти знания могли поспособствовать ее пониманию и углубить ее исцеление.

Нам следует с доверием относиться к жизни и верить, что подобные открытия придут к нам в нужное время и нужным способом. Многие из того, что мы списываем на волю случая или совпадение, на деле оказывается тонкой работой нашей души. Порой понимание приходит к нам, когда случается что-нибудь очень простое – например, мы случайно подслушали разговор двух незнакомых людей. Или же читаем книгу или смотрим кино, и вдруг мы *видим*, мы *знаем*. Нам снится сон или мы медитируем, и что-то в нас меняется, расцветает осознание, которое порой мы даже не в силах выразить словами. Но неким кардинальным и необратимым образом мы меняемся.

Так неужели все это происходит случайно? Неужели мы никак не можем содействовать протеканию этого, по сути, божественного процесса?

Подобно Дженнифер, мы можем просить, можем молиться, чтобы нам позволили понять нашу травму, ее цель, урок, который мы должны извлечь из нее. Мы можем молиться, чтобы нам даровали силы не сопротивляться ей, потому что каждый раз, как мы сопротивляемся устранению своих недостатков, они не исчезают, а становятся хуже. И возникает необходимость в очередном исцеляющем цикле.

Когда мы просим обо всем этом, нет никаких гарантий, что мы всегда незамедлительно получим понятный ответ, что боль от травмы немедленно развеется. Но смиренные, искренние просьбы помогают нам принять и нашу травму, и ее высшее предназначение в нашей жизни, ведущее нас к просветлению.

## Глава пятая. Почему мне с таким трудом даются отношения?

Порой, когда мы много времени и сил тратим на поиск ответов на определенную тему, мироздание вдруг дает нам подсказку, ключ к пониманию. Большую часть своей личной и профессиональной жизни я посвятила изучению природы человеческих отношений, динамики их развития и целей, и несколько лет назад я получила одну подсказку на этот счет. В то время я все еще была практикующим психотерапевтом, но меня все больше раздражал тот подход к пониманию человеческого поведения, которому меня учили. Как-то раз я разговаривала с одной моей подругой, ясновидящей, о трудностях, с которыми мы сталкиваемся в работе с клиентами.

– Что меня больше всего раздражает, – с чувством заявила она, – так это когда клиенты используют ситуацию, которая, по их мнению, имела место в их прошлой жизни, для оправдания совершенно идиотских поступков в жизни нынешней!

Затем она проиллюстрировала свое заявление примером и рассказала о женщине, с которой работала за несколько недель до этого. Моя подруга быстро поняла, что брак этой женщины представляет собой безнадежный мезальянс. Наблюдая явную агонию обеих сторон, она заявила об этом прямо.

– Вам нужно было расстаться много лет назад, – сказала она клиентке.

Но в ответ женщина загадочно улыбнулась и объяснила, что в самом начале их совместной жизни она консультировалась с неким экстрасенсом. Тот поведал ей, что в другой жизни ее муж был ее сыном, которого она бросила и который в результате этого сильно страдал, а затем умер.

– Вы же понимаете, – сообщила клиентка, – я просто *не могла* бросить его и в этой жизни.

– Совершенно напрасно, – ответила моя подруга. – Дело в том, что сейчас вы снова его убиваете!

## Отношения и судьба

Годами меня преследовала решимость той женщины любой ценой обеспечить безопасность и комфорт своему мужу, хотя тем самым она, в сущности, добивалась результата, которого надеялась избежать. Она казалась мне загадочной аллегорией, вариантом классического романа Джона О’Хары «Свидание в Самарре»<sup>4</sup>. Быть может, вы помните этот сюжет, в котором мужчина однажды утром узнает на рынке, что той же ночью за ним придет Смерть. Отчаянно желая избежать этой судьбы, он в ужасе бежит, проводит в дороге весь день и весь вечер, пока, как ему кажется, между ним и Смертью не оказывается достаточно большое расстояние. Тогда он останавливается на ночлег. И вот, поздно ночью в далекой Самарре он внезапно оказывается лицом к лицу со Смертью, которая благодарит его за то, что он не опоздал на встречу, особенно учитывая тот факт, что она была назначена так далеко от его дома.

У этой леденящей кровь истории и истории клиентки экстрасенса одна и та же мораль: мы можем вершить свою судьбу своими же попытками ее избежать. Более того, как только нам начинает казаться, что мы сбежали, мы, на самом деле, не осознавая того, со всех ног бежим навстречу тому, чего так боимся. Часто, особенно когда дело касается отношений, будто некие невидимые глубинные течения направляют наши сознательные желания и намерения в русло, ведущее к результату, прямо противоположному тому, на который мы рассчитываем. Более того, создается впечатление, будто любые значимые отношения живут собственной жизнью и имеют некую цель, которую наше сознание разглядеть не в силах.

Разве это в той или иной степени не вписывается в ваш личный опыт? Разве вы, как и я, вопреки всем вашим сознательным желаниям и мотивам в отношении близкого человека, не ощущали невидимую и непреодолимую силу, которая вела ваши отношения в строго заданном направлении, задавая им тон? И как это было с клиенткой экстрасенса, все ваши усилия избежать катастрофы и уплыть в безопасные воды лишь приближали вас к опасным рифам, которые вы так старались обойти. Но если это действительно так, почему это происходит? Какой в этом смысл?

---

<sup>4</sup> Притча, сюжет которой приводится автором ниже, пересказал Сомерсет Моэм в пьесе «Шеппи». О’Хара, вдохновившись притчей, назвал в ее честь свой роман. – *Прим. пер.*

## Истинная цель отношений

Когда я оглядываюсь назад и смотрю на жизнь с точки зрения человека, прожившего почти пятьдесят лет, я понимаю, что всегда пыталась найти некий общий *ключ*, секрет, который объяснил бы, почему мы, люди, всегда так страдаем, строя отношения друг с другом. За пятнадцать лет работы психотерапевтом я открыла многое, но только не этот *ключ*. Подобно человеку, который за деревьями не видит леса, я стояла слишком близко, слишком глубоко погрузилась в детали собственной жизни и жизни моих клиентов и не видела общей картины. Мне нужно было отойти подальше. И жизнь предоставила мне такую возможность. В моей жизни начался новый этап, и в течение семи лет я наблюдала, я читала, я размышляла – и постепенно я начала понимать.

Я, наконец, осознала, что причина возникновения наших самых значимых отношений сильно отличается от той, какой мы ее себе представляем – и как отдельные личности, и как общество в целом. Их истинная цель *не* в том, чтобы принести нам счастье; *не* в том, чтобы удовлетворить наши потребности; *не* в том, чтобы мы нашли свое место в обществе; и *не* в том, чтобы защитить нас, но... *в том, чтобы помочь нам расти, развиваться, тянуться к Свету.*

Простой факт заключается в том, что вместе с этими людьми, с которыми мы связаны кровными узами, браком или близкой дружбой, мы отправились по намеченному курсу, опасности и препятствия которого призваны перенести нас из одной точки развития в другую. Более того, мы бы гораздо лучше понимали проблематичную природу человеческих отношений, если бы напоминали себе, что во Вселенной существует безупречная, неуклонная сила, цель которой – развитие нашего сознания. И всегда, *всегда* топливом для нашего движения по пути такого развития были и будут наши желания.

В основе Творения лежит желание Жизни воплотиться в материальных формах. Это стремление быть. И в каждом живом организме, от простейшего до самого развитого, есть скрытое желание становления или стремление к нему. Становления чем? Более великим, полным, завершенным, чистым и идеальным проявлением в физической материи той Силы, которая лежит в основе Творения и всего сущего. Это стремление к становлению существует в каждой области, от самого крошечного атома до всей физической Вселенной в целом, от самых возвышенных областей бытия до этого плотного физического плана, который мы, люди, населяем. Хотя наша вынужденно ограниченная точка зрения порой заставляет отрицать это, нас, людей, влечет вместе со всем сущим к этому становлению.

Душой, нашим высшим Я, которое управляет нас в этот Путь, движет желание стать ближе к Богу. Мы как личности способствуем достижению этой цели своим собственным естественным желанием получать удовольствия и избегать боли и страданий. Для тех из нас, чьи основные потребности в пище, крове и безопасности удовлетворяются относительно легко, как правило, именно человеческие отношения становятся одновременно и кнутом, и пряником, заставляющими двигаться вперед. Непослушный ребенок; трудный подросток; осуждающие родители или холодные, отстраненные родители или же чрезмерно опекающие родители; друг, предавший нас; босс, эксплуатирующий нас; объект нашей любви, не отвечающий взаимностью; супруг, который разочаровывает нас, критикует нас, бросает нас или умирает; люди, о которых мы постоянно думаем и которые играют на наших чувствах, с которыми мы живем, по которым скучаем, за которых переживаем, с которыми состязаемся и против которых бунтуем, ради которых жертвуем и страдаем – все они тащат, тянут и толкают нас по Пути, который мы с ними разделяем. По Пути к Пробуждению.

Пробуждению от чего? От иллюзий, которые мы все еще питаем в отношении себя самих, окружающего мира и нашего места в этом мире; от недостатков, которые нам еще предстоит

признать и преодолеть. И по мере того, как мы движемся вверх по спирали Пути, отношения помогают нам постепенно пробудиться и осознать наши эгоистичные желания как иллюзии.

Следующая история рассказывает о том, как одно такое Пробуждение стало результатом очень напряженных отношений между детьми и родителями.

Марлин в двадцать два года вышла замуж за человека, чья фамилия заканчивалась римской цифрой IV. Очевидно, что его семья очень серьезно относилась к наследию и наследованию. Все четыре беременности Марлин за шесть лет закончились спонтанными выкидышами, и после четвертого раза, который сопровождался серьезными медицинскими осложнениями, ей сообщили, что она никогда больше не сможет иметь детей. Эти печальные новости стали смертельным ударом по ее браку. Муж подал на развод и вскоре снова женился, на этот раз на женщине, которая достаточно скоро услужила ему, произведя на свет кроху с номером V в фамилии.

Марлин, сокрушенная двойной утратой – разрушенным браком и потерей надежды когда-нибудь завести семью – наконец взяла себя в руки и вернулась в колледж, где получила степень магистра журналистики. После этого она, решив примириться с бездетным будущим и стать настолько счастливой, насколько это возможно в данной ситуации, употребила все свои силы на то, чтобы делать карьеру, писать и путешествовать.

Когда ей было за тридцать, Марлин приняла предложение мужчины, с которым она давно дружила и который постепенно стал ей очень дорог. Она не думала, что этот второй брак сильно изменит ее образ жизни, поэтому, когда прошел год, она была крайне удивлена, узнав, что беременна. В положенный срок у нее родилась ясноглазая, красивая, хотя и немного непоседливая девочка.

Маленькая Кейтлин была капризным младенцем и стала требовательным ребенком. Ее мать была настолько благодарна за ее рождение, что не могла ни в чем ей отказать. Она не в силах была устанавливать границы для своей любимой дочки, которую стала называть «чудо-девочкой». Отцу Кейтлин, спокойному, добродушному человеку, нравилось устанавливать границы не больше, чем его жене, и очень скоро Кейтлин превратилась в безудержного деспота дома и в невоспитанную проказницу на публике. Марлин с мужем негласно пришли к единому мнению по поводу поведения дочери. Нет, это был не деспотичный неконтролируемый ребенок, а смелая, бесстрашная и неспугаемая личность. Они не замечали, что друзья семьи вдруг стали избегать общения с ними троими.

Проведя несколько лет дома с Кейтлин, которые дали Марлин гораздо тяжелее, чем она готова была признать, она вернулась к карьере журналиста. Марлин стала внештатным корреспондентом местной газеты, и через какое-то время ей поручили написать статью по спорным экологическим вопросам, в отношении которых у нее были серьезные личные убеждения. Она никогда не любила скандалы, а потому искала способы избежать конфликтов с редактором и читателями, но при этом остаться верной самой себе. Давление начинало расти.

Дома ситуация тоже становилась напряженной. Диктаторские запросы Кейтлин ежедневно увеличивались, пока Марлин продолжала всем рассказывать, как им с мужем повезло и каким благословением стала для них их особенная дочка. Но где-то в глубине души Марлин стала мечтать



о возвращении к своей незамужней независимой жизни и путешествиям по миру.

Внезапно, как это часто бывает, когда мы сами себя загоняем в угол, Марлин без всяких видимых причин стала злой и жесткой. Однажды, разозлившись по относительно пустяковому поводу, она пригрозила бросить мужа и дочь. Эта угроза, произнесенная вслух, шокировала саму Марлин не меньше, чем ее мужа. Семилетняя Кейтлин отреагировала криками и собственными угрозами. Не говоря ни слова, Марлин увела мужа в спальню.

Пока Кейтлин кричала, била кулаками и ногами запертую дверь, ее мать и отец, наконец, осмелились взглянуть в глаза тому кошмару, в который превратилась их жизнь. Сама мысль о том, что ему в одиночку придется воспитывать упрямую дочь, была настолько невыносима для добродушного мужа Марлин, что он быстро согласился с женой в том, что необходимо, наконец, установить для Кейтлин некоторые границы. Вместе они разработали план по укрощению своеволия дочери.

Вдохновленные моральной поддержкой оставшихся, вволю настрадавшихся друзей, которые заметили перемены и были очень им рады, родители Кейтлин прекратили уступать ее требованиям, откупаться от нее и чрезмерно баловать ее. Пока она устраивала истерики на людях и дома, осыпала их проклятиями и угрожала им с неугасаемой ненавистью, они установили разумные границы и спокойно не позволяли их пересекать. Они наказывали ее, подбадривали и утешали друг друга и вскоре к своему удивлению обнаружили, что их любовь друг к другу растет, а интимная жизнь становится лучше. Они оба были полны сил и радовались жизни так, как не радовались долгие годы. Даже в самый разгар войны интересов с Кейтлин они тратили меньше сил, чем раньше, когда пытались избегать конфликтов, ходя перед ней на цыпочках.

В результате борьба закончилась. Воспитанная и гораздо более уверенная в себе девочка заняла место хулиганки, опьяневшей от неограниченной свободы и власти, с которыми она в силу своего незрелого возраста не могла совладать.

Марлин тоже стала гораздо более уравновешенным человеком после этого сложного периода. На подсознательном уровне она после рождения Кейтлин взвалила на маленькую девочку всю ответственность за возражения, ругань и требования, пока она сама оставалась пассивной и блаженно улыбалась. Теперь же новое ощущение собственной значительной силы вдохновило ее предложить главному редактору газеты позволить ей вести собственную колонку, посвященную самым разным проблемам, включая насущные вопросы, разделяющие общество. Редактор согласился, зная, что Марлин с ее добрым нравом способна очаровать даже тех, кто не согласен с ее точкой зрения. Теперь к мнению этой женщины, которой раньше было сложно возразить даже собственной дочери, прислушиваются не только члены ее семьи, но и широкая публика.

Важно понять, что эта история не только о том, как родители, наконец, поняли, насколько важны границы и дисциплина в воспитании детей. Тот факт, что семейная ситуация настолько вышла из-под контроля, прежде чем ее просто признали, не говоря уже о мерах по ее исправлению, означает, что в родителях проявился как минимум один важный недостаток, который необходимо было устранить, чтобы решить очевидную проблему. Более того, проблема с дисциплиной появилась *из-за* наличия этих недостатков, а затем усугубилась, требуя их устране-

ния. В течение многих долгих и трудных лет Марлин при подсознательном соучастии мужа отрицала и плохое поведение своей дочери, и, что еще важнее, собственную эмоциональную реакцию на него. Она делала это, чтобы продолжать играть воображаемую роль идеальной матери особенного ребенка, дарованного ей судьбой.

## Создание и разрушение иллюзий

Мифы, способные оказать огромное воздействие на нашу жизнь и наши решения, в эзотерике называют «заблуждениями». Мы сами создаем эти заблуждения, эти иллюзии, которые мучают нас до тех пор, пока их чары не развеются. В результате каждое заблуждение, которое околдовывает нас, создает те самые испытания, что необходимы для рассеяния иллюзии и заблуждения.

В случае Марлин само давление, созданное ее попыткой воплотить в реальность фантазию о матери и дочке, однажды вызвало в ней желание и готовность отказаться от этой фантазии. Разумеется, ее соблазн был гораздо более тонким, чем те, которыми одержимы люди, решившиеся на убийство, ограбление или иное насилие над другим человеком ради личной выгоды. Ее честность в отношениях с другими людьми уже достаточно хорошо развита. Марлин уже находится на той стадии развития, где она имеет дело с более возвышенной проблемой: ее способностью к *самообману* или, другими словами, ее способностью жить в созданной своими руками иллюзии о себе и дочери.

Заблуждения всегда основаны на эгоистичных желаниях личности, а потому они всегда приносят только вред. Они существуют на астральном плане, где обладают собственными характерными призраками: плотностью, формой, звуками и даже запахом. Ясновидящие способны воспринимать их в виде мерцающего облака, плотного сияющего тумана, наполненного образами, сюжетами, событиями и зачастую образами других людей. Они могут быть липкими, как клей, или цепкими, как репей. Запах у них отталкивающий, сладковатый или даже приторный – запах разложения. Они издают неприятное гудение, грохот или рев. Заблуждения живут собственной жизнью, сопротивляясь уничтожению, и они всегда препятствуют нашему просветлению.

Отказ от драгоценных фантазий, с которыми мы себя отождествляем, требует объективности, которой у нас просто-напросто нет, пока мы остаемся рабами заблуждений. Как правило, необходим некий кризис, который отлучит нас от наших собственных творений, поработивших нас.

## Процесс пробуждения

Прочитав историю Марлин, вы, возможно, задумались, какие заблуждения затуманивают ваши собственные мысли, искажают восприятие реальности и влияют на ваши поступки. Быть может, вам хочется опознать их, бросить им вызов и избавиться от них раз и навсегда. Более того, вероятно, вы уже довольно давно пытаетесь смотреть на вещи более реалистично.

В современном сложном психологическом климате многие из нас сознательно стараются достичь высших уровней самопознания. Быть может, мы искренне стремимся к духовному развитию или же нами движет эмоциональная боль. Зачастую именно сочетание обоих этих факторов побуждает нас читать книги, посещать лекции, вступать в группы поддержки, искать религию, которую можно исповедовать, учителя, за которым можно следовать, психотерапевта, которому можно доверять. Но как бы ни стремились мы к пробуждению, мы все равно подсознательно боимся, а потому и сопротивляемся тому самому процессу, которого добиваемся. Эта фундаментальная двойственность возникает из-за того, что интуитивно мы понимаем: для пробуждения в какой бы то ни было степени мы, как и Марлин, должны отказаться от фантазий, с которыми так тесно себя отождествляем.

Подходящей метафорой для процесса пробуждения в каждом из нас может служить библейская история о Савле, который одержимо преследовал первых христиан. По пути в Дамаск он ослеп и стал беспомощным, после чего был вынужден признать свою внутреннюю духовную слепоту и пробудился, осознав собственную чрезмерную самоуверенность. Благодаря этому пробуждению он обратился в ту самую веру, с которой до этого активно боролся. Как это было в случае с Савлом, Марлин и женщиной, о которой шла речь в начале главы, и которая цеплялась за свои фантазии о поддержке мужа, хотя сама при этом делала его несчастным, каждое наше пробуждение требует, чтобы мы признали и подчинились *именно тому, чему мы всю жизнь (или несколько жизней) активно сопротивляемся и отрицаем.*

Нет ничего удивительного в том, что нам страшно.

И неудивительно, что зачастую для того, чтобы мы и дальше продолжали играть с обжигающим огнем Пробуждения, используется нечто неизбежное и очень притягательное – такое, как человеческие отношения.

## Наши желания способствуют нашему развитию

Помните, что желание – ключ ко всякому развитию всего сущего. В человеческом бытии именно наши личные желания обладают способностью соблазнить нас на более глубокие (а порой и более отчаянные) отношения с другими людьми. Мы хотим, чтобы нас со стороны воспринимали определенным образом, либо жаждем любви, одобрения, восхищения, уважения, комфорта, секса, материальных благ, безопасности, дружбы, статуса, власти, помощи, облегчения или защиты. В той же степени, в которой нас соблазняют желания, нас в результате влечет к более глубокому познанию самих себя и мира. Схему любого такого пробуждения, подпитываемого желанием, можно представить в упрощенном виде следующим образом:

соблазн (желанием) → влечение (к познанию)

Слово «соблазн» у большинства из нас вызывает ассоциации с человеком настолько привлекательным и неотразимым, что нас тянет к нему несмотря на голос разума. Дело в том, что любой соблазн возможен благодаря нашим собственным желаниям. Люди, обладающие самой большой способностью упростить наше дальнейшее раскрытие, – те же самые люди, которые вызывают у нас сильнейшие чувства и к которым нас безудержно влечет. Хотя соблазн в первую очередь ассоциируется у нас с сексом, нас постоянно соблазняют наши собственные заблуждения, отражающие наши изъяны.

Например, часто бывает так, что мы выбираем себе в партнеры человека за определенные качества, которые мы сами не желаем в себе развивать или проявлять. Мы заявляем, что восхищаемся этими качествами или способностями в другом человеке, однако чувствуем, будто нас предали, когда мы сами вынуждены развить в себе те же самые качества. Дафни, чью историю вы прочтете ниже, соблазнили явные способности ее мужа заботиться о других людях, в то время как его привлекло в ней то, что он посчитал женской слабостью. Когда их судьбы изменились, партнеры поменялись ролями друг с другом.

До того, как ее овдовевшая мать снова вышла замуж в пятьдесят два года, Дафни жила с ней и чувствовала себя в полной безопасности в той обстановке, которая была знакома ей с детства. Несколько раз она пыталась пожить отдельно, но то один, то другой из ее постоянных таинственных недугов рано или поздно возвращал ее обратно в дом матери под ее опеку. Когда ее новый отчим подарил своей невесте квартиру в чудесном доме у поля для гольфа, на котором они познакомились, Дафни была вынуждена, наконец, понять намек. Даже после того, как она съехала, Дафни продолжила серьезные поиски следующего человека, который смог бы о ней заботиться.

Гамильтон казался самым подходящим кандидатом. В прошлом он благоразумно приобрел коммерческую недвижимость, которая сделала его за эти годы, невзирая на финансовую неудачу из-за развода пять лет назад, богатым человеком. Он был широкоплечим высоким мужчиной, всей своей внешностью излучавшим силу несмотря на то, что приступ ревматической болезни сердца, перенесенный им в детстве, до сих пор вынуждал его ограничивать физическую активность. Рядом с ним крошечная Дафни со своей бледной кожей и огромными глазами казалась еще более хрупкой.

Они познакомились на конференции по альтернативной медицине и с тех пор начали встречаться. Время от времени Гамильтон осторожно намекал на свадьбу. Казалось, его не смущали постоянные жалобы Дафни на хрупкое здоровье и ее явное нежелание строить самостоятельную жизнь отдельно от

матери. Его бывшая жена была агрессивно самодостаточна, поэтому мягкость и несамостоятельность Дафни выглядели в его глазах приятным контрастом.

Дафни и Гамильтон поженились через несколько месяцев после того, как она съехала из дома матери. Они решили, что ее здоровье было слишком хрупким и не позволяло Дафни вынести все тяжести беременности, родов и материнства. Первым проблеском очень сильной воли Дафни стал момент, когда Гамильтон предположил, что рано или поздно ее здоровье может улучшиться, и тогда они подумают над возможностью завести детей. Она в бешенстве набросилась на него. Разве он не понимает? Это абсолютно исключено!

Ее воля стала все чаще проявляться, когда они поселились в доме, который Гамильтон унаследовал от родителей. Дафни тут же затеяла дорогой капитальный ремонт, после которого дом, по сути, оказался разделенным на два отдельных блока. Ссылаясь на слабое здоровье и, как следствие, потребность в тишине, Дафни застолбила одну половину, вытеснив мужа во вторую. А Гамильтон, побоявшись, что его возражения в свете слабости его жены покажутся эгоистичными, молча уступил.

Они были женаты несколько лет, когда начался экономический кризис, и арендаторы коммерческой недвижимости Гамильтона один за другим стали освобождать помещения. Вскоре арендаторов осталось так мало, что доходов от арендной платы перестало хватать даже на выплаты по ипотеке, которой ранее воспользовался Гамильтон для покупки некоторых зданий. Из-за стресса, вызванного попытками сохранить свое имущество, пока стоимость недвижимости и арендные ставки продолжали падать, Гамильтон слег с гриппом, после чего его силы так и не восстановились. Через несколько месяцев врачи установили, что вирус еще больше ослабил его и без того слабое сердце. Теперь он получал слишком мало кислорода, чтобы его тело и разум продолжали нормально функционировать. Любое усилие истощало его.

Ссылаясь на двойной стресс, вызванный финансовыми проблемами и практически полной нетрудоспособностью Гамильтона, Дафни совсем увяла. Несколько недель она провела в постели, состязаясь с мужем за роль пациента, нуждающегося в уходе. Но на этот раз ухаживать за ней было некому. И так как дальнейшее потакание ипохондрии явно означало потерю всякой надежды на уверенное будущее, Дафни решила взять себя в руки. Ее потребность чувствовать себя в безопасности, потребность быть защищенной сделала ее способной ученицей, и она стала изучать состояние дел Гамильтона.

После тщательного изучения, Дафни, воспользовавшись помощью, которую смог предложить ей Гамильтон, начала принимать осторожные решения о том, какие объекты недвижимости следовало оставить, а какими можно было пожертвовать на рухнувшем рынке. Оставшимся арендаторам она предложила более привлекательные условия, чтобы они не ушли к конкурентам. Постепенно Дафни стала проявлять все больший интерес к бизнесу мужа и активнее участвовать в управлении имуществом, чем это когда-либо делал Гамильтон. Попутно она стала посещать специальные курсы и, сдав экзамены, получила лицензию агента по операциям с недвижимостью.

Сегодня здоровье Гамильтона остается без изменений. Ему сложно сосредотачиваться или напрягаться в течение продолжительного времени. Болезнь сделала его довольно пассивным и очень зависимым. Дафни, чья слабость, в значительной степени притворная, всегда компенсировалась

большой практичностью, давно сдала в аренду свою половину дома и переселилась к Гамильтону. Деньги, которые она получает за аренду, идут на оплату приходящей помощницы-сиделки, которая ухаживает за Гамильтоном и помогает по дому, пока Дафни ездит по делам.

Репутация Дафни в сфере управления коммерческой недвижимостью растет. Ее собственная фирма занимает целый этаж в самом престижном офисном здании Гамильтона, и она стала вполне успешной деловой женщиной несмотря на кризисную ситуацию на рынке недвижимости. Она до сих пор слишком часто жалуется на здоровье, но теперь у нее нет времени заниматься всеми своими таинственными недугами. Ее отношения с Гамильтоном довольно пусты, но, с другой стороны, они всегда такими были. Секс и интимная близость никогда особо не интересовали ни ее, ни его, и о разводе речи не идет. Она бы ни за что не бросила столь больного человека. Обладая слабым здоровьем, она сама прекрасно знает, каким страшным ударом это стало бы для мужа. И потом, вся собственность, которой он обладал до заключения брака, до сих пор записана на его имя...

Брак Дафни и Гамильтона с обеих сторон был мотивирован эгоистичными желаниями. Гамильтону нравилось быть сильным и контролировать ситуацию, а Дафни хотелось оставаться слабой и защищенной. Оба были готовы пойти на значительные жертвы, чтобы продолжать играть эти роли: Дафни смирилась с тем, что всю жизнь проведет с человеком, которого не любит по-настоящему; Гамильтону приходилось мириться с тем, что его супруга отказывает ему в сексе и даже в обычной дружбе.

Списывать смену ролей лишь на поворот судьбы означало бы отрицать тот факт, что эти два человека намеренно выбрали друг друга, чтобы улучшить в своих глазах свой же драгоценный образ. Именно это в той же мере, что и финансовые трудности, и проблемы со здоровьем Гамильтона, подтолкнуло их к следующему этапу их личного развития.

Разумеется, Дафни до сих пор во многом движет эгоизм. Скорее всего, так будет продолжаться еще несколько жизней. Но она учится быть более открытой, а не скрывать свою силу, и это для нее огромный шаг вперед. Близкое к инвалидности состояние Гамильтона привело к тому, что он на собственном опыте понял, каково жить с теми качествами, которые казались ему столь привлекательными в Дафни. Благодаря своей болезни он усваивает очень непростые уроки об истинной природе силы и слабости, личной власти и ее утрате из-за плохого здоровья по сравнению с добровольным отречением от нее. Дафни и Гамильтон усваивают некоторые из тех уроков, которые преподносит нам жизнь в контексте наших отношений.

Если, как случилось в этом примере, одни отношения могут вынудить нас стать такими, какими мы не хотим быть, то другие отношения могут научить нас тому, как не превратиться в тех, кем мы не хотим быть. Многие из нас учатся тому, каким быть *не* следует, у своих родителей.

## Почему некоторые люди выбирают неблагополучных родителей

Во время каждого воплощения мы под руководством души, нашего высшего Я, выбираем себе тех родителей, которые не только предоставят нам соответствующий физический сосуд для будущей жизни, но и помогут нашему дальнейшему духовному развитию. Стремясь к развитию, наша душа выбирает родителей не потому, что они дадут нам все, чего может пожелать наша личность, а потому, что они создадут для нас некоторые из тех важных условий, которые необходимы нам для движения вперед по пути развития. Тем из нас, кто считает, что мы могли бы добиться большего в жизни, если бы только у нас были родители, которые больше бы нас любили, чаще нас поддерживали, лучше нас понимали, стоит вспомнить, что это все – желания личности, а не потребности души. Все, чего мы бы могли и не могли добиться во внешнем мире, несущественно по сравнению с прогрессом, которого мы достигаем в этой жизни на пути внутреннего, духовно-душевного развития. Благодаря нашей специфической реакции на них неблагополучные родители зачастую могут внести огромный вклад в этот прогресс.

Пример такого вклада приводится в следующей истории.

Вся жизнь судьи Джорджа К. так или иначе была связана с судом. Он много лет работал прокурором, преследуя злоумышленников за различные преступления, совершенные в его родном округе. Затем его избрали в Верховный Суд, и на новом месте он проявлял не меньше энтузиазма, чем на своих предыдущих должностях.

Внешне судья очень напоминал монаха с выбритой тонзурой, который сменил рясу своего ордена на судейскую мантию. Круглолицый, лысоватый, розовощекий, с извечной улыбкой в уголках рта – его внешность никак не вязалась с его строгой и серьезной работой. Всё, кроме глубокой вертикальной морщины между бровями и пронизательного блеска ясных темных глаз. Именно они, несмотря на первое впечатление о его добродушном нраве, намекали на то, что у него есть более жесткая и гораздо более расчетливая сторона.

Судья К. был трижды женат. Каждая из жен ушла от него по причинам, которых не понимал ни сам Джордж, ни его жены. Рано или поздно у каждой из этих женщин появлялись причины временно разлучиться с ним, а потом оказывалось, что она просто не хочет возвращаться домой. И тогда каждая из них предпринимала меры для того, чтобы сделать разлуку постоянной, приводя для этого туманные причины. Первая жена, решившая в одиночку воспитывать их двух детей-подростков, неуверительно объяснила: «Мне давно пора побыть одной». Вторая жена, которой было тридцать восемь лет на момент развода, заявила: «Быть может, у меня так проявляется кризис среднего возраста». Третья сказала просто: «Я раньше не понимала, насколько важна для меня моя карьера». Три брака и три развода растянулись на двадцать пять лет, и бывшие жены, расставшись с Джорджем, продолжали отзываться о нем как о «чудесном человеке», но редко добровольно шли с ним на контакт. Его знакомые, наблюдая за развитием его личной жизни, считали, что такому «чудесному» человеку явно не везет с женщинами.

Двое детей, сын и дочь, повзрослев, тесно общались с матерью, но к отцу обращались только по необходимости: открытка и звонок на День отца, просьба сыграть полагающуюся роль на их свадьбе, краткие визиты



на Рождество или после рождения очередного ребенка. Казалось, что и они избегают его, хотя Джордж всегда исправно платил алименты их матери и добросовестно поддерживал отношения с детьми, регулярно встречаясь с ними после развода.

Джордж редко выпивал, никогда не курил и, хотя любил вкусно поесть, было в нем нечто от пуританина.

Хотя в суде к нему в целом хорошо относились, ни один адвокат не стремился получить дело, которое рассматривал судья К. И среди прокуроров, и среди адвокатов Джордж слыл жестким судьей: все вынесенные им приговоры, хотя и полностью соответствовали букве закона с технической точки зрения, зачастую были суровыми и даже чрезмерными.

«Он очень приятный человек за исключением тех моментов, когда находится в зале суда», – так говорили окружающие.

И вот однажды Джордж вернулся в свой родной город, где он не был с тех пор, как вместе с семьей уехал отсюда тридцать лет назад. Приехать сюда его заставили похороны лучшего друга детства, Билли. Тетя его друга, Хэтти, эксцентричная старушка и единственная оставшаяся в живых родственница Билли, настояла на том, чтобы Джордж навестил ее перед отлетом домой. Джордж не был с ней раньше знаком, хотя смутно припоминал, как Билли рассказывал о сестре своей матери, Хэтти, которая жила за границей и была актрисой.

Сидя в хорошо знакомой гостиной дома Билли, где теперь жила одна Хэтти, Джордж с трудом сохранял свой обычный степенный, приветливый вид. Но его отточенные манеры исчезали под пронизательным взглядом Хэтти. Все осложнялось и тем, что эта несносная старушка не обращала внимания на его попытки вести непринужденную светскую беседу, а делилась своим щедрым запасом баек, да еще требовала от него того же.

Хэтти угостила его тортом. Наливая кофе, она простодушно спросила:

– Билли когда-нибудь вам говорил, что я гадаю по рукам?

Джордж в этот момент жевал торт и молча покачал головой. В его глазах явно читалась тревога. Хэтти уселась и уверенно потянулась к его рукам, рассмеявшись хриплым старушечьим смехом.

– Это правда. Я всегда была в нашей семье самой эксцентричной. Но в театре очень важно знать, кому можно доверять, а за кем нужен глаз да глаз. И потом, – игриво добавила она, – это интересно, а я очень любопытна. Каждый актер должен быть психологом, знаете ли. Чтобы добиться хоть какого-нибудь успеха, мы должны знать, что цепляет людей за живое. Хиромантия для меня стала самым простым способом изучать людей. А когда ролей не хватало, я подрабатывала на жизнь гаданиями.

Она перестала щебетать. Не говоря больше ни слова, она провела пальцами по каждому его пальцу и стала мять его ладони в разных местах. Джордж чувствовал себя крайне неловко, но сказал себе, что уважит чудную старушку, посидит с ней еще полчаса, а потом сбежит. Она подняла глаза и тихо заговорила.

– Я хочу вам кое-что сказать, и вам будет нелегко это слышать. Ваши руки говорят, что у вас очень жестокая натура.

Джордж тут же сбивчиво запротестовал, но она с улыбкой его прервала.

– О, я знаю. Уверена, все ваши друзья и даже сам Билли, будь он здесь, сказали бы мне, что вы премилый человек. Даже ваши руки говорят мне,

что вы стараетесь быть именно таким, – она заглянула ему в глаза с явным сочувствием. – но это ведь так тяжело, верно?

Его лицо покраснело от злости. С чем еще ему придется мириться только из вежливости?

Хэтти продолжила:

– Расскажите мне о ваших родителях. Какими они были?

Обрадовавшись, что тема разговора переключилась с *него*, он ответил:

– Моя мама – замечательная женщина. Я был ее любимчиком. Она пыталась компенсировать плохое отношение отца ко мне. Уж если говорить о жестокости, то вот кто был *по-настоящему* жестоким, так это мой отец. Не физически, нет. Он был выше этого. Это он придумал назвать меня в честь брата матери, который был полным неудачником, бездарем, абсолютно лишенным амбиций. И в детстве он постоянно сравнивал меня с дядей Джорджем, подразумевая, что я точно такой же. И что бы я ни делал, чтобы доказать обратное, чего бы ни добивался, он всегда видел во мне лишь никчемного лоботряса.

Едва Джордж разошелся, как Хэтти сменила тему, спросив:

– Вы не скажете, когда у вас день рождения?

Он грубо пробормотал ответ, и Хэтти взяла с книжной полки таблицы эфемерид.

– В этой книге приводятся небесные координаты Солнца, Луны и планет в каждый день нашего века, – объяснила она.

Какое-то время Хэтти искала названную им дату.

– Так и думала, – удовлетворенно сказала она, постукивая пальцем по странице и демонстрируя ему столбики крошечных цифр. – Когда вы родились, Марс был в Тельце. Между прочим, то же самое было у Гитлера. Это может указывать на наличие жестоких черт точно так же, как сочетание некоторых характеристик вашей руки: выдающийся нижний холм Марса, утолщенные концевые фаланги на больших пальцах, общая толщина рук и притупленные кончики пальцев. И все же есть признаки острого ума и значительной отзывчивости. Порой люди приходят в этот мир с несколькими признаками склонности к насилию. Но они уже успели достичь достаточного уровня сознания, чтобы понимать, что подобные пристрастия необходимо преодолевать. Это означает, что перед ними стоит очень непростая задача, ведь всю жизнь они вынуждены вести войну с собственной натурой.

Джорджа возмутили эти слова, но Хэтти, словно не замечая этого, по-прежнему улыбалась ему.

– Знаете, что я думаю? Я думаю, вы намеренно выбрали себе такого отца, чтобы вызвать в себе отвращение к жестокости. Готова поспорить, вы всю свою жизнь стараетесь ничем не походить на своего отца.

– Именно, так и есть! – воскликнул Джордж, раздраженный тем фактом, что она была права: решение не походить на отца он принял так давно, что даже не помнит, как жил без него. – И мне хотелось бы думать, что я в этом преуспел. Я полная его противоположность. Он унижал меня, моих братьев и сестер, маму, всех наших родных, всех! Не было такого человека, который был бы в его глазах достаточно хорош или умен.

– И вы ничего подобного не делаете?

– Нет, не делаю! Я всегда очень старался морально поддерживать детей и каждую из своих жен.

– Вас когда-нибудь обвиняли в отсутствии непринужденности? – поинтересовалась Хэтти.

Джордж несколько растерялся. Эта сумасшедшая старуха постоянно меняла тему.

– Если честно, дети раньше говорили, что мне надо научиться расслабляться... А все жены постоянно жаловались, что со мной им не «весело». Но я этого никогда не понимал. Я еще в детстве решил, что всегда буду жизнерадостным. Я никогда не ворчал, как это делал отец.

Вдруг он замолчал и отрешенно покачал головой.

– Иногда я задумываюсь, зачем я так сильно стараюсь. Людям, которые плохо меня знают, я и так нравлюсь. А мои близкие... Честно говоря, у меня и близких-то нет. Никогда этого не понимал.

Хэтти похлопала его по руке.

– Я помогу вам понять, – сказала она. – Представьте, что есть школа, в которой учат быть добрым. Вы не умеете этого от рождения, но твердо намерены научиться, даже если придется много стараться и постоянно тренироваться. И представьте, что до того, как попасть в школу, вы были прямой противоположностью доброго человека. Подобно вашему отцу, вы были жестоким и обижали других без какой-либо на то причины, просто по привычке. Сейчас вы примерно во втором классе этой школы доброты. Вам еще предстоит многому научиться, прежде чем эти навыки станут настолько естественными для вас, что вам даже не придется ни стараться, ни задумываться об этом. Вы все еще работаете над сдерживанием грубых импульсов, обидных слов, критики, оскорблений и даже жестоких поступков. Но с тех пор, как вы пришли в эту школу, вы боитесь, что, если перестанете скрывать свои агрессивные наклонности, вам не позволят здесь остаться и чему-нибудь научиться. Поэтому вы изо всех сил стараетесь утаить то, что до сих пор остается частью вас, частью, которой вы привыкли стыдиться и в существовании которой боитесь признаться даже самому себе.

Сидящий перед Хэтти представитель закона, который еще будучи молодым юристом умел искусно обращаться с аргументами, сейчас был слишком потрясен, чтобы спорить с утверждениями этой неумолимой женщины.

– Главная проблема состоит в том, – продолжала Хэтти, – что импульсы, которые до сих пор остаются частью вас, не имея выхода и будучи нереализованными, оказывают на вас давление, и оно накапливается. Большую часть этого давления вам удастся сбросить благодаря работе.

Джордж кивнул, уставившись в пол.

– Когда я был прокурором, вторая жена спросила меня, как мне удастся справляться с работой в эмоциональном плане. Ей было невыносимо слушать о насилии и жестокости, с которыми мне приходилось сталкиваться каждый день, – он поднял глаза на Хэтти. – Но я любил свою работу.

– Разумеется, любили. Когда вы боролись с жестокостью, которую люди проявляли по отношению друг к другу, вы боролись с ней и внутри себя. Вы ведь явились сюда именно для того, чтобы преодолеть ее. Однако, – она нежно сжала его ладони, – вы становитесь опасны, когда не можете признать собственную жестокость. Вы находите проявления собственной темной стороны в окружающем вас мире, в других людях, и пытаетесь

сокрушить и уничтожить их, – тех, кого вы когда-то обвиняли в качестве прокурора, и тех, что сейчас предстают перед вами в суде.

– Я совершенно не такой, как они! – в голосе судьи послышались одновременно угроза и отчаяние. – Я бы никогда не пошел на преступление!

– Вы помните рассказ Сомерсета Моэма под названием «Дождь»? – Хэтти, похоже, в очередной раз сменила тему. – По его мотивам сняли фильм «Сэди Томпсон». В нем строгий проповедник решает спасти беспечную жизнелюбивую молодую особу от судьбы проститутки. Он почти убедил ее встать на путь истинный, как вдруг начался сильнейший тропический ливень, из-за которого они оказались взаперти вдвоем в хижине. Все его давно сдерживаемые чувства и желания овладели им, и он ее изнасиловал.

На какое-то время она замолчала, позволив истории сделать свое дело, а затем продолжила:

– Мы становимся опасными, когда отрицаем любую часть своей человеческой природы, даже если сами стыдимся этой части.

Воцарилась тишина. Через некоторое время Джордж хрипло спросил одновременно презрительным и подавленным тоном:

– Почему все три жены ушли от меня? Почему мои собственные дети избегают меня? Что бы вы ни говорили, я никогда не обижал их!

– Точно сказать не могу, но мне кажется, что дело прежде всего в том, что они вам не доверяют. Возможно, они подсознательно чувствуют, сколько сил вы постоянно прикладываете, чтобы подавлять определенный аспект своей природы, и им тяжело находиться рядом с вами. А еще могу предположить, что жестокость, загнанная в потаенные уголки вашей души, время от времени просачивается наружу, проявляясь столь незаметным образом, что никто из вас не в силах ее распознать, и тем не менее она все же наносит ущерб вашим отношениям.

– Значит, все безнадежно! – практически проревел Джордж. – Не будет никакого толку, как бы я ни старался!

– Ничего подобного. Вы уже много десятилетий учитесь никого намеренно не обижать, *по-настоящему* учитесь. Согласно, процесс напоминает вождение машины с поднятым ручным тормозом. Однако, если каждый раз, когда вы садились за руль до этого, вы ездили со скоростью сто пятьдесят километров в час и сбивали кого-нибудь насмерть, то езда с поднятым ручником по сравнению с этим – огромный прогресс. Беда в том, что гордость заставляет вас отрицать злую, агрессивную часть вашей природы, которой *нравится* ездить со скоростью сто пятьдесят километров в час и которой наплевать на последствия. Можете попробовать признать эту часть и сопротивляться ей *осознанно*. Хотя на самом деле вы, конечно, должны собой гордиться. Для одной жизни вы добились очень многого.

Джордж откинулся на спинку стула и не сводя глаз смотрел на эту странную старушку, которая говорила совершенно необычайные вещи о его жизни. Наконец, он взял себя в руки и холодно сказал:

– Не хочу показаться неблагодарным за уделенное мне время, но я *во все это* не верю. Гадание по руке! Это уже, знаете ли, чересчур.

Хэтти встала, чтобы проводить Джорджа до дверей, и похлопала его по плечу, улыбаясь так широко, что ее ясные голубые глаза почти исчезли в складках морщин.

– Я и сама не уверена, что во все это верю. Но ведь в этом есть *некоторый* смысл, не так ли? Почему бы не дать себе время, чтобы осмыслить наш разговор – быть может, вы все же найдете его полезным. Вреда ведь никакого не будет.

И на этом незавершенной ноте Джордж и Хэтти распрощались.

Джордж получил необычную возможность лучше познать самого себя, хотя и не распознал скрытого в ней благословения. Его опыт с гаданием Хэтти был подобен опыту алкоголика, которого по решению суда из-за вождения в пьяном виде отправили на собрания «Анонимных алкоголиков». Осужденный может отказываться признавать наличие проблемы, может продолжать пить, но больше никогда не сможет так же беспечно относиться к своей зависимости от алкоголя. В АА иногда говорят: «Приходите к нам, и мы испортим вам удовольствие от выпивки».

То же произошло и с Джорджем. Его тщательно оберегаемый образ самого себя как поистине доброго человека был разрушен, пусть всего на несколько минут, сомнительной незнакомкой. Но с того самого момента ему было сложнее убеждать себя и других, что в его характере присутствовали исключительно положительные черты. Как и у вышеупомянутого алкоголика, у Джорджа было всего два варианта на выбор. Воодушевленный поддержкой Хэтти, он мог бы признать, что, хотя он сам того не желает, в его характере присутствует склонность к садизму. Затем он мог бы использовать силы, которые раньше тратил на поддержание своего безупречного образа и отрицание своей скрытой порочной склонности, для осознанного отслеживания подобных импульсов. Такие попытки достичь безжалостной честности перед самим собой в этой деликатной области помогли бы ему стать гораздо более спокойным и искренним человеком. Или же он мог бы продолжать отрицать наличие этого жестокого элемента в своей природе, но отныне из-за того, что произошло с Хэтти, на это пришлось бы тратить гораздо больше сил.

Встреча Джорджа с Хэтти была исцеляющим циклом. Исцеляющие циклы не всегда подразумевают, что мы исцеляемся. Это лишь возможности для исцеления. Когда они возникают, мы сами решаем, как нам на них отреагировать. Но каждый раз, когда мы игнорируем очередную возможность исцелиться или отказываемся от нее, мы можем быть уверены, что следующий цикл окажется более напряженным, более разрушительным, и отрицать его будет сложнее.

## Практика пересмотра отношений

Как Джордж отнесся к открывшейся возможности глубже познать самого себя и стать честнее с самим собой? Скорее всего, он сделал все возможное, чтобы проигнорировать эту возможность, усомниться в человеке, предложившем ее, и постараться жить своей жизнью, как раньше. Это самая распространенная наша реакция на большинство исцеляющих циклов. В конце концов, если было бы так легко осознанно признать те части нас самих, которых мы боимся и которые презираем, все мы сделали бы это гораздо раньше в ответ на гораздо меньшее давление, чем обычно требуется.

Если вы считаете, что с радостью приняли бы подобный шанс лучше познать самого себя, задайте себе следующие вопросы. Если вы услышите собственный голос, эти вопросы станут гораздо сильнее и реальнее, поэтому задайте их себе вслух: «А как же я? Предоставляла ли мне моя жизнь возможности честно взглянуть на мою собственную темную сторону? И как я реагировал на такие возможности, откровенностью или страхом? Какова моя самая худшая черта из тех, что можно найти глубоко в моей природе? Могу ли я принять тот факт, что эта самая черта глубоко скрыта во мне, и именно она питает мой ужас перед ней, мое отвращение и осуждение тех, кто не может скрывать эту черту в себе? Есть ли среди моих знакомых такие люди, которые помогли мне развить неприязнь к подобным чертам характера? Могу ли я признать, что мне, пожалуй, стоит быть благодарным им за ту роль, которую они сыграли в моем собственном развитии?»

Разумеется, это не те вопросы, «правильные» ответы на которые перечислены где-нибудь в этой книге, чтобы их можно было подсмотреть после обдумывания. Это вопросы, которые все те, кто осознанно занимается собственным развитием, должны задавать себе снова, и снова, и снова. Это один из способов начать изучение всего, что происходит внутри нас и вокруг нас в жизни. Когда мы научимся постоянно задавать подобные вопросы и искать на них ответы, мы заметим, что в нашем сознании укрепляется новая парадигма, новое мировоззрение – такое, которое полностью меняет все наши взгляды. Благодаря этому новому мировоззрению можно познать наши отношения с другими людьми, события в нашей жизни, этапы нашего внутреннего развития и все ранее скрытые взаимосвязи между ними во всей их полноте. Благодаря такому познанию мы будем *знать*, что живем в Космосе, а не в Хаосе. Мы начнем ценить каждого человека, каждую жизнь за их особую роль в великом Порядке мироздания, в котором все мы по отдельности и вместе взятые играем важную и прекрасную роль.

## Глава шестая. За что мне достались такие родственники?

Как-то раз, два года назад я ходила по магазинам и случайно встретила приятельницу, с которой мы давно не виделись. С момента нашего знакомства, которое произошло двадцать лет назад, она казалась мне одной из самых интересных моих подруг. Она всегда фонтанировала юмором и энтузиазмом и была счастливым партнером своему мужу. У них был, как мне казалось, практически идеальный брак. Они разделяли страсть к естественным наукам и вместе с детьми путешествовали по миру, занимаясь фантастическими вещами: плавали с морскими черепахами, считали гнездящихся тупиков, играли с морскими свиньями и наблюдали за игуанами.

Мы решили вместе выпить кофе, и я уже предвкушала ее рассказ о последних экзотических путешествиях и новых достижениях ее детей. К моему удивлению, ее лицо стало серьезным, когда я спросила, как поживает ее семья. Я слушала рассказ подруги о том, что ее шестнадцатилетний сын устроил им с мужем совершенно кошмарный год. Этот некогда радостный, сговорчивый мальчик и образцовый ученик превратился в хулигана, с которым практически невозможно было жить. У него начались проблемы в школе, были многочисленные неприятности с полицией, а дома он ежедневно устраивал скандалы. И впервые за всю их совместную жизнь моя подруга стала серьезно ссориться с мужем. Вся семья посещала психолога, который предложил им временно отдать сына в приемную семью.

– Постоянно задаюсь вопросом, – с грустью сказала подруга, – В чем мы ошиблись с его воспитанием? Что надо было сделать, чтобы предотвратить это?

## **Миф о возможности предотвращения неприятностей**

**Предотвращение.** Какое соблазнительное понятие! Многие из нас, кто должен бы знать, что нет причин этого делать, все равно верят в миф о возможности предотвращения неприятностей – в то, что своевременное использование соответствующих финансовых, юридических, образовательных, медицинских или психологических ресурсов позволяет избежать жизненных трудностей. Это опасный вид примитивного мышления, ведь если мы будем успокаивать себя этим, когда все идет хорошо, то уж наверняка станем бранить себя за то, что вовремя не предприняли нужные меры, когда колесо судьбы вновь повернется, и произойдет что-нибудь плохое.

Разумеется, я вовсе не хочу сказать, что мы должны жить без самоконтроля и дисциплины или безответственно обращаться с окружающими нас людьми. Смысл скорее в том, что, когда приходит беда, а она рано или поздно приходит, не стоит автоматически винить себя за то, что мы не успели ее предотвратить. Более того, проблемы зачастую означают изменение направления нашего пути, как это было с семьей моей подруги.

Недавно мы с ней говорили по телефону, и она сказала, что сейчас все они благодарны за то, чему научились в тот болезненный период по отдельности и как семья. Мальчик действительно провел несколько месяцев в приемной семье, пока не решил, что предпочитает жить по правилам родителей. Он вернулся домой, а через несколько месяцев закончил свой сложный выпускной год в школе, отказавшись от мечты о спортивной карьере и решив поступить в университет, чтобы стать психологом и работать с подростками. Его собственные трудности пробудили в нем интерес к помощи другим, тем, кто страдал от похожих проблем.

На сеансах семейной психотерапии, в которых участвовали все четверо, родители с удивлением обнаружили, что у их дочери серьезные проблемы с алкоголем. Ее младший брат много лет был в курсе этого, но ничего не рассказывал из чувства верности сестре. Когда о ее проблеме стало известно всем, стало возможным и лечение. Она отправилась в лагерь реабилитации для подростков, страдающих алкогольной и наркотической зависимостью. Программа лагеря требовала участия всех членов семьи.

На групповых сеансах в лагере ее отец начал вспоминать и исцелять болезненный опыт из собственного детства, связанный с его отцом-алкоголиком. А ее мать научилась усмирять свое желание постоянно учить мужа и детей – поведение, которое их семейный психотерапевт назвал «управляющим и контролирующим». Сегодня моя подруга научилась позволять своим близким самостоятельно идти по жизни в комфортном для них темпе.

Таким образом, подростковый бунт этого юноши, хотя и был крайне мучительным для всех окружающих, запустил процесс самопознания у всех членов семьи, и этот процесс будет продолжаться всю их жизнь.



## Трудности естественны для роста

Много лет назад, когда я жила в маленьком городке, учитель, преподававший дисциплину под названием «Проблемы выпускников» в местной школе, просил своих учеников на первом занятии письменно и анонимно ответить на вопрос: «В какой момент своей жизни, на ваш взгляд, вы сильнее всего изменились, сильнее всего повзрослели?»

В своих ответах ученики редко описывали приятные моменты – например, лето, проведенное в лагере или поездку в горы на Рождество для катания на лыжах; день, когда им впервые удалось прокатиться на доске для серфинга, или покупку автомобиля на шестнадцатилетие. Вместо этого все они дали другие ответы – например, такие:

*«Когда развелись мои родители».*

*«После сердечного приступа, случившегося у отца».*

*«Когда родилась моя умственно неполноценная сестра».*

*«Год, в который умер мой брат».*

*«Когда у нас сгорел дом, и мы потеряли все».*

*«Когда я узнал, что у меня диабет».*

В процессе последующего обсуждения многие ученики открыто говорили о том, что сложные времена научили их проявлять ответственность, терпение, понимание, сострадание и ценить то, что у них есть.

В этом классе учился и мой сын, и я была удивлена, когда он рассказал мне о мудрости, которую продемонстрировали эти молодые люди. Большинство событий, которые, на их взгляд, способствовали их взрослению, родители этих подростков обязательно постарались бы предотвратить, защитить от них своих детей, если бы только могли это сделать. Означает ли это, что эти благонамеренные родители в таком случае приостановили бы взросление своих детей? Возможно – по крайней мере, на какое-то время. Но если бы жизнь была слишком простой, слишком комфортной, эти молодые люди нашли бы – или создали – другие проблемы, которые необходимо было преодолеть. Проверка своих сил, самовыражение, принудительное ускорение собственного роста столь же естественны для подростков, как умение ходить и говорить для малышей или конструирование жизни, полной испытаний, для души.

Ни один ребенок не научится ходить, ни разу не упав, или говорить так, чтобы его сразу же все понимали. Если бы мы предотвратили каждую шишку и царапину, которые в результате помогают ребенку уверенно держаться на ногах, и каждую ошибку в произношении на пути к правильной речи, мы бы просто помешали ребенку овладеть этими навыками. Дети гораздо лучше справляются с раздражением, вызванным их собственными ограничениями и ошибками, чем с раздражением от того, что им запрещено признавать эти ограничения и раз за разом преодолевать их.

Однако мы способны вынести наблюдение за трудностями, которые переживает наш ребенок (или даже получить от него удовольствие), потому что мы знаем, что ребенок учится. Но мы ничего не знаем о том, как подростки справляются с проблемами, связанными с сексом, наркотиками или насилием. Борьба с большинством других жизненных трудностей тоже не всегда заканчивается с предсказуемым результатом. Зато предостаточно страшных историй, и мы боимся за себя и за своих близких, поэтому изо всех сил стараемся их контролировать, защитить и предотвратить те самые события, которые их души в своем нынешнем воплощении намеренно ищут или создают.

## Зависимость как путь к трансформации

Я много лет работала на разные некоммерческие организации, оказывавшие услуги в области терапии зависимостей, и за это время узнала, насколько привлекательной была идея предотвращения неприятностей и для обычных людей, и для тех, кто нас финансировал. Но чем дольше я работала этой области, тем меньше верила в то, что зависимость можно предотвратить. Подобное предотвращение всегда подразумевало обучение и рациональный подход к человеку, чье поведение считалось рациональным, и к самой зависимости, представлявшейся линейным, предсказуемо развивающимся процессом, который можно контролировать и которым можно управлять. Однако я заметила, что некоторые из тех самых людей, которые обладали наиболее полной информацией о той или иной зависимости, *сами страдали от зависимости, связанной со сферой своей профессиональной деятельности, в области своей же компетенции*. Врачи, медсестры и фармацевты часто страдают от наркотической зависимости; специалисты по правильному питанию и диетологи переедают; профессионалы в банковской сфере, бухгалтеры и специалисты по управлению финансами безудержно тратят деньги и залегают в долги; психологи, которые подобно мне помогают другим людям решить проблемы в отношениях, сами страдают от созависимости. Снова и снова я сталкивалась с примерами, когда профессиональная специализация человека соответствовала его зависимости, идеально отражая внутреннее состояние, которое и в самом деле было излюбленной *темой, лейтмотивом* этого человека. И тогда я поняла, что каждый из нас, чья карьера и зависимость таким образом совпадали, на самом деле стремится, – возможно, сам того не осознавая, – изучить эту тему во многих ее проявлениях. Эти исследования, по сути, становятся нашей жизненной задачей.

И, наконец, когда на моих глазах различные программы «12 шагов» приводили их участников к пробуждению, переменам и исцелению, я стала сомневаться, что нам стоит даже желать предотвращения зависимости. Хотя ставки здесь действительно очень высоки, а поражение может обернуться настоящей трагедией, зависимость создает напряжение, благодаря которому становится возможной личная трансформация. Этот вывод соответствует словам одного человека, наделенного даром ясновидения и целительства, чей отец умер от алкоголизма. Он сказал: «Я считаю, что зависимость дает человеку возможность очистить большое количество кармы за одну жизнь. Но риск всегда есть, ведь выздоровление требует, чтобы мы полностью, безвозвратно подчинили свою личную волю высшей силе. Это путь ускоренного развития души, но путь очень рискованный. Зачастую человек проигрывает, как это было с моим отцом».

Все, что мне довелось наблюдать в процессе изучения жертв зависимости, самой зависимости (включая мой собственный опыт созависимости в близких отношениях) и выздоровления, заставляет меня думать, что этот человек был прав, и порой душа действительно решает рискнуть и делает ставку на зависимость, потому что это самый быстрый, самый эффективный способ добиться цели, если эта цель – признание собственного поражения, пробуждение и трансформация. Когда человек отказывается признать поражение, продолжает бороться и упорствовать, не желая признать власть высших сил над собой, он не может избавиться от зависимости, и в следующей жизни ему придется пройти через новые, более продолжительные, постепенные и менее глубокие исцеляющие циклы. Или же его душа будет ставить на зависимость снова и снова, повышая ставки в каждой последующей жизни, увеличивая напряжение, пока не добьется нужного результата. Возможно, именно поэтому именно те алкоголики и наркоманы, кто пал на самое дно, употребляя алкоголь или наркотики, встав на путь исцеления, стремятся к освобождению от зависимости сильнее всего. Глядя на таких людей, возникает ощущение, что они «воскресли и обратились к свету» после долгих лет и даже жизней, про-

веденных во тьме. И для того, чтобы коренным образом измениться, им понадобилось лишь *полностью и безоговорочно сдаться на милость высших сил, полагаясь на них и вверив им свою волю.*

Нет ничего удивительного в том, что супруги, дети, родители, психологи, священники, инспекторы и чиновники, работающие в системе исполнения наказаний, или доброжелательные друзья, как бы они ни старались, не могут полностью контролировать поведение жертвы зависимости. Никто не в силах полностью подчинить чужую волю своей, и потому никто не в силах заставить другого человека выздороветь. Более того, тем из нас, кто пытается это сделать, необходимо сначала самим вверить свою волю высшим силам.

На каждого алкоголика, наркомана, жертву переедания, хронического должника или азартного игрока приходится как минимум четыре других человека, чья жизнь выходит из-под контроля из-за их реакции на поведение жертвы зависимости, их бесконечных попыток контролировать его поведение. Таким образом, зависимость становится одним из самых мощных и масштабных средств массовой внутренней трансформации, затрагивающей всю семью, каждый член которой нуждается в исцелении и может пройти через него. Для членов семьи исцеление означает признание собственного бессилия в управлении чужой жизнью, в том числе жизнью жертвы зависимости. Само по себе признание своего бессилия ведет к трансформации, внутреннему преобразению.

Позвольте проиллюстрировать эту идею одним примером. Когда я читала лекции на тему любовной созависимости, на каждом выступлении находилась женщина, которая рано или поздно спрашивала меня: «Как я могу уберечь от этой зависимости свою дочь? Она годами наблюдала, как я страдаю от созависимости, и начинает повторять мои ошибки. Теперь я понимаю, насколько я была больна, и хочу спасти ее, оградить от повторения моей судьбы и моих ошибок.»

На это я всегда задавала один простой вопрос: «А кто мог бы спасти вас?»

И тогда обеспокоенная мать и многие другие присутствующие в зале понимали, что никто не мог помешать им поступать так, как им хотелось, и что всеми положительными переменами, через которые они прошли, как и своим внутренним ростом они были обязаны именно *своему* опыту и *своим* страданиям. Если бы кто-нибудь предотвратил их страдания, он бы тем самым предотвратил и их пробуждение, их внутреннюю трансформацию.

Часто люди, посещающие мои лекции, осознавали, что разные переплетенные между собой виды зависимости поражали несколько поколений в их семье, и созависимость в отношениях была лишь одним из них, наряду с алкоголизмом, наркоманией, перееданием, сексуальной зависимостью и другими. Через понимание собственной зависимости они получали ключ к пониманию ранее необъяснимых событий и процессов, происходивших внутри семьи на протяжении нескольких поколений. Они также учились ценить процесс внутренней трансформации, через который проходили их близкие, и не вмешиваться в него.

## Темы, круги и семейная карма

Сегодня специалисты в области терапии зависимостей признают, что зависимость одного человека, как правило, вытекает из истории семьи на протяжении нескольких предыдущих поколений, – постольку, поскольку предки этого человека страдали от различных переплетающихся зависимостей. Они также понимают, что зависимость как «семейное заболевание» будет развиваться и в новых поколениях, если оставить ее без лечения. Научное объяснение этого феномена состоит в том, у потомков на генетическом уровне формируется предрасположенность к химической зависимости (зависимости от субстанций) в той же мере, в которой были предрасположены к ней их предки. Эта наследственность вместе с эмоциональным фоном внутри семьи и преобладающими у ее членов поведенческими стереотипами и сценариями, включающими зависимость, практически гарантирует, что такая зависимость в той или иной степени разовьется у потомков в последующих поколениях.

Хотя мы понимаем, что наша душа выбирает родителей, которые создают для нас трудности, возможно, вы зададитесь вопросом, которым задавалась и я, когда работала с химической зависимостью: «Какая злая сила вынуждает ребенка родиться в семье, где родители страдают от зависимости, учитывая тот факт, что большинство случаев физического и сексуального насилия происходит именно в таких семьях?»

Сталкиваясь с такой вопиющей безучастностью высших сил к благополучию воплощающейся души, можно было бы заключить, что никакого Бога не существует вовсе, никакой силы любви во Вселенной нет, *если только такие условия и обстоятельства не были добровольно выбраны самой воплощающейся душой* со следующей целью:

**Воплощение в материальном мире**

\*

**Приобретение жизненного опыта**

\*

**Расширение сознания**

Только при таком условии этот мир может казаться справедливым, только при таком условии в нем может быть смысл, порядок и надежда на подлинное развитие.

Представьте себе: а что, если, к примеру, дочь зависимой от отношений матери *сама решила* родиться в семье, в которой есть проблемы с созависимостью? И, более того, если одним из *ключевых* причин решения дочери воплотиться в этой семье было наличие такой проблемы, если душу дочери влекло к этой конкретной матери и к таким жизненным обстоятельствам, в которых ее душа могла столкнуться с созависимостью или другими зависимостями, пережить их и использовать их в качестве средств для внутреннего развития? И, если развивать эту концепцию дальше, что, если эта мать, эта дочь и другие люди, с которыми они обе связаны узами материнства, родства и дружбы, поддерживали друг с другом различные отношения в других жизнях, и в этих отношениях зависимость всегда играла важную роль, оставалась центральной темой? Такие люди, связанные общим опытом работы с зависимостью на протяжении многих жизней, составляют *круг*. В каждом таком круге действует семейная и групповая карма, что выражается в эволюционных процессах воплощения в материальном мире, приобретения жизненного опыта и расширения сознания, разворачивающихся вокруг определенной общей темы. Когда мы воплощаемся в таком круге людей, мы делаем это для изучения различных граней этой темы и в результате приходим к равновесию в нашем понимании этой проблемы.

Такая работа в кругах происходит примерно по одной и той же схеме независимо от того, рассматриваем ли мы несколько поколений семьи, члены которой работают над своими, свя-

занными друг с другом задачами, или одного человека, занимающегося тем же самым на протяжении нескольких воплощений. Следующий пример поможет лучше это понять.

## Семейная карма трех поколений

В следующей истории Криста, ее мать и ее дочь Линдси составляют семейный круг, в котором переплетаются темы алкоголизма, алкогольной созависимости и склонности к самоубийству. Криста, в частности, демонстрирует, каким образом один человек может играть разные роли и в разные моменты своей жизни сталкиваться с разными аспектами проблемы, вокруг которой строится ее жизнь. Благодаря взаимодействию сначала в качестве ребенка с матерью, а затем в качестве матери со своей дочерью, она начинает лучше понимать некоторые из многочисленных граней зависимости, депрессии и склонности к самоубийству. Такое понимание становится возможным именно благодаря обращению к этим проблемам представителей разных поколений.

Мне было четырнадцать, когда мама покончила с собой, запив таблетки алкоголем. Когда я в тот день пришла из школы, она лежала в постели, но в этом не было ничего необычного. Каждый раз, как отец уезжал в командировку, мама пила в одиночестве в своей спальне, пока я ходила по дому на цыпочках, стараясь не разбудить ее и не расстроить. Уже ближе к вечеру я, наконец, зашла в комнату, чтобы удостовериться, что с ней все в порядке. Свет я не включала, чтобы у нее не заболели глаза. Я повторяла: «Мама... Мама...» Я не хотела расстроить ее, но при этом боялась, что что-то случилось. Наконец, я дотронулась до нее и только тогда, стоя там, в темноте, в полном одиночестве, поняла, что мама умерла.

Включив свет, я увидела записку, которую она оставила. В ней было всего три слова: «Пожалуйста, прости меня». А я не могла. Ни тогда, ни много-много лет спустя. Думала, что никогда ее не прощу, но потом оказалась на ее месте.

После смерти мамы все быстро изменилось. Мы с отцом переехали в другой округ штата, и я стала учиться в новой школе, где никто не знал, что наделала моя мать. Всего через несколько месяцев отец женился на другой женщине, у которой были две дочери на пару лет моложе меня. Никто из них никогда не говорил о случившемся. У меня было ощущение, что все они делали вид, будто моей матери никогда не существовало. Вместо этого внезапно появилась эта *ужасная* семья, и все мы, по замыслу наших родителей, должны были чувствовать себя счастливыми. Но я ненавидела их всех, особенно отца, который постоянно нашептывал мне, как мне повезло и как я должна быть благодарна за это. Все было плохо, когда мама была жива, но теперь стало еще хуже. Я была уверена, что это моя кара за то, что я позволила ей умереть. И до сих пор, когда случается что-то плохое, когда мне очень больно, я чувствую себя точно так же.

Я сама стала тайком пить, доливая воду в их бутылки, чтобы компенсировать то, что я выпила. Мне было приятно осознавать, что я краду у них, словно я делала это ради мамы, мстила им за то, что они притворялись, будто она никогда не жила и не умерла.

К шестнадцати годам я стала совершенно неуправляемой. К девятнадцати я была замужем за каскадером вдвое старше меня. К двадцати пяти у меня была хорошая работа: я была парикмахером в одном из сетевых салонов. Мы с мужем много пили и постоянно ходили на вечеринки. С каждым годом он работал все меньше, а я работала все больше, чтобы компенсировать сокращение его дохода. К тридцати двум мои учащающиеся запои заставили меня обратиться за помощью в организацию «Анонимные алкоголики», а

после шести месяцев моей трезвости муж сказал, что хочет развода. Он нашел себе другую. Уже много лет у нас с ним не было ничего общего за исключением алкоголя, и когда я бросила пить, мы лишились и этого. В каком-то смысле я не винила его за то, что он ушел от меня.

Когда он съехал, мне приходилось нелегко, но я бы не сказала, что было невыносимо. У меня была работа, двенадцатилетняя дочь Линдси, собрания АА и опекунша, которая меня поддерживала. Но через два года трезвой жизни у меня началась тяжелая и длительная депрессия. Я брала отгулы и лежала в постели, потому что совершенно не могла ничего делать. Мысли проносились в голове с молниеносной скоростью, убеждая меня в том, что я ужасный человек, что я неудачница. Я едва могла говорить или двигаться. Ощущения такие, будто плаваешь в жидком цементе. На любое действие уходило невероятно много сил.

Линдси приходила домой из школы, а я лежала в постели и хотела только одного: чтобы меня оставили в покое. Хотя я не пила, я вела себя в точности, как моя мать, а Линдси реагировала на это точно так же, как я в ее возрасте. Она старалась лишней раз меня не расстраивать, взяла на себя мои обязанности по дому, иногда со мной ругалась, но по большей части старалась улучшить ситуацию. Меня ужасно мучила совесть по поводу происходящего, по поводу того, как я с ней поступала, но я не могла ничего изменить. Самоубийство стало мне казаться единственным выходом из положения. Даже ужас при мысли о том, что Линдси придется пройти через все то, что я прошла в ее возрасте, лишь подпитывал мое ощущение собственной никчемности и уверенность в том, что всему миру, включая мою дочь, всем вокруг будет только лучше, если меня не будет рядом.

Пережить все это мне помогла моя опекунша из АА. Она отвечала на мои звонки в любое время дня и ночи, и много раз одно лишь сознание того, что я *могу* позвонить ей, помогало мне пережить ночь и не сорваться. Я молилась. Я работала над шагами программы. Я приняла любовь и поддержку других членов АА, даже когда была уверена, что не заслуживаю этого. И, наконец, спустя почти полтора года депрессия начала ослаблять хватку. Сначала у меня порой выдавался хороший час, потом хороший день. Потом два хороших дня подряд, а потом целая неделя. Словно кто-то постепенно начал впускать свет в мою жизнь, где прежде была полная тьма.

Долгое время я ждала возвращения депрессии, но пока этого не случилось. О, разумеется, плохие дни у меня были, но не было плохих недель, а прошло уже четыре года.

Я много думала об алкоголизме, о самоубийстве мамы и о том, как я пошла по ее стопам, через что заставила пройти дочь, хотя я бы все отдала, чтобы не поступать так с ней. Мы с Линдси много говорили на эту тему, и я делаю все возможное, чтобы искупить свою вину перед ней. Но сейчас я знаю, что над той депрессией я была бессильна в той же степени, что была бессильна и над своим алкоголизмом. Если бы не программа, я бы не выжила.

У мамы не было такой помощи, поэтому я не могу осуждать ее за то, что она сделала.

Если мы сталкиваемся с зависимостью, самоубийством близкого человека, суицидальными мыслями или любой другой серьезной проблемой, но не решаем ее, то, скорее всего, в последующих воплощениях мы присоединимся к кругу людей, в котором работают с этой темой. Вполне возможно, для Кристи самоубийство было нерешенной проблемой как мини-

мум в одной предыдущей жизни. Чтобы лучше понять этот поступок и простить его *в одном воплощении*, она должна была вновь столкнуться с этой ситуацией. Она выбрала мать, чей алкоголизм и склонность к самоубийству подготовили Кристу для этой цели. И вот, она достигла примерно того же возраста, что и ее мать, когда та наложила на себя руки, и у нее была дочь примерно того же возраста, в котором была Криста, когда это произошло, и тогда Криста попала под сильнейшее влияние самой важной годовщины в ее жизни. Затем она оказалась в ситуации тройной самоидентификации, реагируя на эту годовщину с позиции трех разных людей.

Во-первых, ей казалось, что она превратилась в собственную мать, настолько отчаявшись, что не в силах была поставить благополучие дочери выше своего желания покончить с собственными мучениями. Во-вторых, она себя отождествляла себя с дочерью, заново переживая мучения, которые сама познала в том же возрасте, ухаживая за больной матерью, находившейся на грани самоубийства. В-третьих, она была самой собой: взрослой женщиной, которая боролась с депрессией и сильным желанием свести счеты с жизнью. В действительности Криста переживала одновременно три кризиса, и все они были связаны с самоубийством. Это был ужасный период, и когда он, наконец, закончился, понимание природы этого кризиса позволило ей простить мать. Сделав это, Криста, несомненно, простила и себя за тот же самый поступок в другой жизни.

Удар, который алкоголизм матери и ее близкое к самоубийству состояние нанесли Линдси, был в значительной мере смягчен исцелением матери от зависимости, а позднее и от депрессии. На примере Кристи Линдси, по крайней мере, узнала о существовании средств, которые помогут справиться с этими проблемами, когда они в том или ином виде проявятся в ее собственной жизни.

Вы можете спросить: если и у Линдси (или у ее детей и внуков) появятся проблемы, подобные тем, что были у ее матери и бабушки, когда все это кончится? Осознав, что здесь действуют несколько видов кармы, вы сможете лучше ответить на этот вопрос. Во-первых, существует индивидуальная карма. Вероятное решение Кристи в прошлой жизни выбрать самоубийство в качестве выхода из трудной ситуации привело к тому, что в следующем воплощении она вновь столкнулась с такой дилеммой и на этот раз выбрала другой вариант. Существует и семейная карма, формируемая отношениями, осложненными повторяющимися проблемами – в данном случае алкоголизмом, депрессией и мыслями о самоубийстве. Общая кармическая задача людей этого круга состояла в том, чтобы возвысить их реакцию с уровня обвинения и осуждения других до более полного понимания проблемы и прощения.

История этой семьи иллюстрирует, каким образом, воплощаясь в семье или более крупной группе с определенными проблемами, мы приобретаем соответствующий опыт, затем знания и, наконец, мудрость. Любовь, которая рождается из глубокого понимания, уравнивает нашу карму. Мы пережили определенные обстоятельства, извлекли из них урок и исцелились. Теперь мы свободны и готовы к следующим урокам. Тем не менее мы (вместе с другими членами нашего круга) можем продолжать воплощаться среди людей, работающих над аналогичной темой, аналогичными проблемами, чтобы чему-то научить их, помочь им исцелиться, принести в их жизнь свет и любовь, чтобы облегчить их бремя. В таких воплощениях проявляется закон жертвы; он действует в отношении исцеления семьи или более крупной группы людей. В жизни каждого человека и человечества в целом переплетаются различные виды кармы все более и более крупных групп людей, и такую групповую карму, подобно индивидуальной, тоже нужно проработать и исцелить.



## Наш вклад в развитие человечества

В этой книге я не буду затрагивать темы расовой, национальной и планетарной кармы. Тем не менее, их существование в дополнение к личной, семейной и групповой карме должно быть хотя бы обозначено, потому что каждый из нас как член этих более крупных групп подвержен воздействию могущественных обезличенных сил, которые в огромной мере влияют на нашу жизнь. Чтобы понять концепцию семейной и групповой кармы, мы должны признать, что, будучи отдельными индивидами, мы в то же самое время объединены с другими людьми в различные группы и сообщества, составляющие «тело» всего человечества, *которое, в свою очередь, само по себе является живым организмом.*

Аналогией тому может служить наш собственный организм. Мы знаем, что множество отдельных клеток в сочетании с другими подобными им клетками образуют органы с отдельными, но взаимозависимыми функциями, каждая из которых крайне важна для общего развития и поддержания жизни в организме. Подобным же образом отдельные люди в сочетании с другими генетически родственными (семья) и разделяющими общие интересы людьми (группа) образуют единицы или круги с отдельными, но взаимозависимыми функциями, которые крайне важны для развития всего человечества.

Все, чего мы добиваемся как индивиды, как представители человечества, обычно достигается благодаря близкому и гармоничному сотрудничеству с другими членами нашего круга, с которыми мы разделяем семейную или групповую карму, либо за счет более или менее бурной реакции, направленной *против* них. Большинство наших проблем в отношениях с другими людьми в этой жизни возникает из-за того, что, хотя мы связаны друг с другом, мы заставляем друг друга получать разный, порой даже диаметрально противоположный опыт при столкновении с определенными проблемами.

Помимо ситуационных испытаний, которые мы создаем друг для друга, существуют и духовные испытания. Холодная, безразличная мать может заставить нас забыть о нашей зависимости и потребности в одобрении и научиться стоять за себя, что может быть важным условием для достижения другой цели, которую наше высшее Я поставило в этой жизни. Таким образом, эта отстраненная мать становится одним из средств достижения нашей цели. Либо, стараясь снискать одобрение со стороны вечно недовольных родителей, мы берем на себя испытания, на которые в противном случае не согласились бы, пока однажды не осознаем, каких невероятных успехов добились. Возможно, наша грубая мать или отец заставили нас осознать, насколько сильно может ранить слово, взгляд или поступок. Как это было с Джорджем, такой родитель может вызвать у нас отвращение к жестокости, тем самым помогая нам осознанно преодолеть ту же склонность в нас самих. Большинство из нас когда-то решили не становиться такими, как наши родители, в том или ином аспекте, а затем обнаружили, что, несмотря на наше решение, те же черты развиваются в нас самих, и их необходимо преодолеть. Таким образом, родители помогли нам пробудиться и осознать свою жизненную задачу.

Разумеется, некоторые родители преподносят своим детям желанный дар любви, но есть и такие, чей менее желанный дар заключается в ненависти, слабости, зависимости, нищете, предательстве, унижении, и все это для создает для нас возможности преодолеть наши собственные недостатки. Для духовного развития нам нужны враги и несчастья, на фоне которых мы испытываем и формируем себя, чтобы полностью реализовать свой потенциал.

## Общие кармические задачи

Борясь с непомерной ответственностью, которую мы ощущаем по отношению к матери-алкоголичке; или с чувством стыда перед окружающими за нашего умственно неполноценного брата или сестру; или с фантазиями о мести, которые мы тайно питаем к жестокому отцу; или с беспомощной яростью по отношению к несправедливому тирану-начальнику; или со все более навязчивыми попытками контролировать распутного супруга, мы, разумеется, забываем, что все эти трудности и обстоятельства мы сами *выбрали* для работы над собой в этом воплощении; это те «области знания», те «предметы», к которым тянется наша душа на этом уровне школы жизни. Дочери, которая воплощается с целью понять природу насилия, может *потребоваться* жестокий отец, чтобы получить необходимый опыт. И это не было бы ее целью, если бы она не желала пройти через воплощение в материальном мире, жизненный опыт и расширение сознания, связанные с темой насилия. Более того, она и ее отец могут быть связаны древним кармическим долгом, который будет погашен, если дочь использует отношение отца к ней как трамплин для более глубокого понимания их отношений и исцеления. И если она в результате использует это исцеление, чтобы помочь другим людям, с которыми так же жестоко обращались, тем лучше. Видите ли вы, каким образом, если это произойдет, и она, и ее отец *вместе* станут инструментами исцеления? Их кардинально разный вклад в отношения необходим для достижения задачи, которую на уровне души они договорились выполнить вместе.

Порой людей объединяет общая кармическая задача, выполнить которую они могут, именно не ладя друг с другом. Зачастую такая задача включает помощь окружающим, раскрытие правды, основание заведения или общественного движения, в котором нуждаются другие люди, или что-нибудь иное, что оказывает влияние на других людей опосредовано, без прямого контакта с ними. Что любопытно, такие задачи воплощений зачастую могут быть распознаны или подтверждены при составлении или сравнении гороскопов этих людей опытным и внимательным астрологом. Часто, когда речь идет о самых сложных отношениях между членами семьи, их гороскопы при сравнении словно образуют единую картину, отражая их общую кармическую задачу. Так было с женщинами, чья история приводится ниже.

Хелен и Лидия ругались друг с другом всю свою жизнь.

Хелен, старшая сестра, – высокая, темноволосая, пышная женщина, привыкшая носить яркую одежду и водить роскошные машины. Она прямолинейна и требовательна, и она почти всегда получает то, что хочет. Лидия на два года ее младше, тоже высокая и темноволосая, но при этом воздушная, наивная, словно не от мира сего. Но, несмотря на ее скромный, замкнутый характер, Лидия была столь же решительной, как и ее сестра Хелен.

Когда их родители развелись из-за алкоголизма и измен отца и вспыльчивости матери, девочкам было семь и девять лет. Хелен старалась держаться поближе к щедрому, пьющему отцу-плейбою, а Лидия оставалась верна странноватой, эмоциональной, суеверной и экономной матери-гречанке. Мать умерла, когда ей было за пятьдесят, и дочери оказались связанными друг с другом финансовыми вопросами, унаследовав от матери совместную собственность.

До этого в шестнадцать лет Хелен сбежала из дома с разведенным мужчиной старше нее, который незадолго до рождения их сына, Майкла, вернулся к своей бывшей жене. Когда родился малыш, мать Хелен была в ярости, а отец был, как обычно, пьян. Только четырнадцатилетняя Лидия навещала сестру и своего новорожденного племянника в роддоме.

У Хелен не было другого выхода, и она с ребенком вернулась домой к матери, где последняя месяцами отказывалась с ней разговаривать. Хелен работала в ночную смену, чтобы прокормить себя и ребенка. Ее мать работала днем. Лидия еще ходила в школу, и сестры разделили между собой обязанности по уходу за малышом. Хотя обе девушки обожали маленького Майкла, у них с самого начала были кардинально разные взгляды на его потребности и благополучие, и каждая считала, что сестра все делает не так. Частично из практических соображений Хелен настаивала, чтобы кормления Майкла проводились по строгому расписанию. Если он спал, она будила его, чтобы вовремя покормить. Но когда малышом занималась Лидия, кормление велось по требованию, а не по расписанию, что часто мешало попыткам Хелен выспаться днем, чтобы вечером не опоздать на работу.

Шли годы. Хелен второй раз вышла замуж, но других детей у нее не было. Лидия замуж так и не вышла, она жила с матерью до ее смерти и всегда поддерживала с Майклом настолько близкие отношения, насколько позволяла ее вражда с Хелен. Когда Майклу было чуть за двадцать, ему у него обнаружили миелоцитарный лейкоз – смертельный вид рака, который обычно убивает человека за три-четыре года.

С того момента, как врачи поставили Майклу диагноз, его мать и тетя без устали спорили о правильном подходе к лечению молодого человека, которого они обе так сильно любили. Хелен была прирожденным бойцом, и для нее болезнь сына стала опасным врагом, которого необходимо было победить всеми возможными медицинскими средствами. Когда Майкл начал проходить лучевую терапию и химиотерапию, которые не отличаются особой эффективностью в лечении этого вида рака, Лидия была в ужасе. Она считала, что такая терапия ослабляет иммунную систему и хотела, чтобы Майкл обратился альтернативным способам лечения: целителям, медитации, траволечению и диете. То, что Лидия отдавала предпочтение нетрадиционной медицине, приводило Хелен в ярость: она считала, что сестра подрывает авторитет лечивших Майкла врачей.

Майкл, не споря, объединял рекомендации Лидии с советами врачей, и на какое-то время его самочувствие стабилизировалось. Однако через полтора года состояние его здоровья стало резко ухудшаться, и обе сестры обвиняли в этом друг друга.

По мере того, как его страдания усиливались, Лидия попыталась уговорить Хелен прекратить использовать все возможные медицинские ухищрения, многие из которых только усугубляли мучения и усталость. Она хотела забрать Майкла из больницы домой. Лидия была свидетелем процесса умирания двух ее друзей, и она знала, каким прекрасным мирным переходом он может быть. Она твердо верила в жизнь после смерти и реинкарнацию, а потому считала, что самым добрым, самым заботливым поступком по отношению к Майклу было бы обеспечить ему комфорт и позволить уйти. Хелен считала сестру опасной предательницей и настаивала на том, чтобы сын оставался в больнице, где врачи могут предпринять все необходимые экстренные меры, чтобы сохранить Майклу жизнь. Даже после того, как Майкл впал в кому, Хелен продолжала бороться, требуя от врачей *сделать* хоть что-нибудь. Она была убеждена, что позволить сыну просто так умереть было бы предательством.

Итак, Хелен боролась, Лидия молилась, а Майкл постепенно угасал. К моменту его смерти обе женщины уже многое знали о раке, и обе, каждая по-своему, были заняты связанной с этим общественной работой и поиском ресурсов для тех, кто борется с этой болезнью во всех ее проявлениях.

Сегодня они обе вносят столь значительный вклад в развитие системы поддержки больных раком, что всем, кто связан с этой системой, сложно себе представить ее существование без них. Хелен организует акции по сбору средств на новое оборудование, пробиваясь через бюрократические барьеры и обеспечивая медицинскую помощь нуждающимся пациентам и поддержку их родственникам и друзьям. В отличие от широко известной всем деятельности Хелен, Лидия, ничего не афишируя, предлагает больным собственный подход – глубокое принятие процесса умирания на последних стадиях заболевания. Она готова быть рядом с ними во время их перехода, и она уважает их право умереть в той же мере, в которой ее сестра борется за их право жить.

Сейчас обе сестры работают над тем, чтобы переоборудовать одно из зданий, унаследованных от матери, в столь необходимый центр оказания помощи больным раком. Несомненно, Хелен и Лидия будут ругаться друг с другом в процессе этой работы – точно так же, как они ругаются, делая сообща любое другое дело. Их объединяет огромная любовь к Майклу, в честь которого они хотят назвать новый центр. Каждая из них обладает железной волей. Каждая отличается прямоотой и честностью. Ни одна из них не сойдет с намеченного пути. И хотя они ругаются друг с другом и страдают от взаимного непонимания и неприятия взглядов друг друга, результаты работы, которую они делают вместе, отличаются удивительной гармонией и полнотой.

Работа над общей кармической задачей, подобной той, что была у Хелен и Лидии, редко дается легко или комфортно, потому что зачастую именно противоречия, возникающие между участниками, делают выполнение задачи возможным. Теперь вспомните самые сложные отношения в собственной семье, подумайте о тех, с кем вас связывают кровные узы и, возможно, общие кармические задачи. Если вы смогли оценить, что Хелен и Лидия, при совершенно разных характерах и подходах, все же всегда были искренними друг с другом, постарайтесь проявить ту же честность и объективность, рассматривая вашу собственную ситуацию и тех людей, с которыми вы связаны.

Задумайтесь, чего именно вы можете достичь вместе с родными, с которыми вы конфликтуете. Проследите, каким образом вы все росли и развивались благодаря возникающему между вами напряжению. Или, возможно, вы как личность сумели сохранить преданность себе и собственным ценностям в ответ на действия родственника, которого считаете своим заклятым врагом. Попробуйте найти способ уравновесить черты характера друг друга, объединив их в каком-нибудь деле. Ищите уроки для собственной души и пользу для более широкой группы, которые могут создать ваши отношения с проблемным человеком в этих обстоятельствах. Позвольте этому более широкому взгляду на природу семейных отношений задержаться в вашем сознании, и в результате вы сможете оценить, насколько *необходимы* те самые качества и поступки других людей, которые раньше вызывали у вас глубокое неприятие или презрение.

Готовы ли вы подобно алхимику, пытающемуся превратить в золото неблагоприятные металлы, искать нечто ценное среди самых страшных и самых разочаровывающих аспектов своей жизни? Если да, вы обязательно обнаружите искомое – вас ждут новые открытия.

## Глава седьмая. Куда я направляюсь и когда я туда попаду?

Сказки... Мифы... Эпические саги о храбрых искателях приключений и их подвигах...

Эти знакомые, любимые истории своими фантастическими и волшебными подробностями околдовывают нас снова и снова, поколение за поколением. Невзирая на обстоятельства нашей жизни, они привлекают, притягивают, уносят нас, потому что это, на самом деле, *наша* история. Символическими метафорами они описывают вас и меня в наших героических приключениях – путешествии, в котором мы сначала отделяемся от Истока, затем вынужденно растем благодаря опыту, преодолеваем искушения, развеиваем иллюзии, исправляем наши собственные недостатки, пока не сможем просветленными вернуться домой.

Такие истории часто начинаются со знакомства с ничем не выдающимся или даже глуповатым молодым человеком, таким, как Джек в сказке «Джек и бобовый стебель», либо юношей благородного происхождения, который все же должен доказать, на что он способен. Как правило, он самый младший, а потому самый невинный из трех братьев, наивный юноша, наделенный неугасаемым оптимизмом. Подобно нумерованной карте шута в колоде Таро, которая означает бесконечные возможности (каждая из которых при этом требует труда), наш герой покидает дом в поисках счастья и своего места в мире.

Часто его приключения начинаются с того, что юноша тем или иным образом хочет помочь своему отцу – подобно тому, как и мы воплощаемся, чтобы помочь своей душе расти и развиваться. В известной русской народной сказке «Иван-царевич и Серый волк» младший сын царя, покидает дворец в поисках жар-птицы, которая ворует золотые яблоки из отцовского сада. Подобно большинству героев подобных историй – и подобно большинству воплощений – его путь начинается с достаточно прямолинейной задачи, но вскоре поступки царевича увлекают его в череду опасных приключений. Царевич оказывается на распутье, у которого стоит камень с надписью: «Прямо пойдешь – жену найдешь, направо пойдешь – коня потеряешь, налево пойдешь – сам пропадешь». Решив, что жениться ему рановато, а умирать не хочется, Иван-царевич свернул направо. Позже, проснувшись ото сна, он обнаружил, что конь его пропал. Серый волк признался, что это он загрыз и съел коня, но предложил занять его место: волк будет возить Ивана и станет ему верным слугой.

Волк отвез царевича к жар-птице, предупредив, что забрать можно только птицу без золотой клетки. Иван-царевич польстился на клетку, но тотчас прибежали караульные и схватили его. В обмен на его свободу царь, которому принадлежала жар-птица, потребовал, чтобы Иван-царевич достал ему златогривого коня, пообещав тогда отдать Ивану жар-птицу и клетку в придачу. Дилемма Ивана аналогична той, перед которой стоит наша душа, преодолевая опасности воплощения: каждый необходимый опыт неизбежно создает последствия, или карму, с которой необходимо разобраться, и в течение очень долгого времени ведутся яростные бои в опасных областях, возникают трудные препятствия, которые необходимо преодолеть, если воплощающаяся часть души, подобно герою нашей сказки, хочет когда-нибудь вернуться домой.

И вот Иван-царевич отправляется на поиски коня. Волк предупредил его, чтобы он брал только коня, но не золотую узду. Однако царевич польстился на узду, его схватили, и в обмен на его свободу, златогривого коня и золотую узду разъяренный царь потребовал, чтобы Иван достал ему Елену Прекрасную.

Каждое такое испытание сравнимо с той ценой, которую мы платим за опыт души на земном плане. Этот опыт порождает последствия (карму), которые, подобно стоящей перед царевичем задаче, должны быть признаны и преодолены, иначе внутреннее развитие остано-

вится. В разных сказках Ивану может потребоваться множество попыток, а душе – множество жизней, чтобы пройти эти испытания.

В сказках главный персонаж поддается искушению, попадает в ловушки и сталкивается с испытаниями, преодолевает различные трудности, приобретая при этом опыт, уверенность в себе и зрелость, пока не становится истинным героем, самым настоящим суперменом. Но вместе с его способностями растет и его беспечная гордыня. На пике своей силы он попадает в западню или получает ранение, и даже его огромная сила и отвага не могут его спасти. Он добился столь многого, преодолел такое множество препятствий и в результате оказался полностью беззащитным. Так случилось и с Иваном-царевичем. Получив не только жар-птицу, но и златогривого коня, и Елену Прекрасную, он простился с Серым волком, не сознавая того, что ему все еще требуется помощь. Довольный собой и уверенный в своих силах, он решил по пути домой остановиться на отдых. Пока он и Елена Прекрасная спали, его братья увидели его с жар-птицей, златогривым конем и красавицей-женой. Они решили убить его и поделить добычу: одному достанется жар-птица и конь, а второму – Елена Прекрасная.

Девяносто дней пролежал Иван-царевич мертвым, пока его не нашел Серый волк. Он заставил ворона принести мертвой и живой воды. Мертвой водой волк sprysнул раны царевича, и они срослись. Живой водой он воскресил его. «Кабы не я, – молвил Серый волк, – спать бы тебе вечным сном.»

И вот, волк, могущественное создание, сопровождавшее героя с самого начала его пути до самого конца, присматривая за ним, наставляя его, позволяя неудачам вразумить и закалить его, а затем, восстановив его целостность, вернул его в отчий дом, где его ждали сокровища – дары его приключений.

Все подобные истории описывают наше путешествие в воплощении на земном плане под руководством нашей души, нашего высшего Я. В эзотерике душа рассматривается как женское начало. Свадьба героя и прекрасной девы или принцессы символизирует завершение цикла, объединяющее страждущего с душой. Этот идеальный союз мужского и женского изображается в виде танцующего андрогина на последней карте Таро под названием «мир». Эта карта символизирует конец путешествия шута по жизни, последнее достижение идеального союза, гармонии.

История героя сказки, развивавшаяся от невинности и наивности через тяжелые испытания к мудрости и совершенству, – это история каждого из нас. И потому нет ничего удивительного в том, что, сколько бы раз мы ни слышали эти нестареющие истории, мы никогда не устаем от рассказов о приключениях отважного странника, который после опасного путешествия в далекие земли, где враги были повержены, прекрасные девы – очарованы, а сражения – выиграны, наконец, с победой возвращается домой.

## Личность как посланница души

Если в повседневном существовании мы кажемся себе вовсе не неутомимым крестоносцем, идущим в важный поход, а скорее уставшим игроком в бесконечной мыльной опере, то это потому, что наше поле зрения ограничено. Во время воплощения на земном плане мы практически полностью отождествляем себя со своим физическим телом и его чувственным восприятием, к которому наша личность добавляет свою интерпретацию действительности. Мы не понимаем, что все вместе они лишь образуют аванпост души на плотном физическом плане. Наше чрезмерное отождествление самих себя с сосудом физического бытия очень грубо можно было бы проиллюстрировать следующей аналогией. Представьте себе, что мы решили отправиться в путешествие, взяли напрокат машину и выехали на ней по направлению к цели, но в какой-то момент стали верить лишь в реальность этой машины, дороги, окружающих пейзажей и событий в пути и совершенно забыли обо всем остальном – о том, что именно *мы* решили отправиться в эту поездку, *мы* ведем машину, и *мы*, в конечном итоге, прибудем в пункт назначения. Информация, поступающая от наших физических чувств, затмевает тот факт, что душа, отправившая нас в путь, – часть более широкой реальности, чем наш временный транспорт для путешествия, наш сосуд.

Будучи посланником души на земном плане, воплощение человека движется в одном из двух направлений. Подобно нашему герою, мы либо удаляемся от дома, либо, усвоив уроки путешествия, возвращаемся домой. В эзотерике в таких случаях говорят о Пути вовне и Обратном пути. На Пути вовне мы опускаемся в физическую материю, начинаем все больше и больше отождествлять себя с ней: сначала через физическое тело и создаваемые им чувственные впечатления и переживания, а затем через понимание себя как личности, силы, позволяющей реализовывать наши желания в материальном мире. На Обратном пути нас влечет назад к Истоку, и мы несем с собой все, что приобрели во время наших приключений. Однако, как мы уже знаем, для воссоединения с тем, что отправило нас в путь, мы должны уравновесить (изжить) накопленную карму и исцелить травмы, полученные в результате событий, которые произошли на Пути вовне. Большинство этих травм и соответствующих им «шрамов» исцеляются благодаря пониманию, прощению и искуплению через помощь другим людям.

## Развитие человека от рождения до смерти

Весь этот процесс путешествия наружу, в физический мир, и возвращения домой, в духовный мир, в миниатюре разворачивается в развитии человека в пределах одной жизни. Мы рождаемся и проводим первый период жизни, сосредоточившись, в основном, на управлении своим физическим сосудом. Научившись его контролировать, мы переключаем внимание на внешний мир и все его искушения, возможности и испытания. Мы ощущаем силу своей развивающейся личности и начинаем принимать решения, действовать. По мере развития и созревания последствий наших действий мы набираем жизненный опыт. Однако этот процесс дается нам тяжело. Мы набиваем шишки, получаем синяки и более серьезные травмы и на физическом уровне, и, что еще важнее, на более глубоком уровне, где обитают наши эмоции и мысли. Эти шишки, синяки и раны – неизбежная и даже необходимая часть жизненного опыта, богатый источник новых знаний, мудрости и сил для дальнейшего роста. Но сопутствующая боль и остающиеся шрамы в некоторой степени вредят или даже калечат затронутые области нашего бытия. Независимо от вида повреждения – физического, эмоционального или ментального – пока оно не исцелено, оно остается с нами на всю жизнь, как правило, со временем делая нас грубее, лишая нас желания меняться и как бы «замораживая» нас.

Позднее в жизни настает момент смены направления. По мере того, как наше физическое тело слабеет, воздействие внешнего мира на нас уменьшается. Мы все чаще и чаще стремимся познать себя или, так сказать, возвыситься. Нас начинают занимать так называемые духовные вопросы. Часто появляется сильная потребность познать смысл жизни, закончить незавершенные дела, исцелить давнюю вражду или разрыв, забыть старую обиду и добиться примирения. Стремление к приобретению разнообразного нового жизненного опыта сменяется жаждой покоя, как внутреннего, так и внешнего, а также готовностью оставить, «отпустить» все, что стоит на пути к этому покою, включая, в конечном итоге, и физическое тело.



## Развитие души на протяжении многих жизней

Концепция такого развития, сначала в движении наружу, к более сильному проявлению в физическом мире, с последующим разворотом в точке зрелости и возвращении к своему центру и истоку, также распространяется и на макрокосмическую концепцию прохождения душой многих жизней на физическом плане.

Развитие души, проходящей через бесчисленное множество воплощений, происходит по схеме, схожей с развитием отдельного человека, начиная с длительного периода, в течение которого основные усилия уходят на овладение контролем над физическим сосудом, или телом. Спустя много жизней такой контроль наконец, приобретает, и начинается развитие и совершенствование эмоционального мира, а затем – ментального аппарата. Следующая цель процесса перевоплощений, на достижение которой снова уходит множество жизней, – успешная координация всех этих элементов: физического, эмоционального и ментального аспектов (или тел) нашего существа. Когда эти тела, наконец, выстраиваются и функционируют синхронно, результатом становится поистине целостная личность.

Целостная личность – мощное средство выражения души, нашего высшего Я, во внешнем мире, могущественная сила, используемая *на благо или во зло*. Именно в этот момент развития душа начинает обращать больше внимания на свое проявление на земном плане. В конечном счете душа обретает в целостной личности сосуд, который достаточно развит для выражения качеств души в материальном мире. Поэтому душа начинает стремиться к такому проявлению, призывая на помощь свой физический сосуд как средство самовыражения в физическом мире.

То, что происходит дальше, аналогично тому, что родитель зовет ребенка, увлеченного игрой и интересной ролью, которую он взял на себя в воображаемой пьесе. Поначалу ребенок даже не услышит, как его зовут, – настолько сильны чары, под действием которых он находится. Когда голос взрослого, наконец, услышан, ребенок возмущается тем, что его прервали, и не спешит идти на зов. Чтобы убедить ребенка вернуться домой, необходимы более эффективные меры.

Примерно то же самое происходит, когда душа вызывает к целостной личности, которая сбита с толку могущественными впечатлениями земного плана, а потому сопротивляется и возмущается, услышав зов. Следствием становится борьба между личностью и духом. Далее следуют несколько жизней, в которых давление страданий, вызываемых нашими собственными недостатками, приводит, наконец, к признанию ограничений нашего эгоизма и своеволия. Когда Иван-царевич отпустил Серого волка, решив, что он достаточно силен и умен, чтобы завершить путешествие в одиночку, его настигло самое страшное несчастье из всех. Он был убит и долгое время оставался мертвым. Лишь благодаря помощи и заботе Серого волка он воскрес и добрался домой.

Все мы должны рано или поздно понять, что мы не в силах путешествовать в одиночку. Из-за сильного, а порой и невыносимого давления у нашей личности появляется желание сдаться на милость высших сил. Когда это происходит, начинается постепенное или внезапное исцеление от проблем, которые заставили нас покориться.

Мы все чаще замечаем наставления нашей души, когда начинаем идти по Обратному пути. Незавершенные эпизоды из прошлых жизней, от которых у нас до сих пор остаются раны и шрамы, повторяются в качестве исцеляющих циклов. Создается давление, испытывающее нас на прочность. В результате мы покоряемся этим исцеляющим циклам, и результатом становятся понимание, прощение и помощь другим людям.

Чем больше мы сталкиваемся со старой кармой и изживаем, искупаем ее, исцеляем старые раны и заживляем старые шрамы, тем сильнее и осознаннее становится наше отождествление с душой. На протяжении бесчисленного множества жизней у нас развивается еще более

изоощренный и более чувствительный сосуд для выражения души, пока, наконец, не исчезнет разница между тем, что проявляется в материи, и тем, что вызвало такое проявление. Между душой и ее сосудом достигается гармония, единение. Единение происходит благодаря искуплению; в английском языке на это указывает даже сходство слов: английское слово *atonement* (искупление), прочитанное по слогам, дает *at-one-ment* (*one* – один, единый, суффикс – *ment* образует отглагольные существительные, означающие действие или процесс), что может переводиться как «единение». Как мы увидим далее в этой главе, искупление (изживание последствий) – последний шаг в примирении с душой.

## Молодые и старые души

Путешествие от Истока и обратно – долгий процесс, состоящий из этапов и циклов, каждый из которых не похож на остальные. Подобно тому, как подросток и человек в возрасте, несомненно, используют разные подходы к решению одной и той же проблемы, так называемая «молодая душа» на Пути вовне и «старая душа» на Обратном пути реагируют на схожие ситуации и условия совершенно по-разному. Будучи молодой душой в поисках необходимого опыта, мы часто стремимся создать и упрочить трудности, приняв боевую стойку или прибегнув к упрямой решимости победить. Именно так и должно быть, ведь мы развиваем смелость и целостную личность и используем их ради них самих, учась защищать себя и драться с теми, кто стоит на нашем пути. Большой акцент делается на «я», «мне», «мое». Все, чего мы добиваемся, мы добиваемся, прежде всего, ради нас самих, и лишь позже в это понятие *я*, *мое* могут войти *моя* жена, *мои* дети, *моя* семья, *мое* сообщество, *моя* страна. Мы используем власть и влияние ради них самих и для личной выгоды. Возможно, из нас получаются героические, мужественные солдаты, но у нас гражданских возникают проблемы с законом из-за нашей агрессивной реакции на тех, кто нам перечит. Такой эгоистичный взгляд на то, как события отражаются на нашей личной жизни, будь то гонка ядерных вооружений или лай соседской собаки, совершенно уместен на Пути вовне. Он подготавливает почву для всего последующего развития. В конце концов, чтобы практиковать истинную моральную смелость, мы должны сначала развить смелость физическую. А с точки зрения психологического развития, чтобы у нас появилась возможность выйти за рамки эго, такое эго сначала должно *существовать*.

Наш взгляд на жизнь на Пути вовне радикально меняется при приближении к точке интеграции, а затем снова меняется на Обратном пути. Независимо от внешних обстоятельств, на ранних этапах путешествия наша жизнь всегда представляет собой хаотичное, напряженное приключение, вызывающее самые разные сильные физические и эмоциональные реакции. Овладение контролем над физическим телом, а именно развитие силы и совершенствование способностей, – наша главная забота. Но у нас гораздо меньше сознательного контроля над эмоциями, чем будет на более позднем участке Пути. Наши ментальные способности еще не развиты, поэтому мы, как правило, ощущаем себя гораздо счастливее, когда занимаемся физическим трудом, а не интеллектуальным.

К моменту достижения точки интеграции мы проживаем жизнь уже не в реакциях на события и раздражители, а в действиях, совершаемых благодаря рациональному мышлению и сознательному контролю. Мы развили в себе способность ставить перед собой цели и добиваться их с помощью планирования. Мы добиваемся в жизни власти, господства; мы чувствуем свою силу, и она опьяняет нас.

Признание очень важно для нас на этом этапе развития. Именно в точке интеграции нас, как правило, признают за нашу власть, наши достижения и влияние на окружающих. Большинство людей, о которых мы читаем – политики, представители индустрии развлечений, лидеры общественных движений – находятся в точке интеграции, используя свою большую силу на благо или во зло. У сильной личности в точке интеграции всегда присутствуют две черты: *своеволие* и *эгоцентризм*. Своеволие – убежденность в том, что наша точка зрения всегда правильная – сопровождается огромной решимостью добиваться своей цели. Эгоцентризм – заикленность на собственной уникальности и требования, чтобы окружающие эту уникальность заметили и оценили. Зачастую именно эта потребность в признании со стороны окружающих приводит нас к тем самым испытаниям, которые в результате позволяют нам воссоединиться с нашей душой. По мере того, как мы постепенно отказываемся от своеволия и эгоцентризма, мы выходим на новый этап развития и вступаем на Обратный путь.

Когда зов души, наконец, услышан, меняются все правила жизни. Усвоив с помощью огромных усилий правила и законы успешной жизни, мы понимаем, что теперь они для нас бесполезны. Дело в том, что на Обратном пути наша задача не развивать физическую смелость, как это было на Пути вовне, и не думать, планировать и использовать свою силу, как это было в точке интеграции. Вместо того чтобы работать над достижением личностных целей, теперь мы должны мудро использовать свою силу для служения обществу под руководством высших сил.

На Обратном пути нас ждет столько же, если не больше, испытаний, как внешних, так и внутренних, но теперь каждая проблема, каждый жизненный вопрос требуют такого решения, которое учитывает благополучие *всех*, а не только ваше собственное или благополучие вашего ближайшего окружения. Так как мы теперь отождествляем себя со всем человечеством, мы стремимся рассматривать любую ситуацию более объективно и всеобъемлюще, со всех сторон, отказываемся занимать категорическую позицию за или против, каким бы благим ни было дело. Мы готовы уступать, понимать, прощать и, прежде всего, служить. Сейчас становятся важны цели души, а не личности.

Схему всего процесса развития человека по Пути вовне через точку интеграции и далее по Обратному пути можно представить следующим образом:

**Отсутствие контроля** → **Сознательный контроль** → **Сознательное подчинение**

или

**Реакция на жизнь** → **Действия в жизни** → **Служение жизни**

Человеку, находящемуся на одном участке Пути, ценности, убеждения и поступки другого человека на другом участке Пути могут показаться непостижимыми и даже не имеющими оправдания. Однако, когда человек в достаточной мере продвинется по Обратному пути (чего достигли очень и очень немногие), он становится поистине терпимым. Как взрослый человек принимает тот факт, что понимание и способности ребенка ограничены недостатком развития, так и человек, достигший определенной точки на Обратном пути, уважает и принимает убеждения и поступки тех путников, которые еще не продвинулись так далеко, как он.

## Как сознание расширяется благодаря жизненному опыту

Лишь существо с высочайшим уровнем духовного развития способно видеть и понимать свой Путь, проходящий через множество жизней. Говорят, что Будда, достигнув просветления, ясно видел каждую свою жизнь на Земле и понимал значение каждой из них. Когда мы достигнем уровня сознания, который изначально был нашей целью, мы тоже сможем увидеть все свои жизни сразу.

Между тем мы зачастую верим (из-за своей вынужденно ограниченной точки зрения), что эта жизнь, о которой мы знаем и которой живем в данный момент, целиком отражает то, кто мы и что мы есть в вечности. Но изредка мы получаем намеки, что гораздо бóльшая картина действительно существует – та, в которую мы уже внесли огромный вклад и которая, в свою очередь, повлияла на ту жизнь, которой мы сейчас живем.

Следующая история показывает, как одна женщина пришла к осознанию пути своего развития на протяжении нескольких жизней. Я назову ее Паулой. Она тренер лошадей, которая вместо того, чтобы использовать жестокие методы дрессировки, распространенные в ее профессии, завоевала восхищение и уважение коллег благодаря своему неизменно гуманному подходу. С каждым животным, с которым она работает, каким бы сложным ни было его поведение, она использует нежные прикосновения и методы успокоения, подстраиваясь под его уникальный характер и способности и учитывая возможные травмы в прошлом. Некоторые из результатов, которых она добилась, можно назвать чудом. Мы познакомились, когда я посетила одно из ее выступлений, после которого мы разговорились, и она поведала мне эту потрясающую историю.

Это произошло примерно полгода назад. Я только что прочитала лекцию перед большой аудиторией, после чего ко мне подошла женщина и представилась Анной. Она дала мне сложенный лист бумаги и попросила прочитать его позже, когда я буду одна. Я поблагодарила ее, положила записку в карман куртки и вспомнила о ней лишь через несколько недель, когда снова надела эту куртку. Анна писала, что она ясновидящая, и затем описывала, что видела, как во время лекции слева и чуть позади меня на сцене стоял крупный мужчина в костюме эпохи Регентства<sup>5</sup>. Анна распознала в нем одного из моих проводников, которым я была в другой жизни.

Анна наблюдала за ним во время лекции и видела сцены из его жизни, а затем и обстоятельства его смерти. Он тоже был тренером лошадей и использовал в своей работе особенно жестокие методы дрессуры. Кроме того, он часто срывал злость на лошадях. Он погиб после того, как лошадь лягнула его в спину в область левой почки. Его смерть была долгой, медленной и невероятно мучительной, и у него было достаточно времени, чтобы обдумать собственные страдания и страдания, которые он причинил другим.

Анна писала, что своими мучениями он уравновесил, по крайней мере, часть кармы, которую успел накопить за свою негуманную жизнь. Она предположила, что в этой жизни со мной произошел несчастный случай, после которого остался шрам в той же области спины, или у меня с рождения есть там родимое пятно.

Я читала записку и уже *знала*, что эта женщина пишет правду. Я знала об опыте того человека в одежде эпохи Регентства. И я знала, что теперь он

---

<sup>5</sup> Период в истории Англии, продолжавшийся с 1811 по 1820 год, когда из-за недееспособности короля Георга III страной правил его старший сын Георг, принц Уэльский (принц-регент), впоследствии коронованный как Георг IV. – *Прим. ред.*

стал частью меня и подталкивает меня использовать более гуманные методы в этой жизни. Пожалуй, самое удивительное во всем этом то, что у меня есть большое красное родимое пятно на спине в области левой почки!

Часто, как это было в истории Паулы, существует физическое свидетельство в виде шрамов, родимых пятен, физических недостатков или слабостей, связанных с травмой в прошлой жизни. И зачастую последующие жизни раскрывают постепенный процесс развития души. Представьте, например, что до воплощения в виде тренера лошадей эпохи Регентства Паула провела множество жизней, работая с лошадьми, включая ту, в которой она потеряла близкого человека из-за несчастного случая, связанного со строптивой лошадью. Боль от этой утраты «заморозила» ее злость и страдания. После той жизни Паула воплотилась в тренера эпохи Регентства, который мстил жестокими методами укрощения, призванными ликвидировать строптивость, в результате применения которых животные настолько были измучены наказанием, что напоминали сломанные механические машины.

Умирая, беспощадный тренер прошел через пробуждение, вызванное травмой, которая стала прямым результатом его жестокости. Пробуждение и осознание мучений, причиной которых он стал, были результатом перенесенных им физических страданий в сочетании с развитием его сознания.

Такое пробуждение может произойти во время жизни в физическом теле или же во время «посмертного обзора» (этот термин ввел Кеннет Ринг, досконально изучавший околосмертные переживания). Мы уже обсуждали то, что во время посмертного обзора события и опыт только что завершенного воплощения предстают во всей ясности, объективности и взаимосвязи, которые недостижимы для нас в физическом теле, пока мы находимся под влиянием личности. Этот посмертный обзор всегда приводит к расширению сознания. Личное осознание этого расширения во время воплощения – извечная задача души, которую она достигает в пределах ограничений, установленных временем, пространством и физической материей.

Как бы мы ни сожалели о жестокости и ни сопротивлялись страданиям, важно помнить, что этот опыт необходим, потому что на земном плане мы учимся и осознаем благодаря *контрасту*, благодаря *двойственности*, благодаря пребыванию в противоположных состояниях бытия. Например, мы, как правило, осознаем состояние своего здоровья только после недавно пережитой болезни. Мы принимаем изобилие как данность, пока не познаем лишения. И жестокое поведение может не казаться нам таковым, пока мы не сравним его с проявлениями доброты и сострадания. До тех пор, пока не разовьется наше сознание, мы реагируем на собственные страдания желанием отомстить или поквитаться. Но по мере того, как в нас развивается способность переживать не только свои страдания, но и чужие, в нас пробуждается, как и в тренере эпохи Регентства, который перевоплотился в Паулу, обратное стремление пережить эти страдания вместо того, чтобы причинять их.

Как и жестоким тренером, Паулой управляли эмоции, – в частности, желание отомстить. Это признак того, что человек до сих пор находится на Пути вовне. Сегодня Паула уравнивает старую карму, накопленную в прошлой жизни, помогая животным и обучая тех, кто заботится о них, гуманным методам дрессировки. Возможно, между настоящей и той, давней жизнью было много воплощений, в которых Паула продолжала развиваться и прошла через точку интеграции. Но ее нынешняя жизнь посвящена служению другим, а это признак того, что она находится на Обратном пути.

## Карма, искупление и концепция раненого целителя

Наша первая задача на Обратном пути – искупление кармы, которая накопилась за время углубления нашего сознания. На высшем уровне искупления мы не противимся ничему, мы только помогаем. В случае Паулы, например, для искупления необходимо столько же сострадания к людям, чей страх или незнание приводит к случайному или намеренному проявлению жестокости, сколько к животным, которые подвергаются такой жестокости. В противном случае осуждение убеждений и поступков других людей приведет к накоплению новой кармы. В обучении других людей Паула – воплощение принятия и любви, она удовлетворяет потребности и людей, и животных, не обвиняя ни первых, ни вторых за проблемы, возникающие между ними. Она стала тем, кого в психологии принято называть *раненым целителем* – тем, кто по-настоящему понимает других благодаря собственному опыту и кто способен исцелять благодаря этому пониманию.

Архетип раненого целителя воплощен во многих из тех, чья жизнь посвящена сострадательному служению. Их личное знакомство с состоянием того, кому они помогают, возможно, появилось в результате предыдущего опыта в этой жизни или, как это было с Паулой, уходит корнями в предыдущие жизни. Независимо от источника этого опыта, таких людей отличает глубина сострадания и уважения к людям, благодаря которой они могут действовать бесконечно эффективнее тех, кто проявляет простое сочувствие и благие намерения. Их травма превратилась в дар понимания и исцеления – дар, который они сначала получили сами благодаря страданию, а затем смогли им делиться с другими.

## Наша внутренняя карта достигнутого уровня сознания

По мере нашего продвижения по Пути мы несем в себе *и демонстрируем* все основные стадии нашего развития, которые мы уже прошли и как индивиды, и как человечество в целом. Биологический принцип «*онтогенез повторяет филогенез*»<sup>6</sup> описывает этот процесс на физическом плане. Каждый из нас, кто хотя бы год изучал биологию в школе, помнит, к примеру, что на ранних стадиях эмбриона у млекопитающих обнаруживаются жабры, доставшиеся им от отдаленных морских предков.

Этот принцип повторения действует на уровне человеческого *сознания* точно так же, как и на уровне анатомии. В каждом из нас присутствует целая карта эволюции нашего сознания на протяжении веков, которая повторяется в эмоциональном и поведенческом аспекте нашего развития с младенчества и детства до подросткового, а затем и взрослого возраста.

В качестве примера можно привести этап развития, на котором мальчики много играют с оружием (мечами, пистолетами и так далее) и изображают смертельные сражения. Если у мальчишек нет игрушечных пистолетов, они в качестве оружия используют палки или любые другие предметы. Часто родители, желая воспитать детей в духе отвращения к насилию и пацифизма, пытаются подавить то, что на деле представляет собой здоровое выражение нормальной стадии развития, повторение эволюции физической смелости у человечества в целом. Миротлюбивые родители, чьи дети обожают жестокие игры, могут утешиться тем фактом, что даже самые альтруистичные взрослые мужчины прошли через этот естественный этап детства.

Однако не каждый ребенок перерастает эту жестокую стадию, и не каждый индивид способен во взрослом возрасте встать на уровень наивысших достижений человечества. Эта способность зависит от нескольких факторов: стадия развития собственного сознания индивида, достигнутая за все прошлые жизни; преимущества и ограничения нынешнего физического, астрального (эмоционального) и ментального тел; определяющие факторы выбранного окружения для этой жизни; выбранная им социальная группа и общая культура его окружения в целом. Разумеется, каждый из этих факторов может способствовать или препятствовать полному выражению того, чего добилась душа на протяжении многих инкарнаций.

Ниже приведена довольно необычная иллюстрация этой идеи. Женатая пара попросила мою подругу, ясновидящую, провести сеанс для их умственно неполноценной дочери. Вот часть того, что она увидела:

Погружаясь глубже в медитацию, я сливаюсь с этим ребенком и с удивлением ощущаю счастливое, умиротворенное состояние, в котором она пребывает. Я знаю, что с этим ребенком связан глубокий целенаправленный интеллект, который одну жизнь за другой несет тяжелую ответственность за преподавание сложных уроков с целью развития сознания других людей. Душа разрешила ей в этой жизни быть тем, о ком заботятся, и не делать ничего, разве что радостно существовать, позволяя окружающим нести полную ответственность за нее. Она не увиливает от своего долга в этой жизни, но скорее изучает другой вид существования на физическом плане и ищет новые подходы к выполнению своих задач в будущем. Хотя сейчас у ребенка нет значительных достижений на внешнем плане, она все равно остается учителем и мощным катализатором развития сознания родителей, которые ее обожают.

Мои проводники говорят мне, что эти дети стали такими не в результате действия собственной кармы, а в результате кармы родителей. Хотя сами дети

---

<sup>6</sup> Онтогенез – развитие индивидуального организма. Филогенез – эволюция расы или генетически связанной группы организмов (такой, как вид, семейство или отряд). – *Прим. автора.*



живут в своего рода заточении, в неопределенности, их присутствие оказывает очень мощное действие на тех, с кем они тесно связаны, раскрывая в них удивительные, глубоко скрытые качества.

Когда подруга рассказала об этом родителям, они воскликнули, что присутствие любимой дочери в их жизни научило их очень многому такому, чего без нее они не в силах были бы понять. Разумеется, не каждый такой ребенок воспринимается как благословение людьми, которые несут ответственность за его благополучие. Более того, зачастую дело обстоит как раз наоборот. Но каждый такой ребенок – катализатор трансформации в той или иной степени, как было описано выше.

## Внешние проявления судьбы и внутреннее развитие

Каждое воплощение представляет собой ряд испытаний разной степени сложности, служащих трансформации человека. Этот трансформационный процесс продолжается постоянно, но он скрыт в деталях нашей повседневной жизни. Как мы уже знаем, он не очевиден, так как не все мы движемся в одном и том же направлении одновременно. Бывает так, что внешние обстоятельства наших жизней похожи, но мы находимся на совершенно разных этапах развития. В качестве примера представьте себе трех заключенных, сидящих в одной тюрьме за тяжкие преступления.

Первый заключенный, молодой человек двадцати двух лет, вместе с двумя друзьями напал на пьяного мужчину, когда тот вышел из бара, ограбил его и избил до потери сознания. Алкоголизм, наркомания и жестокость были обычным делом в семье этого юноши и в районе, где он вырос. Его несдержанность, неспособность рассуждать и предрасположенность к опрометчивому насилию можно списать на его хаотическое детство и вероятность того, что он находится на ранних этапах Пути вовне.

Второму заключенному тридцать пять лет, он хорошо образован, когда-то занимал должность вице-президента крупной инвестиционной компании. Он был осужден за «бумажное» преступление, мастерски совершенное по крайне замысловатому плану, – аферу, лишившую несчастных инвесторов миллионов долларов. Его преступление было совершенно не спонтанно и не из нужды. Оно представляло собой определенное проявление власти и прельщало его как человека, приближающегося к точке интеграции.

Третий заключенный совершил вооруженное нападение в состоянии алкогольного опьянения. Он тоже молод, и у него тоже было бедное, хаотическое, жестокое прошлое. Два его брата также отбывают тюремный срок, а еще один брат умер насильственной смертью.

Через несколько лет, когда все трое уже вышли из тюрьмы, третий вернулся в ту же самую тюрьму, но уже в качестве представителя «Анонимных алкоголиков» в рамках программы работы с пациентами больниц и заключенными. У него на воле хорошая жизнь, стабильная работа (он работает прорабом на стройке) и любимая девушка, на которой он собирается жениться. Кроме того, он взял на себя миссию помогать другим заключенным-алкоголикам. Его собственный тюремный опыт обеспечил ему доверие других заключенных, которые приходят к нему на собрания АА. Его приверженность служению другим людям характерна для человека, находящегося на Обратном пути. Несомненно, его преступление и заключение – это повторение более ранней, незавершенной стадии развития его души, а помощь другим (работа с алкоголиками в тюрьмах) – исцеление, искупление преступления, совершенного в этой жизни.

Этот очень упрощенный пример призван показать, что место человека на Пути нельзя определить лишь по обстоятельствам рождения, уровню образования или по таким ярлыкам, как «осужденный преступник». Людей на каждом этапе развития можно встретить в самых разных слоях общества и в самых разных сферах деятельности. Кроме того, как и наш воображаемый третий заключенный, они могут повторять один из ранних этапов своего развития, чтобы в результате расширить сознание и создать возможности для коррекции своих несовершенств именно в этой области.

## Поиск своего места на Пути

Совершенно естественно, если вы, прочтя все написанное выше, зададитесь вопросом, где именно на Пути находитесь вы сами. Следует ли вы по Пути вовне в поисках лучших способов отождествления со своим физическим телом и управления им, развивая физическую смелость и самоидентификацию? Или же вы достигли точки интеграции, и вам не терпится проявить свои силы, возглавляя, командуя, управляя и влияя на людей и события? Или же вы находитесь на Обратном пути и стремитесь изжить и искупить свою накопленную карму путем ее осознания и служения другим людям?

Вас привлекло содержание этой книги, а значит, вы, несомненно, либо приближаетесь, либо уже достигли точки интеграции, либо только-только покинули ее, вступив на Обратный путь. На более ранних этапах развития сознания вас бы мало интересовали темы, обсуждаемые здесь (или не интересовали бы совсем). На более позднем участке Обратного пути эти темы в той же степени были бы вам безразличны, так как вы уже перешли бы к более универсальным и менее личным заботам.

Если вы читаете эту книгу, скорее всего, вы находитесь в поворотной точке путешествия. Но помните, что поворотная точка, учитывая огромный масштаб всего путешествия, простирается на несколько жизней. Я вспоминаю, как один человек, который провел много лет в море, рассказывал мне об управлении супертанкером.

«Сначала, – сказал он, – выясняется, что по той или иной причине у вас возникли неприятности. Возможно, вы сбились с курса. Возможно, впереди возникло непредвиденное препятствие, и его надо обойти. И вы прикрываете дроссели. Когда гребные винты остановились, вы меняете направление их вращения на обратное, чтобы корабль перестал двигаться вперед. Потом увеличиваете скорость их вращения в обратном направлении, но корабль еще довольно долгое время продолжает двигаться примерно с той же скоростью более или менее в том же направлении. Когда ведешь судно с таким огромным водоизмещением, массой и инерцией, уходит немало времени, прежде чем появится хоть какой-нибудь внешний признак того, что вы собираетесь сменить курс.»

Возможно, наша жизнь в этой поворотной точке в какой-то мере напоминает огромный корабль в руках капитана. Со стороны всем кажется, что нас уносит все дальше и дальше от берега в открытое море инерцией нашего путешествия. Тем не менее интеллект, который направляет нас, уже привел в движение силы, которые нас остановят, развернут и направят к дому.

## Смысл неопределенности

Одно из величайших испытаний физического воплощения заключается в том, что мы не знаем, куда направляемся, и тем более не знаем, доберемся ли когда-нибудь до своей цели. В этой критической точке, когда мы осознанно погружены в себя, очень тонко воспринимаем собственные и чужие страдания, обеспокоены ими, мы должны постоянно бороться не только со сложными внешними обстоятельствами, но и со всеми нашими внутренними сомнениями и страхами.

Возможно, вы задаетесь вопросом, почему это должно быть так трудно? Весь процесс протекал бы гораздо эффективнее, если бы нам просто ставили задачу, и мы могли бы сразу приступить к ее выполнению. Почему неизвестность и блуждание вслепую обязательно должны сопровождать наше бремя? Почему нам нельзя *знать*?



Карта Луны в колоде Таро означает времена, в которые даже Бог прячет лицо – времена наших самых сильных сомнений, темная ночь нашей души. В такие периоды многие из нас обращаются за советом к ясновидящим, астрологам и другим людям, сведущим в искусстве предсказания. Будут ли эти прогнозы точными и полезными, зависит от нескольких факторов: умения ясновидящего; уровня сонстраоенности в тот день; взаимоотношений между нашими проводниками и проводниками ясновидящего (ведь во время сеанса ясновидящий переводит все, что наши проводники сообщают его проводникам); способно ли духовное развитие ясновидящего принять то, что нам сообщается в духовной сфере; чувствуем ли мы в прогнозе настолько сильную угрозу, что искажаем или игнорируем его; и, наконец, пора ли

нам знать больше, получить обещание светлого будущего, или нам необходимо еще какое-то время провести в неизвестности.

Когда мне было тридцать пять, и я переживала самый мрачный период своей взрослой жизни, я впервые обратилась к ясновидящей. Она на удивление точно гадала на картах Таро. Некоторые из ее предсказаний начали сбываться, как только я вышла от нее! В течение многих месяцев я каждое утро проигрывала запись нашего сеанса, пока собиралась на работу, потому что ее обещание того, что ситуация улучшится, помогало мне держаться на плаву, пока колесо фортуны медленно вращалось в более благоприятном направлении.

Когда в сорок два года я оказалась в состоянии полной растерянности и неопределенности, отказавшись от большинства целей, которые я преследовала и достигла в жизни, я снова обратилась за помощью к ясновидящим. Но на этот раз никто не мог дать мне точный прогноз. От отчаяния я сама стала изучать астрологию, хиромантию и Таро, надеясь разгадать тайну, в которую превратилась моя жизнь. Эти инструменты помогли мне научиться читать символы, отточить свою интуицию, понять моих детей и все мои значимые отношения на гораздо более глубоком уровне, чем позволяли мои знания психологии. Я узнала так много, что в результате мое мировоззрение полностью изменилось. Однако ответы, которые я искала в отношении собственной ситуации, продолжали от меня ускользать.

Оглядываясь назад, я понимаю, почему каждая дверь должна была оставаться закрытой для меня все эти годы. Только в этом случае мое отчаяние могло подвигнуть меня на поиски понимания смысла происходящего, пока время укрощало мое нетерпение и своеволие.

И мне ясно, почему ни один из ясновидящих, к которым я обращалась, не мог упростить для меня этот трудный переход. Это помешало бы нормальному протеканию процесса внутреннего развития и напоминало бы вытягивание моркови из земли, чтобы посмотреть, достаточно ли она выросла.

Стремление лучше понять планы нашей души для нынешнего воплощения, желание познать Божью волю и соучаствовать в ней в нашей жизни – *единственная* веская причина изучать оккультные науки или обращаться за помощью к тем, кто их изучает. Но пытаясь использовать собственные или чужие оккультные способности для удовлетворения собственного своеволия, мы прибегаем к черной магии и рискуем отложить, а не ускорить наше просветление. И, разумеется, мы должны помнить, что умения и моральные принципы ясновидящих могут быть самыми разными, – как и у представителей любой другой профессии. И как в любой другой сфере нашей жизни, необходимо различать, с кем стоит консультироваться по вопросам нашей судьбы и будущего. Но мы также должны понимать, что бывают моменты, когда ни один, даже самый одаренный ясновидящий не способен помочь нам заглянуть в будущее, потому что наши надежды и страхи нам необходимы. Они работают на нас, закаляя наш характер и развивая наше сознание.

Представьте на мгновение, что вы – семнадцатилетний юноша с выдающимися спортивными способностями, которые вы развивали годами. Сегодня, прямо сейчас, вы находитесь на футбольном поле и играете против команды другой школы. Матч посвящен дню выпускников, и на трибунах нет свободных мест. Здесь ваши родители. Здесь ваша любимая девушка. Говорят, здесь могут присутствовать футбольные агенты-скауты, ищущие перспективных игроков для профессионального спорта, и тренер намекнул, что от того, как вы сегодня сыграете, зависит, дадут ли вам стипендию на обучение в колледже.

Силы команд равны, и игра может стать довольно жесткой, но вы полны решимости победить и максимально сосредоточены. Ничто, ничто в вашей жизни не было настолько важным, как победа в этом матче.

А теперь, представляя себя в этой роли, добавьте еще один элемент: вы уже знаете исход игры.

Это все меняет, не правда ли?

Если исчезнет волнение, связанное с незнанием исхода, *исчезнет и мотивация*. Мы платим высокую цену тревожными переживаниями, потому что не в силах предсказать, закончится ли данная ситуация так, как мы надеемся, или так, как мы опасаемся. Но знание наперед имеет собственную цену: нейтрализация эмоций, с которой сила надежды, радость ожидания и непреодолимый зов желания теряют свою значимость. Если мы заранее знаем исход какой-либо сложной ситуации, стимул стараться, тянуться и расти исчезает. Более того, такую ситуацию уже невозможно назвать испытанием. Она становится простым событием, которое нужно пережить.

А теперь, пожалуйста, представьте, что вы все тот же семнадцатилетний юноша, и знаете не только исход матча, но то, и получите ли вы стипендию, а также все остальные подробности своей будущей жизни, включая обстоятельства смерти. Вся ваша жизнь подобна книге, которую вы уже прочли. Вам не придется испытывать шок, но не будет и приятных сюрпризов. Не будет ничего, кроме простой последовательности событий на протяжении многих лет...

Ощущаете ли вы тяжесть такого знания? Из-за него каждое радостное событие лишится своей бурлящей энергии, потому что вы будете знать, что следом за его легкими шагами послышится тяжелая поступь очередного несчастья.

Нет, мы должны жить вслепую или не жить вовсе, потому что, если бы *знали*, мы бы *сопротивлялись*. Мы бы попытались обойти болезненные моменты, избежать сложных отношений, предотвратить катастрофу. И таким образом мы бы сопротивлялись, обходили, избегали, тормозили, предотвращали собственное развитие, которое возможно именно *через* этот жизненный опыт и через те изменения в нас и нашей жизни, которые должны произойти благодаря ему.

Герой считается героем, потому что он отважно бросается навстречу неизвестной опасности и сражается до победного конца. Порой в борьбе с ограми и драконами дополнительное преимущество ему дает волшебный меч или богатырский конь. И мы тоже можем использовать самые разные средства, которые придают нам сил: молитву или медитацию, духовное обучение, вдохновляющую литературу, группы поддержки, в которые объединились люди, столкнувшиеся с теми же проблемами, что и мы.

И мы можем напоминать себе, что в любых жизненных ситуациях, какими бы сложными и тяжелыми они ни были, в любой борьбе с сомнениями и страхами, даже когда нам кажется, что мы окончательно и безнадежно проиграли, каждая наша попытка вновь найти свой путь и сделать еще один шаг вперед помогает нашему духовному росту и делает нас героями.

## Глава восьмая. Как помочь себе и другим исцелиться

Возможно, вы слышали историю о крестьянине, который жил в далекой деревушке и однажды обнаружил, что его корова ушла с пастбища неведомо куда и пропала. Отправившись на поиски, он повстречал соседа, который поинтересовался, куда идет крестьянин. Узнав о пропаже коровы, сосед покачал головой:

– Вот неудача!

– Удача или неудача, как знать, – ответил крестьянин и пошел своей дорогой.

Среди холмов за пастбищами он нашел свою корову, а рядом с ней паслась прекрасная лошадь. Крестьянин повел корову домой, а лошадь последовала за ними.

На следующее утро сосед зашел к крестьянину, чтобы узнать, удалось ли ему найти свою корову. Увидев ее на пастбище рядом с прекрасной лошадью, он спросил у крестьянина, что случилось. Тот объяснил, что лошадь сама пошла за коровой, и сосед заметил:

– Вот это удача!

– Удача или неудача, как знать, – ответил крестьянин и занялся своими делами.

На следующий день сын крестьянина попробовал прокатиться на лошади, но та сбросила его на землю, и он повредил ногу. Соседу случилось проходить мимо по дороге на рынок, и он увидел, как на крыльце сидит юноша с перебинтованной ногой, пока его отец рыхлит землю в огороде. Сосед спросил, что случилось. Услышав ответ, он покачал головой.

– Вот неудача, – сказал он.

– Удача или неудача, как знать, – ответил крестьянин и продолжил работать.

На следующий день мимо деревни маршем проходили войска. Ночью началась война, и всех юношей из деревни забрали в армию, а сына крестьянина не взяли из-за поврежденной ноги. Сосед окликнул крестьянина, работавшего в поле, и сказал, что теперь отец хотя бы не потеряет сына на войне.

– Вот это удача! – прокричал сосед.

– Удача или неудача, как знать, – ответил крестьянин и продолжил пахать.

Тем же вечером крестьянин с сыном сели ужинать, и через несколько минут сын поперхнулся костью и умер. На похоронах сосед положил руку на плечо крестьянина и с сочувствием сказал:

– Вот какая неудача...

– Удача или неудача, как знать, – ответил крестьянин и положил на могилу сына охапку цветов.

Через несколько дней пришли известия из армии, и сосед зашел сообщить крестьянину, что все юноши деревни, ушедшие на войну, погибли в жестоком сражении.

– По крайней мере, ты был рядом с сыном, когда он умер. Это удача, – сказал сосед.

– Удача или неудача, как знать, – ответил крестьянин и отправился на рынок.

И так далее...

Многие из нас подобны соседу из этой истории. Все наши реакции и суждения основаны на том, что происходит в данный конкретный момент в нашей развивающейся истории. Наши чувства определяют, каким станет для нас то или иное событие, окажется ли оно благословением или проклятием. Но если бы мы могли неким чудесным образом освободиться от эмоций – особенно от страха, возникающего при столкновении с любыми невзгодами, – мы бы даже не стали называть эти события невзгодами. Мы бы назвали их переменами, потому что именно этого требует от нас каждое непредвиденное событие или обстоятельство – измениться в той или иной степени.

## Невзгоды как страх перемен

Два понятия, невзгоды и перемены, настолько тесно переплетены между собой, что мы часто измеряем серьезность трудностей степенью изменений, которых эти трудности требуют. Мы воспринимаем сами себя через призму условий и обстоятельств, с которыми сталкиваемся ежедневно, и мы сопротивляемся их изменению из самого примитивного страха лишиться самоидентификации. Кем мы станем, если больше не будем делать то, что привыкли делать постоянно? Справимся ли мы? Выдержим ли испытание? Инстинктивно мы знаем, что слишком большой стресс, слишком сильные перемены, к которым мы не можем адаптироваться, подрывают и физическое, и психическое здоровье. Они *лишают нас жизненных сил*.

И тем не менее перемены необходимы для жизни каждого из нас. Более того, в них заключена самая суть жизни. При их отсутствии слабеет поток жизненной энергии, что приводит либо к апатии застоя, либо к ледяному оцепенению кристаллизации. Невзгоды *вынуждают* нас изменяться, тем самым встряхивая, расшевеливая нас и избавляя от старых привычек, разминая нас и требуя, чтобы не используемые нами внутренние силы пробудились и развивались. Они *наделяют нас жизненными силами*.

Так какой из этих двух вариантов верен: перемены лишают нас жизненных сил или наделяют ими? Взбадривают нас или истощают? Перемены могут вызвать и первое, и второе. И порой – одновременно.

В колоде Таро есть карта «Башня» с изображением внезапной взрывной силы катастрофы. На ней нарисована башня, разрываемая двумя молниями, и два человека, падающие головами вниз. Совершенно очевидно, что эта карта символизирует внезапное бедствие, катастрофу, чрезвычайное происшествие – те самые события, которых мы боимся больше всего. Никто не рад видеть «Башню» в раскладе Таро. Но иногда она необходима, потому что она так же означает распад тяжелых условий жизни, конец застоя, *внезапное событие, освобождающее связанную энергию*. Любое чрезвычайное происшествие выявляет, и даже более того – требует от нас проявления высших, самых лучших качеств и способностей. В таких ситуациях в нас должно *проявиться* все самое лучшее. Люди часто говорят, что в моменты, когда возникала крайняя необходимость в действии, они чувствовали себя живыми, пребывали в гармонии со своей внутренней силой и сущностью, ощущали связь со всем живым. Они выходили далеко за рамки своей повседневной самоидентификации – той самой самоидентификации, за которую все мы обычно цепляемся изо всех сил. Перед лицом огромной опасности маска, которую мы обычно носим, падает, мы забываем об осторожности, и доселе неиспользованные лидерские способности и решительность неожиданно проявляются в самый критический момент жизни, который становится для нас моментом наивысшей целостности и честности, моментом истины. Когда мы наблюдаем такие моменты в кино или на сцене, мы аплодируем или плачем, потому что сознаем, что персонаж, о котором идет речь, изменился навсегда, неопишущим и таинственным образом расширил свое сознание, стал самим собой в большей степени, чем был раньше.

Серьезные события, которые вызывают перемены в нашей жизни, редко бывают кратковременными, но даже после непродолжительных катастроф их последствия длятся неделями, месяцами, годами, десятилетиями. И в отличие от невозмутимого крестьянина из истории о пропавшей корове, мы реагируем, адаптируемся, меняем собственное представление о самих себе.



## Катастрофические перемены и исцеление

В данном воплощении мы можем оказаться на грани исцеления недуга, который одолевал нас в течение многих жизней. Как показывает следующая история, перенесенная травма и катастрофические перемены могут стать необходимым катализатором глубокого исцеления.

Барбара, женщина тридцати с небольшим лет, излучает спокойную силу несмотря на заметную хромоту и «сухую» руку. Вокруг ее глаз заметны тонкие морщинки от смеха, морщинки, вызванные постоянной физической болью, и морщинки иного происхождения, намекающие на то, что она лично знакома с молниями, ударившими в «Башню». Вот история Барбары, рассказанная ее же словами:

«Мы с моей сестрой Пейдж совершенно друг на друга не похожи, но у нас настолько маленькая разница в возрасте – всего семь месяцев – что, когда мы были детьми, родителей постоянно спрашивали, не близнецы ли мы.

Каждый раз, когда я слышала их ответ, у меня внутри все сжималось. Они говорили: «Видите ли, Барбара – наша приемная дочь». Но стало еще хуже, когда я достаточно повзрослела, чтобы отвечать на этот вопрос самостоятельно. От слов «меня удочерили» у меня возникало чувство, будто я родилась на Луне, особенно потому, что вопрошающий переводил взгляд с моих светловолосых голубоглазых родителей и сестры на меня, смуглую и кареглазую брюнетку (по происхождению я наполовину латиноамериканка), и говорил: «А, ну тогда *все* понятно».

Мне казалось, что тот факт, что меня удочерили, действительно многое объясняет! С рождением Пейдж родители, наконец, получили то, чего всегда хотели, а я неким образом оказалась их счастливым талисманом (*это* я тоже слышала бесчисленное множество раз), который принес удачу и способствовал ее появлению на свет. Почему-то рождение Перри, нашего младшего брата, тоже стало моей заслугой. Грубо говоря, в детстве я чувствовала себя неким средним между заячьей лапкой, дворняжкой из приюта и пришельцем из космоса, но только не членом этой семьи.

Мне всегда было интересно, имеет ли этот постоянный акцент на том, что меня удочерили, а также тот факт, что внешне я не похожа на свою сестру и брата, какое-нибудь отношение к тому, что случилось между мной и дедушкой. Два раза в неделю с тех пор, как нам с Пейдж было восемь, а Перри – шесть, дедушка забирал нас из школы и отвозил на занятия по верховой езде. У меня была аллергия на лошадей, поэтому он завозил ребят на ферму, а потом забирал меня к себе домой на пару часов, после чего мы вместе заезжали за ними и возвращались домой.

У него дома мы вместе играли в игры. Дедушка был вдовцом, так что кроме нас в доме никого не было. Игры становились сложнее и постепенно стали сексуальными, но я была слишком мала, чтобы понимать, что он со мной делал. Так я подвергалась сексуальному насилию на протяжении почти трех лет.

Я открыла для себя один фокус. Я могла покидать свое тело, переносить свое сознание в другое место, пока дедушка делал то, что он со мной делал. Я поднималась к потолку, вылетала из окна и порой попадала в совершенно неземные места. Сейчас я понимаю, что это был единственный доступный мне

способ защиты. Пусть он делал это с моим телом, но он ничего не делал со мной. Я была в другом месте.

Я не могла никому рассказать о происходящем. Наверное, я считала, что у меня нет права на защиту. Поэтому это длилось до тех пор, пока я не пошла в шестой класс. Тогда я записалась на спортивные занятия после уроков и стала ездить домой на автобусе. По стечению обстоятельств дедушка начал играть днем в карты и сказал маме, что больше не сможет возить Пейдж и Перри.

Как и большинство людей, прошедших через нечто подобное, я поместила все эти воспоминания в далекий темный угол, спрятала так, чтобы их невозможно было найти, и продолжала жить своей жизнью, которая по совершенно другим причинам давалась мне нелегко. Я хорошо училась, но в социальном плане никак не могла найти свое место. Мы жили в небольшом городке на побережье центральной Калифорнии, и дело было в пятидесятые годы, когда там еще было множество ферм и виноградников. Мексиканские рабочие батрачили на белых землевладельцев, и общество разделялось на классы и страты в основном по расовым признакам. Из-за моих приемных родителей я была слишком «белой» и слишком «среднеклассовой», чтобы общаться с латиноамериканцами, но при этом я была слишком «латиноамериканкой», чтобы меня воспринимали как свою светловолосые голубоглазые друзья сестры и брата. По крайней мере, в теннис я играла хорошо. Он занимал все мое свободное время и позволял мне хотя бы в какой-то степени почувствовать себя самой собой.

Наконец, я поступила в колледж. Едва покинув отчий дом, я стала сама себя содержать и никогда не оглядывалась в прошлое. Я получила степень по физическому воспитанию и нашла чудесную работу инструктором по теннису в средней школе. Возможно, я настолько любила свою работу потому, что даже спустя столько времени я чувствовала себя человеком, только когда занималась спортом.

И вот, одним дождливым воскресным вечером та жизнь кончилась. Я ехала домой из продуктового магазина, как вдруг другая машина въехала в меня сбоку на скорости семьдесят километров в час.

Когда скорая доставила меня в больницу, я была без сознания. Позже врачи из реанимационной бригады сказали мне, что уже подумали, будто я умерла. Несколько минут я не подавала признаков жизни, но они не сдавались, и я, наконец, очнулась.

Или точнее было бы сказать, я *вернулась*. Потому что я определенно покинула этот мир.

Я долго лежала в больнице, и одна из практиканток, интересовавшаяся околосмертными переживаниями (ОП), несколько раз заходила ко мне поговорить. Она знала, что я пережила клиническую смерть, которая длилась несколько минут, и хотела, чтобы я рассказала ей все, что помню о тех моментах. На самом деле, я помнила все, но очень долго не желала ни с кем это обсуждать. Случившееся было слишком особенным, слишком личным, слишком *важным*, чтобы кому-то об этом рассказывать. Даже просто облекая эти события в слова, я словно неким образом преуменьшала их значимость, а мне хотелось сохранить их в том виде, в котором я их помнила.

Даже сегодня мне сложно подобрать слова, чтобы точно описать произошедшее. Я стараюсь, но получается слишком невыразительно. Сначала я услышала ревуший звук, и я быстро летела по туннелю, словно меня

засасывало в огромный шланг пылесоса. Затем вдруг появился совершенно невероятный прекрасный свет, который не только меня окружал, но и исходил из меня, пропитывая меня чудеснейшим теплом и покоем. Он был таким нежным, таким успокаивающим и исцеляющим.

Со мной рядом появилось существо, от которого исходило самое полное принятие и любовь, которые только возможны на свете, и вместе с этим существом я наблюдала, как разворачиваются все прошлые события моей жизни, словно смотрела кино. Я очень отчетливо представляла себе все подробности своей жизни и знала, насколько необходимы были они все, даже самые страшные. И потом это существо, которое полностью меня знало и принимало, с любовью убедило меня вернуться сюда.

Весь этот опыт отличался невероятной объективностью. Я знаю, что это не вписывается в наши привычные представления о любви, но это была именно она. Я видела *все*, что случилось со мной в жизни, и смотрела на это с глубочайшей любовью и пониманием.

Когда я вернулась в это тело, самым важным для меня было захватить с собой столько этой любви, света и *знания*, сколько возможно.

Сказать, что случившееся изменило мою жизнь, – значит не сказать ничего. Во-первых, моя карьера и моя самоидентификация как спортсменки были полностью уничтожены в тот самый момент, когда в меня врезалась другая машина. О своем физическом восстановлении я рассказывать не буду. Достаточно сказать, что оно было долгим, тяжелым и болезненным. Но, возможно, все эти месяцы, проведенные в попытках встать на ноги, вынудили меня оставаться без движения достаточно долго, чтобы я могла по-настоящему проникнуться тем, что случилось со мной на нефизическом уровне. Словно старая моя версия со всеми ее страхами и негативом, со всеми ее горестями, стыдом, жалостью к себе и ожесточением, получила возможность взглянуть на свое прошлое с совершенно другой стороны. И эта новая точка зрения включала такую любовь и понимание, которые просто уничтожили весь этот негатив – не сами воспоминания, а лишь отрицательные ощущения, связанные с ними, – и я смогла исцелиться в душевном смысле. Более того, все, что я когда-то считала трагедией, теперь казалось совершенством. Знаю, звучит невероятно, но так и было.

Та практикантка из больницы принесла мне книгу «По направлению к Омеге» (Heading toward Omega) Кеннета Ринга, в которой рассказывается о его исследованиях околосмертных переживаний. Я была рада книге. Приятно было сознавать, что я не сумасшедшая и что самый важный опыт в моей жизни не был плодом моего воображения.

Я закончила курс реабилитации, и спустя некоторое время в город приехал доктор Ринг со своими лекциями. Разумеется, я пришла на его лекцию. Он проводил исследования, пытаясь выяснить, кто именно из переживших клиническую смерть мог вспомнить свой опыт. Оказалось, что многие из тех, кто помнит свои ОП, в детстве подвергались тому или иному виду насилия. Слушая доктора Ринга, я поняла, что именно худшая часть моего детства позволила мне привнести в мою жизнь частицу неопишуемого покоя и красоты того места. Мы, жертвы насилия, из необходимости научились сознательно покидать свое тело, а потом вновь в него возвращаться, словно мы тренировались, чтобы вспомнить после ОП, каково нам было на той стороне!

Сегодня я использую свой опыт, полученный в процессе ОП, в моей новой работе. Я куратор в хосписе, и, работая со смертельно больными людьми, я рассказываю им, когда это уместно, о том, каково быть на другой стороне, об исцеляющей любви, которая встретит нас после того, как мы оставим свое физическое тело. Я вхожу в группу, которая обучает медиков, смертельно больных людей и их близких, а также всех, кому интересна тема смерти и умирания.

Порой меня спрашивают, почему я «растрачиваю свою жизнь», проводя столько времени рядом со смертью. Люди думают, что такая работа сильно угнетает. Но для меня это вовсе не так. Да, это очень тяжелый труд – наблюдать, как люди пытаются освободиться от физического тела и перейти на другую сторону. Но когда они выполняют то, зачем пришли, достигнут своей цели, изживут карму, удерживающую их здесь, их уход следует рассматривать скорее как школьные каникулы, нежели трагедию. Быть может, кому-то это покажется слишком несерьезным, но благодаря своему личному опыту я вижу это именно так.

И когда им пора уходить, я говорю с ними. Иногда, пока они бодрствуют, а иногда, пока спят, потому что так легче. Я рассказываю им, что я видела, чувствовала и узнала на другой стороне, что я *знаю* о переходе туда. Я уверена, что это им помогает, и сейчас я считаю, что именно поэтому я должна была вернуться сюда с той стороны. Мне кажется, я должна заниматься именно этим, помогать людям понять, почему умирание не означает конец жизни. Это лишь выпускной экзамен.»

## Исцеление на ментальном уровне

Эта история иллюстрирует несколько идей, обсуждавшихся в этой книге. Барбара выбрала воплощение в такой семье и социальном окружении, в которых она бы чувствовала себя чужой, посторонней и даже неполноценной. Сексуальные домогательства со стороны приемного деда усилили ее ощущение изоляции и усугубили ее недостаток – жалость к себе.

Барбара скрывала свою слабость в жестко дисциплинированной личности увлеченной спортсменки – роли, которая позволяла организовать ее взаимодействие с другими людьми. Повзрослев, она добавила к роли участника спортивных состязаний роль инструктора. Лишь в этих узких границах она чувствовала себя достойно и в безопасности.

Исцеление Барбары во время ОП произошло в основном на низшем ментальном уровне – уровне мышления, подпитываемого эмоциями и желаниями. На этом уровне существует наше искаженное восприятие самих себя, а также все способы, которыми мы обманываем себя и, таким образом, отдаляемся от своей души. Жалость Барбары к самой себе и отождествление себя с жертвой были ее основными несовершенствами, сформировавшимися, несомненно, в других воплощениях и периодически притягивающими все новые проявления виктимности и причины для жалости к себе в одной жизни за другой. Ключ к исцелению этих искажений состоял в достижении *объективного понимания* ситуации, ставшего возможным благодаря контакту с душой во время ОП.

Объективное понимание – уровень мышления, не затронутого эмоциями или страстями, – относится к высшему ментальному уровню, на котором живет душа. Именно свою собственную душу мы встречаем, когда покидаем физическое тело и совершаем посмертный обзор. Контакт Барбары с ее душой исцелил ее искаженные убеждения, вызвав и исцеление искаженного эмоционального поля. Любая коррекция на высших уровнях влечет за собой соответствующие коррекции на низших уровнях. Именно по распоряжению души она вернулась на земной план и продолжила свою работу здесь, в этой жизни.

И как верно предположила Барбара, ее способность покинуть свое тело, которая развивалась с целью преодоления постоянных домогательств в детстве, стала ключом к сохранению воспоминаний об исцелении.

Что произошло бы, если бы Барбару тем или иным образом спасли от сексуального насилия в детстве? Пришлось бы ей отказаться от сознательных воспоминаний о необыкновенной красоте ОП и о его трансформационном воздействии?

Когда мы имеем дело с эмоциональными проблемами, такими как сексуальное насилие, непросто бывает помнить, что внутри каждой трагедии, каждой травмы, каждой беды находятся ценные семена исцеления – исцеления не только этого события или заболевания, но исцеления того, чего мы не в силах увидеть или даже постигнуть на интуитивном уровне. Пожалуй, не будет преувеличением сказать, что спасение Барбары от ужасных пыток в детстве помешало бы ее чудесному преображению во взрослом возрасте.

Так что же, в таком случае, *есть* исцеление?

## Природа исцеления

Подлинное исцеление происходит на тонких нефизических уровнях и включает несовершенства, которые продолжали существовать в наших тонких телах на протяжении множества жизней. Освобождение эмоционального тела от искажений и иллюзий, обитающих в нем, оказывает крайне благотворное влияние на физические функции, но самое глубокое исцеление из всех возможных – это исцеление ментального тела.

Вся наша сущность при воплощении исходит с ментальных уровней, ведь недаром говорится: «Каковы мысли его, таков и он сам». По мере нашего продвижения по Пути вовне от невинности к зрелости, травмы порождают в нас определенное отношение к нам самим и к жизни. Когда мы вступаем на Обратный путь, нашей жизненной целью становится избавление от этих искажений. Представьте себе, как высшее Я Барбары до начала этой жизни соглашается участвовать в воплощении, в котором будет брошен вызов ее глубоким убеждениям о собственном отчуждении и виктимности. Естественно, в соответствии с принципом морфогенетического резонанса, ей придется снова привлечь к себе людей и события, соответствующие ее системе убеждений. Но на этот раз она пригласила в свою жизнь каталитическое катастрофическое событие, которое создало предпосылки для прорыва. Она *попросила*, чтобы ей раздали карту «Башня».

Вспомните, через что прошла Барбара, чтобы вспомнить ОП и пройти через трансформацию. Сначала вуаль между сознанием в физическом состоянии и духовным миром стала тоньше, когда она научилась покидать свое тело во время домогательств деда. Затем она получила столь серьезную травму, что была вынуждена покинуть свое физическое тело. И, наконец, хотя ее здоровье в целом восстановилось, некоторые серьезные последствия физической травмы остались с ней навсегда. Это была та цена, на которую она согласилась перед этим воплощением и которую заплатила за просветление и глубокое исцеление.

## Правила исцеления

Даже те из нас, кто искренне стремится к духовному развитию, неизбежно борются с невзгодами. Нам нужна помощь в виде правил, которые напоминали бы нам, каким образом можно содействовать процессу собственной трансформации.

Вот эти правила.

- Всегда ищите скрытый дар в выпавших на вашу долю невзгодах.
- Никогда не поддавайтесь жалости к себе.
- Никогда не вините других в ваших проблемах.
- Развивайте в себе чувство благодарности по отношению к возникающим неприятностям.
- Не судите о своем положении или положении других.
- Избегайте сентиментальности.
- Не относитесь к болезни как к наказанию.
- Ищите возможность служить и помогать другим.
- Научитесь воспринимать смерть как исцеление.

Теперь подробнее рассмотрим каждое из этих правил.

### **Всегда ищите скрытый дар в выпавших на вашу долю невзгодах**

Каждая проблема – это задача, поставленная перед вами вашей душой. Поэтому признайте, что ваша проблема, травма, недуг, инвалидность или смертельное заболевание служит определенной цели и постарайтесь вести себя соответственно: ищите, чему именно ситуация пытается вас научить. Помните, что, с точки зрения души, перемены в сознании намного ценнее «выздоровления». И потому следуйте мудрому завету царя Соломона: «Всем именем твоим приобретай разум». Разум есть понимание. Сделайте это понимание своей целью и оптимистично смотрите в будущее, где вас ждет награда.

Есть одна чудесная история о двух мальчиках, один из которых был оптимистом, второй – пессимистом. Пессимиста привели в комнату, наполненную самыми разными удивительными игрушками, но как только мальчик оказался внутри, он сел у двери и надулся. Через какое-то время его вывели из комнаты и спросили, почему он в таком плохом настроении.

– Просто я *знал*, – грустно ответил мальчик, – что как только я выберу игрушку, которая мне очень понравилась, она сразу сломается!

Тем временем мальчика-оптимиста оставили в конюшне, заваленной конским навозом, который он тут же принялся радостно разгребать, напевая песенку. Когда его позвали из комнаты, он отрицательно покачал головой и продолжил разгребать навоз.

– Я *знаю*, – радостно крикнул он, – что при таком количестве навоза где-то здесь обязательно должен быть пони!

Верьте в пони. Верьте в дар, который скрыт под слоем... Ну, вы поняли...

### **Никогда не поддавайтесь жалости к себе**

Вам может казаться, что жалость к себе, учитывая все ваши страдания – естественная, оправданная реакция. Однако это не что иное, как губительное потакание себе, которое легко входит в привычку. Как только появляется привычка жалеть себя, она становится для

нашего сознания наркотиком и соблазнительным оправданием дальнейшему потаканию себе и своим слабостям. И, подобно наркотикам, жалость к себе становится огромным препятствием к духовному развитию.

### **Никогда не вините других в ваших проблемах**

Как и жалость к самому себе, привычка винить других – разновидность потакания своим слабостям, которая не позволяет нам взять на себя ответственность за собственную жизнь. Нигде не сказано, что в наших проблемах виноват другой человек, будь то в этой жизни или в прошлой. Если мы будем помнить, что все наши трудности, включая те, что связаны с другими людьми, играют важную роль в нашем развитии, то мы узнаем в наших врагах агентов просветления. Однако это не значит, что мы должны получать удовольствие от общения с этими агентами кармы.

Древняя мудрая пословица гласит:

Если враг встал на пути,  
Ты его восхвали,  
Благослови  
И отпусти.

Благословение врагов, пожелание им всего самого хорошего, чего мы желаем сами себе, – отличный способ добиться собственного освобождения.

Однажды мне пришлось работать в лечебном центре с другим психотерапевтом, который постоянно ко мне придирался, унижал меня и мешал моей работе с пациентами. Благодаря его уловкам я научилась настойчивости и прямоте и пыталась быть за это благодарной, но постоянная борьба с ним отнимала много сил. Я начала твердить про себя: «Высшее благо этого человека, каким бы оно ни было, придет к нему». Я повторяла эту установку несколько недель, и в один прекрасный день он вдруг объявил, что ему предложили работу намного лучше, и он уходит!

Подобные установки, повторяемые с максимально возможной любовью, приводят в действие библейскую заповедь: «Не противься злему, но побеждай зло добром».

За нашими проблемами с другими людьми скрывается высшая истина, которая заключается в том, что мы помогаем друг другу продвигаться по Пути. Не отрицая существования проблемы, мы можем посредством благословения значительно облегчить сложности межличностных отношений.

### **Развивайте в себе чувство благодарности по отношению к возникающим неприятностям**

Порой, когда дела обстоят очень плохо, отличным противоядием от наступающей депрессии и жалости к себе может стать обзор наших благословений. Чем больше мы сосредотачиваемся на благословениях, тем легче становится наше бремя. И если мы способны оценить прогресс, которого мы уже добились, – уроки, которые мы усвоили, и понимание, которого достигли, справляясь с прошлыми испытаниями, – то нам легко поверить, что и нынешние сложности в результате принесут желанный урожай.

«Чувство благодарности» – вовсе не стремление из чрезмерного оптимизма приукрашать или отрицать совершенно реальную беду. Скорее, это духовная практика, которая требует сознательно переключить внимание с отрицательных аспектов нашего положения на положи-



тельные. Если мягко, но настойчиво уводить мысли от негативного, позитивное начнет занимать большую часть окружающей нас действительности.

Один мой клиент, бывший алкоголик, как-то раз сказал мне: «Отношение – самый сильный наркотик!» Я согласна с ним. И раз мы в силах сами выбирать свое отношение к обстоятельствам, почему бы не выбрать «стимулятор» вместо «депрессанта»?

### **Не судите о своем положении или положении других**

Во время воплощения практически невозможно оценить, где именно на Пути мы находимся. Как правило, до тех пор, пока мы не завершим свое кармическое задание, мы даже не можем понять, чему именно мы учимся. Хотя действительно важно стремиться обрести такое понимание, оценочное отношение к своему прогрессу неприемлемо и вредно. Просто верьте, что какими бы ни были внешние обстоятельства вашей жизни, вы *все равно* двигаетесь вперед.

Избегайте сравнения себя с другими. В программе восстановления душевного здоровья «Recovery Incorporated» есть такое положение: «Сравнения неуместны». Так и есть. Мы всегда сравниваем несравнимые вещи, когда судим о своем положении в контексте чужого положения. Мы просто-напросто не в силах видеть собственную общую картину, не говоря уже о чужой.

Уважайте темы, с которыми работает ваш круг, ваша семья и группа, а также роль каждого из вас, и не забывайте, что нам необходим контраст для того, чтобы учиться на этом плане. Иногда этот контраст проявляется в конфликте, а значит, кому-то придется быть для нас таким контрастом.

Относитесь к жизненному пути каждого человека с уважением, которого оно заслуживает, и не забывайте так же относиться к собственному. В эзотерике души, воплощающиеся на Земле, называют «владыками безграничного самопожертвования», признавая, что для путешествия по Пути на этом сложном плане требуется мужество и выносливость. Поверьте, уже только потому, что мы воплотились здесь, на Земле, всех нас можно считать благородными и возвышенными людьми.

### **Избегайте сентиментальности**

Развиваясь духовно, мы учимся укрощать свои эмоции, воспитываем в себе отстраненность и расширяем мировоззрение, включая в него не только очевидное, близкое и личное. Сентиментальность – это потакание непросвещенной эмоциональности, и она ограничивает такое развитие, удерживая нас в ловушке стереотипных, общепринятых реакций на различные события. В качестве примера давайте рассмотрим выигрыш в лотерею. Сентиментальное отношение к этому событию будет состоять в убеждении, что это сбывшаяся мечта, обещающая неопишное счастье и свободу. Но свобода, дарованная свалившимися на голову миллионами, предполагает большую ответственность за каждое решение и каждый поступок. Счастливчик, получивший выигрыш, вдруг лишается оправдания, будто финансовые проблемы мешают ему обрести счастье и самореализоваться. На смену сладкой надежде когда-нибудь обрести счастье приходит требование испытывать радость и даже экстаз прямо *сейчас*. Многие из тех, кто выиграл в лотерею крупную сумму, пережили затем нервный срыв или покончили с собой, и это говорит о том, что вопреки расхожему мнению неожиданно свалившееся на человека богатство вовсе не гарантирует ему счастья.

Если вы способны понять, что внезапная возможность получить любую материальную вещь, о какой вы только мечтали, – в той же степени духовное испытание, что и лишение всего, что вы когда-либо любили, ваше мировоззрение определенно развивается.

## **Не относитесь к болезни как к наказанию**

Заболевание еще не доказывает, что у нас есть некий изъян. И оно не означает, что у нас недостаточно позитивный настрой. Иногда физические проблемы дают нам понять, что нашего внимания требует тот или иной эмоциональный аспект жизни, однако это далеко не всегда так. Порой мы страдаем физически, потому что неким таинственным образом изживаем, уравниваем накопившуюся карму. По словам мистика Эдгара Кейси, многие из тех, кто обращался к нему, страдали от заболевания, которое вписывалось в эту категорию: болезнь или физический дефект, предназначенный судьбой для данной конкретной жизни, выбранный высшим Я человека для изживания кармы, накопленной в предыдущих воплощениях.

Некоторые заболевания – просто следствие нашего пребывания в физическом воплощении. Мы в буквальном смысле состоим из переработанного материала, и на земном плане существует огромное количество источников его загрязнения. Тибетец, который диктовал тексты Алисе Бейли, утверждает, что цель любого страдания – очищение и искупление. А потому, независимо от основной причины наших проблем (будь то личные проблемы, которые мы игнорируем или отрицаем; кармический долг, который мы выплачиваем; или планетарное загрязнение, которое мы носим в своем сосуде), страдая от любой болезни, мы в той или иной степени возвышаемся.

## **Ищите возможность служить и помогать другим**

Героями нескольких историй в этой книге были люди, которые, страдая сами, стали помогать другим, кого постигла та же беда. Подобный альтруизм часто становится результатом глубокого самопознания. Но, разумеется, не каждый из нас способен стать консультантом, терапевтом, социальным работником и так далее, и это не обязательно. Существует множество других способов помогать людям. Один из них – просто продолжать жить и работать в своей области, но подходить к своей повседневной деятельности с более развитым сознанием. Мир очень нуждается в просветленных людях во всех областях жизни.

Некоторые из нас не могут активно участвовать во внешней, общественной жизни из-за болезни, инвалидности или иных обстоятельств. Если это относится и к вам, у вас все равно есть возможность оказывать высшую помощь из всех возможных. Томас Мертон называет точку покоя в центре колеса ступицей мира, где можно обрести Бога. Если ваше положение мешает вам двигаться, сосредоточьтесь на познании того, чем и кем для вас является Бог – и подчинитесь этому. Станьте этой сосредоточенной точкой сознания в центре движения.

Нет в мире ничего эффективнее для приближения высшего блага, чем чистая мысль, не запятнанная желанием. Посвятив себя достижению сознательного контакта со своим высшим Я, вы становитесь проводником высших сил, которые возвышают, вдохновляют и направляют всех нас. Подобно единственной коммуникационной вышке на вершине горы, транслирующей в окружающее пространство послания любви и надежды, вы, находясь в тишине и одиночестве, делаете невероятно важную духовную работу от лица всех нас, кто трудится не покладая рук во внешнем мире.

## **Научитесь воспринимать смерть как исцеление**

Смерть – та самая точка, в которой мы пожинаем урожай всего, что было приобретено в этой жизни. Обращаясь к астрологам, люди часто ожидают, что им скажут, что их близкий находился под влиянием сложных аспектов в момент смерти. Обычно это не так. Гораздо чаще

сложные аспекты в момент смерти проявляются в картах остающихся жить, ведь именно им приходится справляться с утратой и переменами, которые сулит смерть близкого человека. Умиравшие, как правило, уходят из нашего мира, исполнившись покоя и благодати, и это говорит о том, что покидание физического тела – вовсе не травмирующее событие, а мягкий переход в другой мир.

Даже ранняя, внезапная или насильственная смерть может считаться исцелением, так как воплощенная душа освобождается от того, что в лучшем случае будет сложной задачей жизни на земном плане. В эзотерике самоубийство и убийство признаются неприемлемыми, потому что они преждевременно прерывают раскрытие и изживание человеком своей кармы, а не потому, что уничтожают жизнь. Жизнь никогда не уничтожается и не утрачивается в результате того, что мы называем смертью.

Один мой очень мудрый старый друг, который недавно отпраздновал свой сотый юбилей, сказал мне о том, что он слышал в новостях: «Они говорят, что семьдесят три человека сегодня лишились жизни в результате авиационной катастрофы. Разве они не знают, что лишиться жизни невозможно? Лишиться можно только тела! Надо говорить: “Семьдесят три человека сегодня лишились *тел!*”»

## Правила помощи другим в исцелении

Большинство читающих эту книгу желают исцелиться сами, но некоторые из вас наверняка захотят посвятить свою жизнь исцелению других. Возможно, вы обнаружили, что вам гораздо проще переносить мучения самим, чем наблюдать агонию близких. Когда мы сталкиваемся с чужими трудностями, всем нам нужны правила, которые помогли бы избежать сентиментальности и развить некоторую отстраненность. Отстраненность – это не холодное безразличие. Отстраниться означает освободиться от потребности, относящейся к человеку и ситуации. Только когда мы способны покорить собственную (эгоистичную) потребность в облегчении нашего *собственного* дискомфорта, вызванного положением другого человека, мы можем предложить страдающему *любовь*. А любовь, как поняла Барбара во время ОП, – это не чувство или эмоция, а глубокий уровень понимания и принятия. Ничто так не способствует исцелению, как атмосфера такой любви высшего порядка.

Итак, ниже приводятся несколько основных правил для тех из нас, кто желает достичь необходимой отстраненности и стать проводником исцеления. Если мы хотим стать целителями и оказывать действенную помощь окружающим, мы должны:

- Освободиться от личной заинтересованности.
  - Признать, что вы всего лишь проводник исцеления, а не его источник.
  - Не позволять такой работе и вашей способности ее выполнять превозносить и очаровывать нас.
  - Быть «духовно обнаженными» с человеком, которому пытаемся помочь.
  - Иметь в виду, что человек одновременно изживает разные виды кармы – карму семьи, группы, народа или всего человечества.
  - Исходить из того, что люди подсознательно знают причину своего положения.
  - Понимать, что трансформация требует времени.
- Теперь рассмотрим каждое из этих правил подробнее.

### Освободитесь от личной заинтересованности

У нас не должно быть личной заинтересованности в выздоровлении страдающего, в нашей способности облегчать мучения и в нашей самоидентификации как целителя. Все это – эгоистичные потребности, которые мешают способности помочь страдающему и с помощью любви, возникающей в результате отстраненности, сделать все возможное для этого человека.

### Признайте, что вы всего лишь проводник исцеления, а не его источник

Как ни парадоксально, чем меньше мы лично заинтересованы в том, чтобы «быть целителем», тем более эффективным проводником исцеления мы становимся. Любое исцеление исходит от божественного начала. Мы не можем знать, какое именно исцеление в действительности требуется человеку: «выздоровление» или поддержка в переходе из физического мира в духовный. Чем в большей степени мы станем проводниками воли высших сил, тем лучше сможем помочь другим, удовлетворяя их истинные потребности.

## **Не позволяйте такой работе и способности ее выполнять превозносить и очаровывать вас**

Священник и метафизик Кэтрин Пондер говорит: «Труд – это любовь, которую сделали видимой». Любой труд, выполняемый с любовью – высокое призвание. Человек, посвятивший себя исцелению любовью, возвышен не более любого другого человека, который делает любую другую работу с любовью.

## **Будьте «духовно обнаженными» с человеком, которому пытаетесь помочь**

Не прячьтесь за ложно веселыми клише, отговорками или безразличием и беспристрастностью. Наблюдение за чужими страданиями испытывает нашу веру, и мы должны проявлять заботу о человеке, не испытывая потребности в определенной реакции или исходе дела. Мы должны наблюдать за изменениями, происходящими в нас самих, вызванными нашим участием в чужих страданиях, смерти или физическом выздоровлении.

## **Имейте в виду, что человек одновременно изживает разные виды кармы – карму семьи, группы, народа или всего человечества**

В определенной степени все эти виды кармы действуют постоянно и одновременно, погружая индивидуальную судьбу в более широкий контекст с множеством вариаций. Играя свою роль в изживании другими людьми этих видов кармы, каждый из нас помогает продвигаться вперед всей группе.

## **Исходите из того, что люди подсознательно знают причину своего положения и сопротивляются его изменению до тех пор, пока оно не выполнит свою трансформационную цель**

Пытаясь спасти другого человека от болезни или помочь ему решить сложную жизненную проблему, мы можем непреднамеренно помешать цели его воплощения – просветлению, к которому он стремится под руководством своей души. Особенно тяжело нам приходится, когда человек, которому мы пытаемся помочь, является нашим ребенком. Уважайте путь другого человека, его карму. Если наблюдать страдания ближнего слишком больно, значит, нам самим необходима помощь в преодолении собственных страданий.

## **Поймите, что трансформация требует времени**

Мы живем в плотном физическом мире, и потому подлинные изменения происходят медленно. Даже если нам кажется, что перемены произошли очень быстро, подготовка к ним могла занять несколько жизней.

Еще одно заключительное пожелание тем, кто надеется исцелиться сам, и тем, кто желает исцелять других: верьте в то, что все мы продолжаем развиваться.

Другими словами, не теряйте веру. Меньше внимания обращайтесь на вечерние новости и больше – на то, насколько сильно изменилось сознание людей всего за последние тридцать лет. Вспомните, насколько радикальными казались некоторые идеи три десятилетия назад: права меньшинств, права женщин, охрана окружающей среды. Сейчас все это – часть нашей общей

системы ценностей. Все *действительно* меняется к лучшему: на глобальном, международном, культурном и личном уровнях. Если сделать шаг назад и посмотреть на текущую ситуацию в перспективе, в развитии, вы увидите изменения и почувствуете, как они влияют на всех нас.

## Исцеление и просветление

Возможно, сейчас, когда вы столько прочитали об исцеляющем эффекте страданий, вы задаетесь вопросом: «А как же исцеление радостью?» Конечно же, все мы, за исключением самых убежденных мазохистов, выбрали бы (если б могли) просветление посредством радостного расширения сознания вместо мрачных уроков несчастий. Так почему же тогда чаши весов нашего бытия чаще склоняются в сторону горя, нежели счастья? Дело в том, что горестные моменты мы склонны *помнить* дольше и отчетливее, нежели радостные. Поэтому и длятся они субъективно тоже дольше. Сравните легкие мимолетные, ускользающие минуты радости, что были в вашей жизни, с, казалось бы, вечно тянущимися периодами грусти. В астрологической символике планета Сатурн, также известная как «большой малефактор»<sup>7</sup>, – учитель, который заставляет нас усваивать трудные уроки. Сатурн также связан с Хроносом, отцом времени. На то, чтобы учить (и учиться), необходимо время, а потому горе – лучший учитель по сравнению с радостью.

Однако счастье и страдания не противоположности, а состояния, существующие на разных участках спирали: страдания приводят к мудрости, мудрость приводит к радости, радость исцеляет последствия страданий, которые привели к мудрости, и так далее. Если разбить спираль на отдельные фрагменты, можно было бы сказать, что просветление приходит через невзгоды, а исцеление – через радость. На самом же деле они объединены в общий процесс, позволяющий нам восстановить равновесие и продвигаться вперед.

Эта книга постепенно знакомила вас с новым определением исцеления, которое вовсе не обязательно связано с ослаблением или устранением физического или психологического дискомфорта. В этой книге исцеление определяется как длительный процесс, выходящий за пределы жизни и смерти и использующий каждый опыт для накопления мудрости и каждое несчастье для восстановления равновесия. Кроме того, с точки зрения, представленной здесь, каждый развивающийся человек рассматривается как крошечная, но весомая и необходимая частица человечества, которое само по себе является развивающимся существом. Это более широкое развитие становится возможным благодаря тому, что каждый из нас совершенствуется и стремится к свету.

У людей это стремление усиливается с расширением сознания и просветлением. По мере того, как мы расширяем сознание, каждое из наших тел – физическое, эфирное, эмоциональное (или астральное), низшее ментальное и высшее ментальное – начинает сиять ярче. Это сияние возникает потому, что высокие мысли приводят к очищению всех видов материи, как плотной, так и тонкой, вследствие чего наши тела наполняются светом.

Любое развитие приводит к развитию способности удерживать в себе свет. Развитие плотной материи физического плана – одна из задач человека во всех его воплощениях. Наше растущее сознание приводит к очищению нашего плотного физического сосуда, тела, на клеточном, молекулярном и атомном уровне. Укрепляя связь с нашей душой, мы становимся сознательной частью моста, который наша душа строит между плотным физическим миром, в котором мы живем, и духовным миром. Этот духовный мир и есть наш Исток, Исток всякого воплощения и проявления.

С точки зрения эзотерики можно сказать, что *на самом деле все воплощения человека исцеляют ограничения сознания, накладываемые необходимостью выразить себя в плотной физической материи*. Подобно тому, как для передачи электрических токов большой мощно-

---

<sup>7</sup> Малефакторы, или малефики – в астрологии планеты, приносящие ущерб, опасности, испытания и проблемы; к ним относят прежде всего Марс и Сатурн, реже к ним добавляют все высшие планеты. Астрологические качества этих планет ассоциируются с тем, что люди воспринимают как зло и чего стараются избежать. – Прим. ред.

сти возникает потребность в силовых электрических трансформаторах, накапливающих и преобразующих электрическую энергию, мы должны расширять способность физической материи принимать и передавать все больше и больше духовного света Вселенной. Одна из наших задач на Земле – привнести сознание и свет духа в физическую материю, так сказать, освободить ее.

Поэтому каждый раз, как с вами случается несчастье, беда или трагедия, или вы видите, как это происходит с другим человеком, спросите себя: «Сможет ли этот опыт *в конечном итоге* способствовать более глубокому пониманию происходящего, а, следовательно, и просветлению?»

Если, задав такой вопрос, вы будете искать ответ, глядя на жизнь с достаточно высокой точки и с достаточной степенью отстраненности, вашим ответом всегда будет «Да».

«Да» жизни.

«Да» этой вашей жизни.

«Да» вашим трудностям, разочарованиям и испытаниям.

«Да» вашим новым урокам, новым возможностям и новым победам.

«Да» растущему сиянию вашей души.

Да



## Послесловие

Наступает конец тысячелетия и конец двухтысячелетней эры<sup>8</sup>. По мере того, как мы переходим из двадцатого века в двадцать первый, из эры Рыб в эру Водолея, могущественные силы, требующие перемен, воздействуют на каждого из нас по отдельности, на человечество в целом и на всю планету. Все чаще в эти переходные десятилетия мы наблюдаем, как барьеры между личностями, общинами, расами и странами преодолеваются, ломаются или растворяются. Среди множества сил, стремящихся уничтожить эти барьеры, можно выделить три глобальных явления.

Во-первых, речь о перенаселенности Земли и всех сопутствующих последствиях, среди которых – исчезновение дикой флоры и фауны, рост урбанизации, истощение природных ресурсов, загрязнение окружающей среды и глобальное потепление. Сегодня мы сталкиваемся с критическими проблемами, решить которые можно только путем *всемирного* консенсуса. Только на таком уровне можно осуществить необходимые перемены, чтобы спасти нас и нашу планету.

Во-вторых, системы глобальных коммуникаций в прямом и переносном смысле сокращают расстояние между нами и нашими братьями и сестрами по всему миру. Насколько далеко друг от друга может быть Запад и Восток, северное и южное полушарие, когда все мы смотрим одни и те же передачи по телевидению, следуем одним и тем же тенденциям моды, мгновенно узнаем о главных событиях и кризисах друг друга?

Третий важный фактор – угроза самому существованию жизни на этой планете, которую представляют современные военные технологии. Хотя конфликт интересов продолжает разделять страны, наша общая возможная судьба жертв новой мировой войны объединяет нас в надежде на личное выживание.

Наше отношение к благополучию окружающих поначалу ориентировано на нас самих и мотивировано такими опасениями, как «Я не выживу, если не выживет планета» или «Без экономической помощи эта страна будет угрожать моей стране применением ядерного оружия». Тем не менее, прогресс все же происходит. Внешнее давление продолжает способствовать развитию наших положительных внутренних качеств, и со временем в нас развивается поистине безграничное бескорыстие. Посредством такого внешнего давления на сознание и происходит духовное развитие на протяжении каждой эры.

Эра – цикл, длящийся примерно две тысячи лет, и в каждом цикле человечество работает над определенной глобальной проблемой, или темой, связанной с астрологическим знаком, под которым этот цикл проходит и в честь которого он назван. *Групповое сознание* – тема эры Водолея, и простое утверждение «Все мы едины» точно характеризует урок, который ждет человечество; урок, необходимый для нашего духовного развития и физического выживания.

Мы входим в эру Водолея. Знак Водолея связан с общественным порядком, друзьями, группами и, как мы уже знаем, групповым сознанием. Многие из нас впервые узнали о том, что близится эра Водолея, когда слушали песни из психоделического мюзикла «Волосы» шестидесятых годов. С тех пор термин Нью Эйдж (*англ.* новая эра) стал очень популярным, хотя не все до конца понимают его значение.

Сложно точно сказать, когда именно начинается новая эра, эра Водолея, ведь у знаков зодиака на небесах нет четких границ. Эру определяет астрологический знак, в котором находится Полярная звезда в точке равноденствия. В течение примерно двух тысяч лет Полярная звезда появляется в данном знаке и играет роль «передатчика», посылая на Землю определенные эманации, создаваемые связанной с ней группой звезд. Мы переходим из одной эры в дру-

---

<sup>8</sup> Автор завершила работу над этой книгой в 1994 году. – *Прим. ред.*

гую по мере того, как Полярная звезда постепенно выходит из одного знака и входит в другой. Одни астрологи утверждают, что эра Водолея уже началась в 1850-х годах. Другие говорят, что она начнется лишь в двадцать первом веке. Многие считают 2000-й год примерной поворотной точкой, и *все* согласны, что мы сейчас находимся в муках переходного периода.

Эра Рыб, которую также называют эрой Веры, заканчивается. Практически во всем мире на протяжении последних двух тысяч лет организованная религия занимала настолько важное положение в жизни человека, что сейчас нам это кажется непостижимым. Целью этой эры была личная трансформация или спасение через любовь к далекому божеству – в основном, к Будде на Востоке и Иисусу Христу на Западе. Оба эти божества олицетворяли и преподавали глобальный урок эры Рыб – *сострадание*. Любить врагов так же, как мы любим друзей своих, нас убеждает Спаситель, который молился о прощении его врагов даже тогда, когда его распяли. Циничная поговорка «Иисус наделил нас жалостью, а греки – всем остальным», по крайней мере, признает, что он действительно преподавал нам этот урок. Будда считал сострадание, добросердечие и терпение краеугольными камнями своего учения о благочестивой жизни и поиске спасения через освобождение от перерождений.

Если вам кажется, что последние две тысячи лет войн, варварства, религиозных преследований и геноцида, включая недавний ужас Холокоста и войны во Вьетнаме, означают, что мы до сих пор не усвоили урок сострадания, вспомните вот что: сегодня огромное количество людей естественно и автоматически проявляют тот уровень сострадания, который еще не так давно казался далеким и почти непостижимым идеалом. Сегодня нас шокирует не наличие сострадания, а его отсутствие. Большинство из нас хотя бы признают чужую боль и страдания, и многие готовы пойти на огромные жертвы, чтобы облегчить муки другого человека, с которым у них может не быть ничего общего за исключением человеческой природы. Хотя не все мы усвоили этот урок сострадания, многие из нас выучили его на отлично. Тибетец предсказал, что в конце эры Рыб проявление сострадания будет даже чрезмерным. А ведь именно чрезмерное сострадание – готовность делать для других то, что они могут сделать сами – характерная черта родственников и друзей жертв алкогольной и других зависимостей, которые оказываются связанными серьезными отношениями с зависимым человеком. Именно этот недостаток широко распространен сегодня среди многих родителей, а также среди многих представителей «хелперских» профессий, связанных с помощью другим людям. Некоторым из нас приходится учиться сдерживать свое чрезмерное сострадание, прибегая к другим не менее духовным чертам, характерным для эры Водолея – отстраненности и беспристрастности. Нам приходится учиться уважать ответственность каждого человека за его место на Пути.

Если эру Рыб также называют эрой Веры, то второе название эры Водолея – эра Человека. Во время этой эры расцветет способность человека к созиданию. Достигнув большего контроля над своими эмоциональными и интеллектуальными способностями и научившись совместной духовной работе, мы сможем сознательно создавать эмоциональные и ментальные миры, которые будем населять, точно так же, как сегодня мы строим вокруг себя физическое окружение.

Акцент Водолея на групповом сознании в некоторой мере уравновешивается влиянием Льва – знака, который теперь займет значимое положение благодаря тому, что противостоит Водолею. Лев призывает к независимости и индивидуальности, к личной ответственности за каждый поступок. Вместе эти противоположности, Водолей и Лев, повышают нашу чуткость к благополучию группы и при этом требуют, чтобы мы прочно стояли на ногах как отдельные личности. Какая величественная и вдохновляющая задача для человечества в новой эре!

На этой планете, где расстояния стремительно сокращаются, и все мы становимся близки друг другу, как никогда прежде, каждый из нас теперь «сторож брату своему». Впервые в истории огромное количество людей в разных странах мира психологически развиты, осознают собственные и чужие чувства, поступки и мотивы. В то же время повышается наша сверхчувственная сонастроенность друг с другом и с другими планами бытия. Грядет время, когда не

будет больше изоляции и обособления личности внутри своего душевного мира, а такие понятия, как «моя утрата», «твоя потребность», «его боль» или «ее голод», исчезнут. Мы все лучше будем ощущать бремена друг друга и, надеюсь, будем готовы помогать нести их друг другу, считая бремя ближнего своим собственным. Прекрасные принципы эры Рыб – любовь, отзывчивость, сострадание и прощение – сослужат нам хорошую службу, когда мы будем учиться распространять их не только на наших близких, наших братьев и сестер, но и на всех людей во всем мире, на все человечество, частицей которого является каждый из нас.



## Рекомендуемая литература

Бейли, Алиса. Посвящение человеческое и солнечное.

*Первая работа Бейли. Если она вам понравится, вероятно, вы захотите прочесть и другие ее книги.*

Бреннен, Барбара Энн. Руки света. Целительство через энергетическое поле человека. Издательство Общества ведической культуры, 1992.

*Исчерпывающая книга о целительстве руками, которая содержит великолепные иллюстрации системы чакр, тонких тел и энергетических конфигураций здоровья и болезни.*

de Hartog, Jan. The Spiral Road. Harper&Row, New York, 1957.

*Мое любимое художественное произведение. Эта книга де Хартога – увлекательное исследование ролей, которые играют добро и зло на нашем пути к просветлению. Кроме того, это выразительное описание спиральной природы всякого развития.*

Карагулла, Шафика. Прорыв к творчеству. Ваше сверхчувственное восприятие. Сантана, 1992.

*Эта книга написана врачом и посвящена интеграции сверхчувственного восприятия и энергетического целительства в традиционные медицинские подходы к болезни. Автор пишет с глубоким уважением и к научным методам, и к более тонким измерениям действительности, которые столь сильно отражаются на нашем физическом состоянии.*

Meek, George W., под ред. Healers and the Healing Process. Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois, 1977.

*Увлекательные истории о целителях и целительстве в разных культурах мира.*

Powell, A. E. «The Etheric Double», «The Astral Body», «The Mental Body», «The Causal Body and the Ego». Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois, 1927.

*Эти четыре книги подробно описывают тонкие тела на языке теософии. Читается не очень легко, но оно того стоит.*

Ritchie, George. Return from Tomorrow. Gleneida Publications, Tarrytown, New York, 1983.

*Врач подробно описывает свои околосмертные переживания, которые он испытал в юности, когда служил в армии. Книга содержит удивительные и подробные описания астрального плана. Очень увлекательное и вдохновляющее произведение.*

Spinks, Catherine; Mother Theresa. I Need Souls Like You: Sharing in the Work of Mother Theresa Through Prayer and Suffering. Harper&Row, San Francisco, 1984.

*Если вы пока не понимаете принцип действия закона жертвы, эта книга все для вас прояснит. Мы привыкли думать, что помощь другим людям требует действий, и забываем, насколько ценны наши мысли, когда они посвящены высшей цели.*

Van Gelder Kunz, Dora. The Personal Aura. Theosophical Publishing House, Wheaton, Illinois, 1991.

*Книга содержит отличные иллюстрации ауры человека во время болезни и в здоровом состоянии, в юности и старости, включая навязчивые мыслеформы.*

Уайлдер, Торнтон. Мост короля Людовика Святого.

*Этот классический роман наверняка можно найти в любой библиотеке. Замечательная история о том, сколько добрых последствий может иметь бессмысленная на первый взгляд трагедия.*

