

Д. Н. Волков



Учебник по жизни (жизнебник).

Основы.

Редакция: 01.07.2025

г. Тюмень

1. Человек и два мира.

Мы живём в мире двойственности и разделения. Кажется, что мир этот сломан и неправилен. Мы ищем порядок в этом мире. Пытаемся понять законы, которые им управляют. Стараемся жить и поступать наилучшим образом. И всё равно, раз за разом, убеждаемся, что ошибки - это постоянная часть жизни. Ошибки часто болезненные, а иногда трагические. Почему так происходит? Кто и зачем разделил мир на правых и виноватых, святых и грешников, мастеров и неумех? Кто мы на самом деле? В чем причина, суть и смысл одиночества?

Одновременно, мы знаем, что мир богат и прекрасен! Мы можем увидеть эту красоту и гармонию практически в любом месте природы. Небо и земля, вода и воздух, деревья и травы, животные и птицы устроены совершенным образом. Наблюдая за жизнью живой и неживой природы легко заметить рациональность и естественность жизни и существования в окружающем нас мире. Чем мы от него так отличаемся? Почему значительная часть нашей жизни наполнена не радостью и счастьем, не здоровьем и любовью к себе и окружающим, а обидами и страданием, болезнями и расстройствами? Что не так с нами или нашим миром?

Ответ прост: есть два мира.

Один мир - это мир природы. Единый, целостный мир, охватывающий всю вселенную, весь космос, все галактики, звёзды и планеты. Всю нашу планету Земля, с её живым и неживым миром. Всю материю и энергию этого мира. Этот мир один для всех. Он устроен, живет и меняется по законам, которые изучают физика, химия и биология. В нём живут люди. Этот мир можно назвать миром Света.

Второй мир - это мир, каким его человек себе представляет. К сожалению, наше, человеческое, представление о мире очень сильно ограничено. Основную часть информации о мире мы получаем через наши органы чувств - глаза, уши, нос, язык, кожу, вестибулярный аппарат. Нам трудно понять и признать те части мира, которые мы не можем ощутить. Как поверить в существование и жизнь микробов или атомов если их не видно? В результате, картина окружающего нас мира очень ограничена, схематична и недостоверна. Наши познания об окружающем мире - фрагментарны. На самом деле, значительную часть жизни мы проживаем в нашем внутреннем мире, который не совершенен. Тяга к совершенству существует внутри нас, поэтому мы стараемся сделать наш внутренний мир более полным и целостным. Для этого, увы, во многих случаях мы не стараемся познать мир, а просто придумываем недостающие части. Иногда наши придумки основаны на реальных фактах, а иногда совсем безосновательны. В результате, наш внутренний мир ненадёжен, непредсказуем и подчинен не законам природы, а потакает нашим желаниям, капризам и убеждениям. Мы не умеем правильно хотеть. Мы не знаем, что пойдет на пользу нам, окружающим людям и миру в целом, а что навредит. Когда мы мыслим и действуем исходя из ошибочного понимания мира и людей, мы совершаем ошибки. Это болезненно и вредно для здоровья. Этот мир можно назвать миром Тьмы.

Но так быть не должно! Это исправимо. Можно выстроить свою жизнь таким образом, чтобы привести свой внутренний мир к гармоничному состоянию. Можно достичь состояния внутреннего покоя и благополучия. Можно быть здоровым. Более того, можно быть в таком состоянии большую часть жизни или даже никогда его не покидать.

В чём отличия этих двух миров? Что у них общего?

2. Мир Света - реален.

Основное, главное свойство мира Света - это его реальность. Всё, что есть в этом мире, действительно существует. При этом ни одна, самая маленькая частичка или самая большая часть этого мира не является независимой и отдельной. Абсолютно все части реального мира всегда неразрывно связаны друг с другом. Ни одну частицу реальности невозможно изолировать (полностью отделить) от всей остальной вселенной. Все части реальности в любой момент знают о всех других частях и меняются в соответствии с настоящими законами природы. Мы знаем, что ни одну, самую мельчайшую часть реальности невозможно уничтожить. Можно только преобразовать материю в энергию и обратно. При этом баланс всегда сохраняется - реальный мир может менять форму, но не содержание. Он не может стать больше или меньше. Реальность не создаваема и неуничтожима. Поэтому она в полной безопасности: её невозможно уничтожить, можно лишь изменить её форму.

3. Мира Тьмы - нет.

Отличная новость: мира Тьмы не существует. Мы создаём этот мир в своём разуме на основе информации, поступающей от органов чувств; из книг, журналов, статей; со слов наших учителей, знакомых, родственников, других людей. Из всего этого мы стараемся создать внутри себя модель реального мира, модели окружающих нас людей и модель самого себя. При этом мы используем доступные нашему пониманию правила и законы, которые тоже не всегда достоверны.

Но любая модель - это не сама реальность, а некоторое её представление. Когда мы смотрим на небо, нам кажется, что Солнце и Луна вращаются вокруг Земли. Потом оказывается, что на самом деле, только Луна вращается вокруг Земли. Узнав об этом и получив доказательства (или приняв на веру), мы меняем наш внутренний мир, чтобы он лучше соответствовал реальности.

Это важнейшее свойство внутреннего мира - мы можем в любой момент, по собственному желанию, изменить любую часть нашего представления о мире. Выполнить согласование внутреннего и внешнего миров. Нельзя сказать, что это сделать легко и просто, но это возможно.

В нашем внутреннем мире мы обладаем абсолютной властью создавать всё, что захотим. При этом, мы можем думать о создаваемом как о реальном или как о фантазии. Когда мы, взрослые, образованные, рационально мыслящие люди представляем себе Деда Мороза, то считаем его сказочным существом, которое не является частью нашей реальности. Когда мы были маленькими детьми, мы верили, что Дед Мороз и другие сказочные существа действительно существуют и встреча с ними возможна на Земле. Именно это принятие вымысла за реальность и делает нашу жизнь такой трагичной и травматичной. Мы не умеем чётко отделять реальность от иллюзии.

По большому счёту, есть две основных причины для стрессов у человека. И обе они обусловлены неустранимым противоречием между реальным миром и миром иллюзий:

- ни одна часть реального мира не может быть превращена в иллюзию (превращена в "ничто", уничтожена);
- ни одна часть иллюзорного мира не может быть превращена в реальность (реальность не может быть создана из "ничего").

Пример: у женщины муж - пьяница. Но в её внутреннем мире он не должен пить. Она изо всех сил старается осуществить свою мечту, но у неё ничего не получается. Её проблема не в том, что муж пьёт, а в том, что она не хочет принять этой реальности. Не может согласиться с тем, что это есть. Не хочет или не может принять причин, которые к этому пьянству привели и приводят. Не хочет или не может помочь мужу исправить (устранить) эти причины. Не понимает, что бесполезно бороться со следствиями, если не устранена причина. А устранение причины автоматически ликвидирует последствия. Если в лодке есть течь, то можно всю жизнь вычерпывать из неё воду, а можно заделать течь раз и навсегда.

4. Цель жизни: выйти из Тьмы на Свет.

Кажется, что обычная жизнь обычного человека имеет не очень много смысла: родился, прожил жизнь, умер. Если человек верит в реинкарнацию - повторить много раз. Если бы при этом ещё вся жизнь (каждая жизнь) была наполнена счастьем и радостью, успехами и достижениями, здоровьем и благополучием, то было бы здорово, и иной смысл был бы и не нужен! Увы, для большинства людей, большая часть жизни - иная. Много проблем, трудностей, несбывшихся желаний, постоянная борьба за выживание, враждебность окружающих людей, бедность, страдания, болезни, потери и прочее, прочее, прочее... Самое обидное, что каждый старается изо всех своих сил сделать свою жизнь, (а часто и жизнь окружающих и мир в целом) лучше, но замечает, что "благими намерениями вымощена дорога в ад".

Выход есть.

Есть причина для "существования" мира Тьмы. Устранение причины всегда устраняет все её следствия. Поскольку мир Тьмы не является реальным, то может быть развеян ровно так же, как вера в то, что Солнце вращается вокруг Земли. Надо привести внутренний мир в полное соответствие с миром внешним, с реальностью. Перестать жить в мире воздушных замков и розовых единорогов. Выйти на свет из тюремной камеры Тьмы. Её мы создаём сами, сами выбираем жить в ней и сами можем изменить это решение в любой момент. Если мы это сделаем, то мир счастья, радости, изобилия и гармонии - наш. Потому что мы сделали выбор - стать его частью. Мы решили приложить свои силы к тому, что действительно может изменить реальный мир. Только там мы можем сделать что-то, что может помочь другим людям. Только там мы можем оставить свой настоящий след.

Вот достойная цель жизни: проживая каждое мгновение своей жизни стараться быть на светлой стороне, жить в реальном мире, менять реальный мир со всей возможной любовью. Этого нельзя достичь в один момент. Но есть путь и он -ходим. Эта цель - достижима, а процесс движения в сторону цели приводит к улучшению своей жизни и жизни окружающих, гармонии, спокойствию, уверенности в том, что всё идет так, как должно идти. Это всё и составляет собой неотъемлемые части мира Света.

5. Граница между мирами

Наш разум расщеплен на две части. Одна часть - это достоверное отражение реальности. Это истинная часть картины мира. Это часть разума, пребывающая в свете. Другая часть - это та часть разума, которая заблудилась во тьме ошибочных суждений, предрассудков и иллюзий. Эти две части абсолютно разделены, благодаря

абсолютной несовместимости иллюзии с реальностью. Их невозможно объединить. Нельзя сидеть “на двух стульях”. В каждый момент времени мы выбираем что-то одно. И это единственный выбор. Как только мы выбрали точку зрения, присоединились либо к армии света, либо к армии тьмы, всё остальное происходит автоматически.

Нам сказали что-то обидное. Мы должны как-то отреагировать. Как? Стерпеть? Сказать что-то обидное в ответ? Сделать вид, что ничего не произошло, но при этом огорчиться? Развернуться и уйти? Наказать обидчика? Ваш вариант?

Если вы чувствуете обиду - значит вы уже на тёмной стороне. Вы уже сделали свой выбор. Любые решения, которые вы примите - изначально ошибочны. Потому, что они основаны на иллюзии, что вас можно обидеть; что существует такая штука как “обидные слова”. А такой штуки нет! Есть слова, которые сказаны. Это реальность. Возможно (но не обязательно!), что эти слова сказаны с желанием вас обидеть. Это может быть реальностью, а может быть вашей иллюзией. Но решить обижаться или нет - это только ваше решение и ваш выбор. Если вы решили обидеться - вы выбрали Тьму. Если вы решили не обижаться - вы выбрали Свет.

6. Где я?

Как определить в каком мире мы сейчас находимся? Это важно, так как все наилучшие решения, вся сила, вся гармония находятся в мире Света, а все наихудшие решения, вся слабость, вся “кривизна” находятся в мире Тьмы. Поэтому, перед принятием решения было бы хорошо знать, где мы находимся, поскольку именно это и определяет последствия принятых решений.

Первый критерий (предварительный): если вам хорошо, комфортно, вы спокойны, умиротворены, блаженны, любящи – значит, вы на светлой стороне. Любое ваше решение, принятое в этом состоянии будет идеальным и для вас, и для других людей и для всего мира. Если вас что-то беспокоит, если вы расстроены, если вы спешите, если вам нехорошо, если вы чего-то боитесь – значит, вы уже на стороне тьмы. Любое ваше решение будет нести заряд тьмы, будет наносить ущерб и разрушать.

При использовании критерия важно быть честным перед самим собой. Нужно прислушиваться не столько к голосу разума, сколько к голосу сердца.

Если вы не можете понять или ощутить разницу, то возможно, что вам на самом деле всё равно: сесть на автобус или пройти одну остановку пешком?

Второй критерий (постфактум): если вы, по результатам принятого решения, видите, что всё пошло вкривь и вкось, всё стало хуже, ваше сердце чувствует неправильность, значит, вы приняли решение, будучи на тёмной стороне. Если вы наблюдаете и ощущаете улучшение в себе и вокруг вас, если сложная ситуация благополучно разрешилась, если вам удалось найти подходящие, уместные слова и сгладить трудный разговор, значит вы - были в тот момент на светлой стороне.

Этот критерий полезен для анализа, но более сложен, чем первый. Во-первых, потому что что-то уже произошло. Анализ помогает понять причины на будущее, но не исправляет прошлого. Во-вторых, для правильной, адекватной оценки нужно “знать” следствия. В том, что собеседник с вами согласился, и конфликта удалось избежать, может быть не ваша, а его заслуга. И не ваше, а его гармоничное состояние повлияло на результат диалога.

7. Голос сердца и голос разума.

Как быть человеком Света? Для этого важно научиться слушать голос сердца. Значительная часть наших, человеческих проблем идёт “от головы”. Мы пытаемся жить и действовать рационально. Опираемся на голос разума и доводы рассудка. Подчиняемся логике, обосновываем свои решения фактами, правилами, традициями и обычаями. Используем и повторяем прошлый опыт. Идти “от разума” очень часто - ошибочно. Рациональный путь - путь ограничений и компромиссов. Он точно не идеален, а значит - на тёмной стороне.

Путь сердца - иррационален. Голос сердца - это голос любви. Он тих и спокоен. Поэтому его трудно услышать за криками голоса (а иногда и множества голосов!) разума. Здесь очень важно намерение и желание слушать и слышать. Этот голос - голос, которым говорит реальность. Здесь никогда нет конфликта. Здесь всегда - только совершенные, идеальные решения. Причём идеальные не только для тебя, но и для всех участников проблемы, спора, ситуации. Этот голос всегда отвечает, если к нему обращаются. Это - лучшая часть каждого человека.

Основные проблемы:

- мы часто “глуховаты” душой. Мы хорошо слышим громкие крики и доводы разума, но плохо слышим и не стремимся прислушаться к голосу сердца.
- мы склонны к логике. Нам нужны обоснования и резоны. В этом силён разум, но сердце не склонно доказывать и обосновывать. Оно просто делится знанием. Тихо говорит “так надо”. Ему требуется не логика, а доверие.
- голос сердца предлагает “трудные” решения. Разум легко обосновывает легкие, выгодные ходы. Сердце говорит о любви и реальности. С непривычки это трудно принять. Когда мало сил, трудно сделать то, что советует сердце. Но к этому нужно стремиться.

8. Два источника.

У каждого из миров есть свой источник, основа, из которого возникают миры. Мир Света создан Любовью. Мир Тьмы - порождение страха. Поэтому основа для всех критериев различия миров одна: смотрите, где исток. Эти два источника могут быть смешаны только в разуме. Сердце, наполненное Любовью, наполнено только светом. В нём не может быть ни капли страха. Невозможно одновременно любить и бояться. Выбрали один источник, значит, одновременно отвергли другой. Абсолютная несовместимость миров - это следствие абсолютной несовместимости источников. Когда мы преодолеваем страх, мы автоматически держим в этот момент любовь за руку. И каждый раз, проходя сквозь страх, мы убеждаемся в том, что его нет! Страх - это иллюзия, которую мы создали и развеяли сами! Вспомните любой такой случай и убедитесь в этом.

Ни одно решение, продиктованное страхом, не может быть совершенным. Все решения, продиктованные любовью, совершенны! Всё несколько усложняют “половинчатые”, компромиссные решения. Когда голос сердца тихо говорит “Надо простить. Он (она) ни в чем не виноват(а).”, а голос разума кричит “Нельзя такое прощать! Это недопустимо!”. Человек слышит оба голоса, но не находит в себе сил для того чтобы по-настоящему простить. Он делает что может - приносит свои извинения и грустит о том, что не смог сделать большего. Это и есть компромисс.

9. Где взять силу?

Сила, это то, что необходимо для изменений. Она необходима для изменения реальности. Она также необходима для изменения мира иллюзий. Мир иллюзий - это как дом, построенный из круглых кирпичей. Нужно прилагать огромные усилия, чтобы он не развалился. В мире иллюзий нет силы. Так как сам мир иллюзий не существует, то в нём нет ни силы, ни вещества, ни энергии. Только пустота и “ничто” в любой воображаемой форме. Вся сила находится только в мире реальности. Это значит, что находясь на тёмной стороне невозможно ни разрушить реальный мир, ни даже просто на него повлиять. У зла нет силы!

Слабость, апатия, безразличие, трусость - вот явные признаки нахождения на тёмной стороне.

Энергичность, бодрость, смелость, сила - вот признаки нахождения на светлой стороне.

Человек не может “оторваться” от реальности. Пока его душа находится в теле, тело является надёжной связью с реальностью. Когда душа расстаётся с телом, она не исчезает. Не превращается в “ничто”. Не попадает в ад. Она по-прежнему остаётся частью реальности. Она продолжает быть в нематериальной форме. Одновременно, избавляясь от ограничений физического тела.

Значит, как бы глубоко человек не заблуждался и как бы далеко не заходил в мир Тьмы, он никогда не может полностью утратить связь с реальностью. Эта же связь позволяет по собственному решению человека использовать всю силу реального мира для его изменения.

Невозможно лишить человека силы. Чтобы уйти на тёмную сторону нужно отказаться от силы. Человек может принять такое решение. Сказать себе “я слаб”, “я беспомощен”, “обстоятельства сильнее меня”. Но в любой момент он может пересмотреть это решение. Возвращение к свету - это и есть пересмотр ошибочного решения и возврат к силе.

Единственный способ обретения силы - быть на светлой стороне всё чаще и чаще. Использовать силу всё больше и больше. Как и в спортзале - чем больше вы используете силу, чем сильнее вы любите, тем больше укрепляется это внутри вас, и с тем большим объёмом силы и любви вы можете работать.

10. Война света и тьмы.

Нет, и не может быть никакой войны света и тьмы, кроме как в больном разуме человека, поверившего в иллюзию. Спросите любого физика и он вам скажет, что свет, как физическая величина и физическое явление - есть. А тьмы, как физического явления нет. Её нельзя измерить, ей нельзя “набрать” и “завалить” свет, чтобы стало темно. Тьмы не существует. Тьма - это просто отсутствие света. Свет не воюет с тьмой. Если мы вносим свет в тёмное помещение - там становится светло. Свет не победил тьму. Просто его не было, а теперь он есть. Тьма не может вырваться из помещения и победить свет.

Почему же тема противостояния тьмы и света так популярна? Что происходит в больном разуме, считающем, что это возможно?

Мы не можем создавать тьму. Но мы можем ставить препятствия свету. Мы можем построить коробку, которая будет мешать попадать свету внутрь. Потом мы можем в неё залезть и закрыться. Закрыть глаза. И сказать “мы во тьме”. Можем придумать, что в этой тьме прячутся страшные и опасные существа, злые люди,

катастрофы. И начать этого бояться. Люди, владеющие даром убеждения, могут убедить в этом других людей.

Мир тьмы - это коробка в разуме, которую каждый человек создаёт сам, а затем самостоятельно (и с помощью других людей) поддерживает её в рабочем состоянии, регулярно в неё забираясь. Некоторые, проводят в ней большую часть своей жизни. Эта коробка в разуме и называется Ад. Да, ад - дело добровольное.

Реальный мир, с точки зрения пребывающего в нём разума, называется Рай. Разум должен принимать реальный мир. Быть в согласии с ним. В раю пребывают временно или постоянно все, кто выбрал быть на светлой стороне. Это не про загробную жизнь. Это про самую, что ни на есть, настоящую. Да, рай - дело добровольное.

Можно сказать, что выбор рая или ада - это и есть результат каждого человеческого решения для самого себя. Человек, а не Бог создаёт для себя Рай или Ад в течение своей жизни. Источник Рая – Любовь. Источник Ада – Страх.

11. Добро и зло.

Некоторые могут подумать, что в двойственном мире добро - это свет, в зло - это тьма. Это не так. В реальном мире нет добра и зла. Это моральные категории, живущие в человеческом разуме. Они обе - иллюзорны. Ни добра, ни зла не существует. Обе эти сущности пребывают во тьме. Обе они - не факты, а суждения. Обе субъективны, предвзяты и, по сути, являются формами лжи. Именно поэтому и благими и злыми намерениями в равной степени вымощена дорога в ад. Они неотрывны друг от друга.

Библейская притча об изгнании Адама и Евы из Рая имеет и такой смысл: вкусив плодов от древа познания добра и зла, они увидели “хорошее” и “плохое”. Фактически, они разделили реальность Рая на “хорошую” и “плохую” часть. Поверив в это разделение, и попытавшись оставить в Раю только “хорошую” часть реальности, они сами, своим суждением о добре и зле создали и “плохую” часть реальности. И она и стала их Адом.

Никто их не изгонял из Рая. Никто не создавал им Ад. Это результат их собственного решения. Они его (Ад) сами создали и сами “отпали” от Рая. При этом, в любой момент времени они могут изменить своё решение. Могут отказаться от “добра” и “зла”. «Развидеть» разницу и тем самым, автоматически, попасть в Рай. Так как отсутствие в окружающем мире добра и зла - это критерий нахождения на светлой стороне, в Раю.

12. Причина раздвоения разума.

Наша жизнь - это испытание. Проверка. Суть проверки в следующем: сможет ли разум выбраться из ловушки, которую сам себе построил? Сможет ли разум, поверивший в наличие добра и зла, в ад и рай, в Бога и дьявола, заблудившийся в лесу тьмы, которую сам и создал, вернуться обратно? Кажется, что ответ прост и очевиден. В чём же сложность? Сложность в том, что окружающий нас, видимый и другими способами воспринимаемый мир, подталкивает нас к принятию неправильного, ошибочного решения.

Основой ошибочного взгляда на мир является идея разделения, которая очевидна (очами видна - видна невооружённым взглядом). Приходя в этот мир, мы

видим и воспринимаем себя “отдельными” людьми, ограниченными своими телами. Концепция единства мира требует доказательства. Оно не простое. И не очевидное.

Концепция разделения является причиной страха. Легко принять бессмертие и неразрушимость (при изменении внешней формы) всего (и себя) если очевидна неразрывность связи части и целого. Если очевидна вечность существования всего целого и всех его частей. Тогда нет, и не может быть, никакого ущерба, потери, разрушения и исчезновения. Тогда нет конкуренции между частями за целое. Тогда нет выживания, а есть вечная, меняющаяся, прекрасная в своём богатстве, полноте и щедрости жизнь. Так и живёт Бог. Так может жить каждый из нас.

Увы, мир, в котором мы живём, “навязывает” нам “очевидный”, противоположный взгляд на нашу, человеческую жизнь. Мы не помним предыдущие жизни. Нам кажется, что мы есть только с момента рождения до момента смерти. Выглядит так, что после смерти тела мы исчезаем из этого мира, и дальше ничего нет. Мы выглядим отдельными друг от друга. Мы не знаем мыслей и чувств других людей. Мы лишены возможности делиться мыслями, знаниями ощущениями напрямую, а через язык это получается совсем не то.

Было бы совсем плохо, и эксперимент был бы провален, если бы не Любовь в наших сердцах, неподвластных разуму и очевидности.

Любовь даёт нам и возможность знать, понимать, и чувствовать другого человека как самого себя. Буквально, быть им! Без слов, даже будучи на другом конце земли, даже после смерти близкого человека знать, что он жив в твоём сердце и где-то ещё! Именно любовь соединяет сердца всех людей со всеми. Соединяет между собой всё живое и неживое. Является полным синонимом слова “реальность”. Является синонимом слова “Бог”.

Любовь не является чувством. Любовь является всей материей, энергией, физикой, химией и биологией этого мира. Ею наполнен каждый атом и всё пространство между атомами. Она не создаваема и не уничтожима. Это реальность. Это всё, что есть. Её нельзя победить. С ней нельзя, некому и нечем бороться.

Но у неё есть несколько уязвимостей.

13. Уязвимости любви.

Есть ли что-то в мире, созданном Богом, мире, который и есть Бог, с чем всемогущий Бог не может справиться? В реальном мире - нет. Реальный мир может принять любую форму, оставаясь при этом самим собой.

Как насчёт присутствия и возможностей Бога в мире иллюзии? Мы помним, что в мире тьмы, мире иллюзий, в Аду нет, и не может быть ни одной, самой мельчайшей частицы реальности. Значит, в мире иллюзий нет места Богу. Бог просто ничего о нём не знает, кроме того, что этот иллюзорный мир - ничто. Его не существует, а значит и говорить о нём нечего.

Больной разум может упорствовать в своём заблуждении, что воображаемый им мир - существует. Более того, он может считать, что в этом мире он превзошёл самого Бога, так как в этот мир Богу закрыта дорога. Правда мир этот - одинокий, больной, без любви. Он - кривое отражение реального мира.

Уязвимость любви (ограниченность) в том, что она, являясь полноценной и единственной хозяйкой в мире реальности не может прийти в мир иллюзии.

Уязвимость любви перед разумом в том, что разум может от неё отказаться. Так же как человек может закрыть глаза и представить себе, что мир исчез, так же

человек может сказать “любви не существует в моём мире” и уйти в иллюзорный мир, где нет любви.

В этом отношении разум подобен компьютеру - он так же может хранить и обрабатывать информацию, взаимодействовать с реальным миром, быть фактически частью реальности, но внутри иметь абсурдную картину мира. Разум - это инструмент, который действительно обладает способностью быть в двух мирах. Но у него нет собственной цели, желаний, мотивов для поступков. Кто же тот, кто им так бездарно пользуется?

14. Эгоизм.

Концепция одиночества и отделённости человека от других людей, природы и мира, рождает не только страх и мир тьмы в разуме. Принятие (осознанное или, в большинстве случаев, не осознанное) концепции рождает мозгового паразита - Эго. Эго - это представление об исключительной ценности единственного экземпляра человека - его носителя и создателя. Цель Эго - выживание любой ценой в течении одной жизни в полностью враждебном окружении. Всё окружающее - весь мир, все люди, собственное тело - это враги Эго. Так как могут быть причиной его уничтожения.

Можно сказать, что Эго в разуме-компьютере, это программа-вирус, считающая, что она и есть цель, смысл и суть существования и компьютера и всего окружающего мира вместе взятого.

Особенная опасность и сложность нейтрализации Эго и избавления от него состоит в следующих аспектах:

- как было сказано выше, устройство воспринимаемого мира способствует подсознательному согласию с концепцией одиночества;

- Эго обладает знаниями разума об окружающем мире и использует их собственную трактовку для изоляции от мира и его использовании в собственных целях;

- Эго настаивает на единстве с человеком, убеждает его в своей нужности и полезности для выживания;

- Эго не может любить и знать любую форму реальности, но старается сделать вид, что знает и понимает всё, стремясь изолировать человека в собственной вотчине - мире тьмы, мире иллюзий;

- Эго, по сути, является совокупностью всех негативных следствий концепции отделенности, включая страх, агрессию, все формы жадности, все формы превосходства над другими людьми, тягу к власти, и всех известных пороков человека.

15. Дух

К счастью, кроме Эго, поселившегося в разуме, есть Дух, живущий везде, в каждой частице мира и между ними, в каждой клетке тела и между ними. Это другое имя реальности, это наша связь с Богом, другими людьми и всем живым и неживым миром. Его и наша часть. Единая, неделимая и вечная. Она не может быть утрачена или уничтожена. Она есть в каждом. Дух, как и Любовь – один на всех. Это наше надёжное средство настоящего общения, понимания и единства. Мы можем не верить в Дух, можем пытаться не видеть и не слышать его, действовать ему наперекор, но в реальном мире никак нельзя ни повредить ему, ни избавиться от него. И это залог нашего благополучия и надёжный якорь в реальном, любящем мире.

Дух, будучи всем и имея доступ в разум, прекрасно осведомлён о существовании Эго. Он также осведомлён о целях и намерениях как Души, так и Бога. Работа Духа состоит в следующих основных направлениях:

- обеспечить мгновенную связь любой Души с любой частью реальности;
- обеспечить доступ Души к любым знаниям, необходимым Душе для достижения её целей;
- помогать Душе достигать её целей, давая совершенные решения для любых задач и проблем, не принуждая к их использованию;
- оказывать влияние на реальность на любом уровне.

16. Душа.

Душа, живущая в сердце – это и есть наш способ жить, это и есть - мы. Душа реальна, вечна и неуничтожима, как и любая часть реальности. Тело – временно. Душа находится в теле для приобретения особого опыта жизни с момента рождения до момента смерти. И рождение, и смерть человека (рассматриваемого как единство тела, души и духа) – полностью добровольное решение души прийти в тело и уйти из него. Именно Душа – та наша часть, которая принимает любое решение. Все решения принимаются одним и тем же способом. Душа спрашивает у Эго и Духа: «Что делать?». Как правило, в ответ получает один или много «громких» советов от Эго и «тихий», но совершенный, ответ от Духа. Душа делает свой выбор и Дух его реализует, насколько это возможно в реальности. В случае выбора ответа Духа, он полностью реализуется, так как полностью реален. В случае выбора ответа Эго или компромисса между ответами, Дух реализует его наилучшим возможным способом только в той части, в которой это возможно в реальности.

Глобальная цель Души, находящейся в теле – проживая жизнь понять и принять, что мир – един; что реальность – существует, а иллюзия – нет; что любовь – есть, а страха – нет. Для этого Душа учится слышать голос Духа, принимать его советы и следовать им. Важно, что это она должна делать добровольно, без принуждения. Любить нельзя заставить силой или обманом. С каждым выбором, сделанным в пользу Духа, Душа всё больше приближается к реальности, к пониманию и любящему, гармоничному взаимодействию с другими Душами, к Богу. Одновременно, Душе становится доступно всё больше и больше силы и знаний через укрепление связи Души и Духа. Множество дорог и путей ведут как к реальному миру (религии, самопознание, наука, культура, и т.д.), так и к миру иллюзий (эгоизм, агрессия, жадность, войны, и т.д.). Ни один из не лучше и не хуже другого. Вопрос «Вернётся ли Душа к Богу?» не ставится – она его и не покидала. Вопрос, скорее в том «Как долго будет путь?» и «Насколько радостным он будет?».

17. Бог.

Бог – это сама Реальность, её творец, и процесс творения. Основные его качества – вездесущность, вечность, всеведение, любовь, творчество. Вездесущность – это присутствие Бога в любой точке Реальности. В любой, самой мельчайшей, частичке реальности есть Бог, поскольку он и есть Реальность. Вечность – это независимость Бога от времени. Бог всегда был, есть и будет во все времена. Всеведение – это непосредственное, прямое знание Бога обо всей Реальности, поскольку он и есть

Реальность. Любовь – это суть Бога, его проявление в Реальности. Творчество – это создание и изменение Реальности. Фактически, Бог творит меня самого себя.

Бог - это не личность. У Бога нет собственных желаний или требований по отношению к человеку или его Душе. Каждая Душа является частичкой Бога и потому обладает всеми его качествами.

Бог – един. Нет и не может быть разных богов. Все религии, в которых Бог – един, говорят об одном и том же Боге. Просто называют его разными именами. Все религии, в которых много богов, считают разными Богами разные качества одного Бога.

18. Дьявол.

Дьявол, Люцифер, Зло как сущности противоположные Богу и «воюющие» с Богом не существуют. У Бога нет противоположностей. Бог ни с кем не борется. Бог не добр и не зол. Вера в то, что зло существует, вытекает из идеи возможности отделения Души от Бога. Это невозможно в реальности, но возможно в разуме. Разум способен создавать иллюзорный мир, не являющийся реальным. В этом мире иллюзий возможно то, что не возможно в реальности. Концепции добра и зла, возможности отделения от Бога, возможности противостояния Богу, возможности смерти, существование Дьявола – это всё концепции из мира иллюзий. Их не существует в Реальности.

19. Жизнь и смерть

Жизнь – это вечный процесс изменения формы всех «частей» реальности. Реальность не может «не жить», не может «умереть» никакой, самой малой своей частью. Поэтому, слово «смерть» может применяться только по отношению к видимой форме реальности, но не к ней самой. Наше тело может «умереть». На самом деле, оно «умирает» каждый момент времени – в теле постоянно рождаются и умирают клетки; идут химические реакции и физические процессы; что-то постоянно создается и не менее постоянно разрушается. Именно в этом и состоит жизнь тела. Точно так же всё в материальном мире постоянно меняется. Форма – лишь временный сосуд для вечного содержимого. Для вечного содержимого – смерти нет и быть не может.

Иллюзорный мир Эго не является частью реальности, а является искажённым её отражением, наполненным ложными представлениями. В мире Эго есть иллюзия жизни: изменение отражаемых в разуме форм, создание новых, исчезновение старых.

Эго кажется, что есть враги и друзья; что иногда они могут превращаться друг в друга; что есть богатство и бедность; что есть счастливые и несчастные случаи; и так далее.

Эго точно знает, что этот иллюзорный мир исчезнет в момент разрушения тела. Для Эго «смерть» существует и она, конечно, страшит.

Дух совершенно точно знает о бессмертии и вечности как своей, так и Души и всего остального реального мира. Он точно знает, что при разрушении физического тела Душа не исчезнет, не превратится в «ничто», не будет обречена на страдания. Он уверен, что Душа, не ограниченная телом, получит лучшее понимание прошедшей жизни; сможет адекватнее оценить полученный за жизнь опыт; увидит и сможет осознать причины и следствия событий на более высоком уровне.

Душа, как всегда, может выбрать – внимать доводам Эго или знаниям Духа. Ошибочные решения Души не повлияют на результат, но повлияют на качество и процесс жизни.

20. Мы – творцы

Мы созданы по образу и подобию Бога в части творчества. Как часть реальности мы не можем не жить и не менять её своим существованием, своим дыханием, своим движением. Менять – значит, каждый миг создавать что-то новое. Можно выделить три уровня изменения реальности человеком: физический, мысленный, духовный.

На физическом уровне изменения производятся какими-то нашими действиями. Часть из них – бессознательные (например, пищеварение, деление клеток, обмен веществ); часть – полубессознательные (дыхание, зрение, сердцебиение); часть – сознательная (ходьба, плавание, письмо).

Мысленный уровень – то, что работает, обычно, до физического уровня. Чтобы пойти к холодильнику сначала возникает мысль «Может быть что-то поесть?», потом мысль «Надо заглянуть в холодильник», потом уже мысль реализуется на физическом уровне в виде мышечных усилий ходьбы к холодильнику. Именно на этом уровне возможен выбор целей и принятие решений либо Эго («Тебе так плохо! Съешь что-нибудь вкусненькое!»), либо Духа («Твоему телу остро не хватает кальция. Надо бы творожку поесть.»).

Уровень Духа задействуется тогда, есть желание реализации чего-то, что нельзя сделать (создать) напрямую. Все такие мысли, в которые человек вкладывает энергию желания, потребности или намерения реализуются через Дух. Например, человек хочет научиться играть на музыкальном инструменте. Но даже не знает, на каком и как. При этом желание и намерение – есть. Дух человека осведомлён об этом. И о многом другом: способности и ограничения человека, наиболее подходящие музыкальные инструменты, наличие слуха и чувства ритма, где можно взять/купить инструмент, какие есть возможные учителя и так далее. Для выполнения запроса Души на уровне Духа выполняется создание условий и ситуаций, в которых возможно обучение игре на музыкальном инструменте.

Творение всегда начинается на уровне Духа, проходит через уровень мысли и реализуется на физическом уровне.

21. Сила и слабость

Из опыта мы знаем, что для изменений (творчества в широком смысле) нужна сила. Чем больше нужно изменить, тем больше нужно сил. Для изменений важны два аспекта: нужное количество силы (энергии) и умение ей управлять. Если количество силы – мало и недостаточно для изменений, то ничего не выйдет. Это – слабость. Если силы достаточно или даже с избытком, но нет умения ей управлять, то изменения будут, сила будет использована, но не так, как хочется. Это – неумение.

Например, мы хотим поразить цель стрелой из лука. Если физической силы недостаточно, то мы либо не сможем вообще выстрелить из лука, либо стрела не долетит до цели. Если силы хватает, но нет умения ей управлять, то стрела долетит, но не поразит цель.

Любая сила – это часть реального мира. В мире Эго, мире иллюзий нет ничего реального, нет силы. Мы все умеем фантазировать и знаем, что любые фантазии легко создавать и легко развеивать.

Почему же тогда нам так трудно справиться с страхом, завистью, жадностью, одиночеством если это всё – иллюзии и заблуждения? Почему мы часто ощущаем, что нам не хватает на это сил, если мы – могучая часть бесконечной реальности? Откуда наша слабость и как обрести силу?

Причин две.

Во-первых, каждый раз, когда мы Душой поддаёмся на уговоры Эго, мы лишаемся какой-то части силы. Потому что отказываемся от части реальности в пользу вымысла. Тем самым мы уменьшаем количество силы, которую мы могли бы использовать. Мы говорим: «Мне это не по силам».

Во-вторых, полная реализация планов и желаний Эго невозможна ввиду их противоречия реальности. Если планы абсолютно нереализуемы (например, желание превратить «ничто» в что-то реальное), то никакое количество усилий не способно это осуществить. Если планы реализуемы частично (например, чтобы дети сами прибрались в комнате), то план Эго обычно предусматривает неверную форму реализации (заставить детей). Неверная форма реализации всегда очень энергозатратна, так как не является естественной и простой формой управления энергией. Так как Эго не является частью реальности, то для него недоступно в принципе ни понимание, ни умение работы с силой (энергией). Таким образом, мы отказываемся правильно управлять силой и тратим её неэффективно. Наши гневные слова летят мимо цели.

Как надо?

Когда ту же цель (чтобы дети сами прибрались в комнате) мы стараемся достичь правильно, то происходит следующее.

Во-первых, принимая подход Духа, мы наполняем себя, своё сердце, тело, Душу и ситуацию любовью. Любовью к себе, к детям, к чистоте и порядку. Любовь – это ключ к Духу, к реальности, к Душам детей. В этом состоянии предложения Духа о том, что следует сказать или сделать будут совершенно естественны, и приемлемы как для нас, так и для детей. В этом состоянии мы ограничены только тем количеством силы, которое мы сможем почерпнуть из нашей любви к себе и детям. Это количество силы огромно на любых уровнях нашего развития, если мы смогли выбрать Любовь вместо страха.

Во-вторых, не умея управляться с силой совершенным образом, нам не надо пытаться это делать. Мы естественным образом даём возможность Духу выполнить его работу на духовном уровне и дать нам необходимые слова и мысли на уровень мыслей. Он сделает всё, что нужно, идеально, без лишних затрат энергии. Нам останется реализовать пришедшие идеи, сказать нужные слова, сделать необходимые поступки с Любовью. Это мы умеем. Увы, редко практикуем.

Итоги простые: количество нашей силы растёт с каждым её использованием с любовью и уменьшается при каждом отказе от любви в пользу страха; мастерство использования силы не в том, чтобы самим «придумать» решение (это путь Эго), а в том, чтобы принять и использовать решение Духа.

Ещё один пример использования силы: допустим, мы хотим, чтобы вода омывала нас сверху вниз.

Простой, естественный и потому не требующий усилий способ – встать под душ, выйти под дождь, встать под водопад и дать воде омыwać нас. Мы при этом

используем поток силы так, как он течёт и нам почти не приходится управлять им. Важно, что мы хотим то, что сейчас доступно, то, что есть (душ, дождь, водопад). Это путь Любви.

Непростой, неестественный и потому трудный в реализации способ – это зачерпывать воду ладонями, бросать её вверх и вставать под неё пока она падает. Это компромисс. Цель вроде бы и достигнута, но тяжело, неэффективно, без радости и удовольствия. Важно, что мы хотим того, что частично доступно и реализуемо ценой изрядных усилий. Это путь Эго в компромиссном варианте.

Захотеть омыться в месте, где воды нет – надёжный способ потратить кучу сил без результата. Важно, что мы хотим того, чего нет. Это путь Эго в чистом виде.

22. Мастера и мастерство

Говоря о силе, и умении её использовать, необходимо также сказать об ограничениях и их преодолении. Выдающиеся мастера Любви, такие как Иисус Христос или Будда, могли совершать чудеса. Чудеса не противоречат законам природы, хотя и противоречат нашим представлениям о законах природы. Великий мастер может и в пустыне омыться водой, создав дождь над собой из той энергии, что разлита вокруг него. Чем мастер отличается от обычного человека?

Любой человек, любое сознание – это способная к творению частичка реальности. Чем более «плотное» тело, в котором находится сознание, тем больше лимитирован поток силы, который может через него проходить. В некотором смысле, человек подобен трубе, через которую течёт реальность. Чем больше человек боится, тем меньшей частью потока он управляет. Чем больше человек любит, тем большим потоком он может управлять. Можно представить, что труба – резиновая. Она может увеличиваться в диаметре, пропуская больше потока и сжиматься, пропуская меньше. Смерть тела – это тело совсем перестаёт пропускать поток жизни. Разница между мастером и обычным человеком в том, что у мастера и труба очень большого диаметра и с потоком он умеет управляться мастерски. У обычного человека и трубка маленькая и навык управления потоком небольшой. Все великие мастера показывали и говорили две очень важные вещи: во-первых, то, что они делают – возможно для человеческого сознания в человеческом теле; во-вторых, каждый этому может научиться.

Также известно, что у человеческого тела, как и у настоящей резиновой трубы, есть некоторый предел на растяжение, после превышения которого, труба порвётся, а человеческое тело превратится в свет, так как не сможет содержать в материальном теле избыточное количество энергии. Так сгорает электрический проводник, если подать слишком большой ток.

На ментальном и духовном уровне предельные потоки энергии и силы доступны гораздо бОльшие, чем на физическом. Именно поэтому, после того, как Душа покидает физическое тело, для неё это открывает бОльшие потенциальные возможности по развитию в части количества силы.

Любовь позволяет не просто управлять потоком жизненной силы, а быть им. Постоянная практика любви ведёт к гармоничному расширению потока жизненной силы и совершенствованию умения им управлять.

23. Любовь

Любовь – это Бог. Бог – это Любовь. Это вся реальность. Это всё, кроме иллюзий. Она одна на всех. Не может быть много Любвей. Не может быть одна Любовь сильней другой Любви.

Любовь вечна. Её нельзя потерять. Её нельзя кого-то лишиться. Ею нельзя кого-то наградить. Её нельзя победить. Но, больной разум может верить, что Любви нет. Больной разум может отказаться от принятия Любви и убеждать себя, что её нет. Но и в этот момент, он Любви не покидает, так как не может существовать вне реальности. Может только заблуждаться на её счёт.

Любовь – это не эмоция, не чувство. Она не может появляться и исчезать. Нельзя по-настоящему любить кого-то одного. Любить одного – значит, верить в одиночество, и не любить остальных. Это не Любовь, это – влюблённость. Так «любит» Эго. Это его заменитель любви – подделка, иллюзия. Эго старается сделать эту подделку реальностью, но, увы, это невозможно. В этом одна из основных причин страданий Эго.

Любовь – это подлинное, вечное, неизменное Знание, Истина. В ней нет, и не может быть, Веры. Ведь верить можно только в то, чего не знаешь. Если точно знаешь, то верить нет нужды. Вера в Истину, Вера в Любовь – это лишь путеводная звезда во тьме, ведущая к свету.

Любовью можно только быть. Её можно проживать. С её использованием можно творить. Собственно, только из Любви (реальности) и можно творить. При этом Любовь – это и материал для творения, и процесс творения и результат творения и сам творец. Вся красота реальности, как она есть.

24. Влюблённость

Влюблённость – это болезненное порождение Эго. Отсюда истекают все симптомы, следствия и способ лечения. Именно поэтому – «Ах! Мой единственный(ая)!», «Я без тебя не могу», «Мне без тебя плохо». Поэтому, со временем проходит. Поэтому, может повторяться снова и снова. Как и всё, поступающее от Эго, влюблённость полна страхов, сомнений, страданий, надежд, разочарований. Как и всё, что находится в мире иллюзий – неадекватное восприятие всего мира вокруг и самого объекта влюбленности.

Как и все следствия мира Эго, влюбленность не является частью реальности. Так как влюблённость - чистое порождение Эго, то рано или поздно она сталкивается с реальностью, отторгается ею и развеивается. Если во влюблённости смешивается Любовь с Эго (компромиссный вариант) и хватает сил выбрать Любовь и отказаться от Эго, то влюблённость также уходит, уступая место Любви. Большинство людей значительную часть семейной жизни балансируют между Любовью и влюблённостью, так как не хватает сил сделать окончательный выбор в пользу Любви.

25. Творчество

Настоящее творчество начинается там, где нет Эго. Шедевры рождаются в те моменты, когда человеку удаётся полностью выйти из-под власти Эго (хотя бы временно). Творчество - следующий шаг в развитии и следующая большая цель Души после избавления от хватки Эго и окончательного, постоянного выбора Любви в качестве единственного способа жить.

26. Магия и волшебство

Магия – это неявная связь причины и следствия. Волшебство – понимание связи. Для большинства людей электрические приборы – это магические устройства. Мы нажимаем кнопку – загорается свет, кипятится вода в чайнике, появляется картинка на экране телевизора. Если мы не знаем, как это работает – это магия. Проблемы магии возникают тогда, когда она перестаёт работать. Мы нажимаем кнопку, и ... ничего не происходит. Мы зовём мастера. На наш вызов может прийти маг или волшебник. Если мастер не смог выяснить и устранить причину – он такой же маг, как и мы, только чуть более образованный. Обычно, он предлагает заменить весь прибор или какую-то его часть. Если мастер смог найти и устранить причину – это волшебник. Для него нет ничего непонятного или удивительного в проблеме с прибором. Он точно знает что случилось, почему, как исправить.

Эго верит в магию. Верит в магическое: «нажми на кнопку – получишь результат». У него нет другого выбора. Реальность недоступна для Эго, а значит, недоступны ни Знание, ни Истина. Можно только верить и страдать при ошибках.

Любовь - это Знание и Истина. Поэтому волшебство – это естественный и лёгкий ответ Любви и Духа на любые проблемы.

27. Как стать волшебником

Каждый из нас – маг и волшебник. Нас невозможно лишить возможности познавать и творить. Мы все это умеем делать и делаем постоянно. Наша задача – научиться делать это мастерски, с Любовью, постоянно. Это возможно. У нас уже есть для этого всё необходимое: Душа, Дух, жизнь и время. Жизнь даёт нам в изобилии людей и ситуации, в которых мы можем познавать и принимать решения с Любовью. Время даёт нам возможность видеть связь между причиной и следствием и учиться. Дух даёт нам возможность непосредственного знания Истины о себе, мире и людях и служит источником идеальных, любящих решений. Душа способна развивать в себе умение слышать голос Духа, доверять ему, пользоваться Любовью для изменения своей жизни и всего мира.

Первый и важнейший практический шаг к изменению своей жизни в сторону Света – это твёрдое намерение научиться любить по-настоящему. Ваш лучший друг, любящий учитель и реальная опора в жизни – всегда внутри вас. Это ваш Дух. Учитесь общаться с ним, просить его, ставить ему задачи и цели. Он любит вас и мечтает во всём вам помогать. Он умеет это делать. В этом – его цель и смысл. В неразрывной связи и единстве вашей Души, Духа и Бога – гарантия вашей свободы, безопасности, творчества и возможности быть Любовью в любой момент времени.