

# быть и есть тут

Как перестать  
ждать чуда и понять,  
что с вами всё в порядке

18+

Danielle  
ДАНИЭЛЛА ЛАПОРТ

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

# СОДЕРЖАНИЕ

1. Религия самосовершенствования . . . . .	14
<i>Когда поклонение кажется работой</i>	
2. Невероятно большая ложь . . . . .	34
<i>Заблуждения, в которые мы неминуемо влюбляемся на пути к Истине</i>	
3. Истинный поиск . . . . .	52
<i>Как рождается мудрость (намек: парадоксально)</i>	
4. Инстинкт исцеления . . . . .	64
<i>Сам себе аптекарь (это эксперимент!)</i>	
5. Целостная личность . . . . .	76
<i>Особенности ненависти к себе и единственная гарантия любви</i>	
6. Вы уникальны — но не слишком . . . . .	92
<i>В поиске ценности</i>	
7. Сверхчеловечность . . . . .	104
<i>Примите решение реально присутствовать в своей жизни</i>	
8. Открытое нежное сердце. Высокий, мать его, забор . . . . .	112
<i>Границы для духовно сознательных людей</i>	
9. Готовность прощать . . . . .	128
<i>Сложный, суровый путь к милосердию</i>	

[<>>](http://kniga.biz.ua)

10. Душа, готовая к служению . . . . .	140
<i>Осознанный оптимизм и умение отдавать в состоянии наполненности</i>	
11. Вы и есть гуру . . . . .	152
<i>Самая достоверная Истина из всех возможных</i>	
12. Чувство ложной свободы . . . . .	176
<i>Когда таинство секса превращается в катастрофу</i>	
13. Инструменты для обретения силы . . . . .	186
<i>Больше осознанности и уважения, меньше зависимости</i>	
14. Путь внутри пути . . . . .	200
<i>Обходной маршрут к жизнеутверждающей дисциплине</i>	
15. Проницательность превыше всего . . . . .	208
<i>Когда негатив содействует позитиву</i>	
16. Все о страдании . . . . .	218
<i>Душа, боль, точка зрения</i>	
17. Желание, усовершенствованная версия . . . . .	234
<i>Более широкий взгляд на создание реальности</i>	
18. Беззаветная преданность . . . . .	248
<i>Я считаю, вы к этому готовы</i>	
Благодарности . . . . .	257
Вы и есть гуру: самый пламенный книжный клуб в мире . . . . .	260
Об авторе . . . . .	268

Моим подругам в прошлом, настоящем,  
будущем и вечности, без которых я была бы  
крайне неприятной сумасшедшей дамочкой  
и разорилась бы на счетах психотерапевтам.

Вы не позволяете мне забыть о самом важном.

Я был искателем и продолжаю им быть,  
но я перестал задавать вопросы книгам и звездам.  
Я начал прислушиваться к учению своей души.

*Руми*

Вы думаете,  
что вам  
нужен  
архитектор,  
но вы уже -  
храм

# 1

## РЕЛИГИЯ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОГДА ПОКЛОНЕНИЕ КАЖЕТСЯ РАБОТОЙ

Возлюбленные мои,  
Мы собрались здесь сегодня, чтобы пройти через то,  
что называется жизнью.

*Принс*

«Входят в бар три психолога: буддист, агностик и католик...»

Только это не анекдот, а история моих сеансов психотерапии. Был у меня и лайф-коуч, и специалист по раскрытию творческого потенциала, и коуч по ораторскому мастерству, и консультант по интуитивным решениям в бизнесе. Я составила натальные карты и у западных, и у восточных (тех, которых называют «ведическихими») астрологов — ведь неплохо иметь про запас еще одного астролога, если не понравятся предсказания другого. Довелось мне войти в контакт и с богиней Пеле, и с духами-наставниками, и с архангелом Метатроном. Я наладила связь со своим внутренним ребенком, будущим воплощением души и высшими силами своего сайта. Я проработала дюжины прошлых жизней, избавилась от нескольких родовых проклятий и внимательно изучила самый мелкий шрифт в контрактах своей души.

Я хотела почистить карму при помощи гипнотерапии — выяснилось, что на меня гипноз не действует, так что карма осталась при мне. Я с трудом пережила семинары по здоровому образу жизни и гармонии духа, которые проводили заядлые курильщики, вовсю гнобившие группу. Я прогулялась метров семь босиком по дорожке из горячих углей — и не обожглась.

Я верила в силу молитв в инфракрасных саунах, а потом избавилась от микроволновки. Я научилась искусству планирования по теории синхроничности.

По пути на первую встречу в Белом доме я запрятала в бюстгальтер кристаллы для защиты — охрана их не обнаружила, ну а как могло быть иначе с магическим аметистом? Я принимала капли с экстрактами грибов, но отказывалась от обезболивающих таблеток. Я употребляла напитки из сине-зеленых водорослей и чайного гриба. Я медитировала во время кофейной клизмы (и, знаете, если вы сможете медитировать с трубкой в заднице, вы совершенно точно на пути к просветлению). Я читала послания духов о том, как найти свою Вторую Половичинку, — и именно из-за этого как минимум дважды разорвала отношения и упустила несколько шансов на секс с приятными мужчинами. Если бы я меньше зацикливалась на поиске «близнецового пламени», мне было бы куда легче жить. Я временно бросила нью-эйдж и переметнулась к новой физике. *У всего есть причина.*

Выступая в роли «мотивационного оратора», я много раз вещала со сцены, как важно соблюдать личные границы и любить себя так, будто вы держите за это ответ перед Богом. Кажется, многие считали: «Ну уж она-то не потерпит дураков». Но вне сцены я и сама была изрядной дурой. Я с пониманием относилась ко множеству гадостей от поклонников и сотрудников, ведь я была убеждена, что терпение — это признак духовности в поступках, ну или в моем случае — в бездействии. Я старалась больше фиксировать не на желаниях, а на потребностях, но вряд ли бы объяснила, чем одни отличаются от других. Я выбрала своим священным помощником Фредди Меркьюри. И он помог. *Шоу должно продолжаться.*

С таким же смирением и благоговением внимала я всевозможным чудесам исцеления. Лекарь из Нью-Мехико избавил меня от глубокой душевной боли, которую я чувствовала бы годами, не понимая, откуда она. Под конец церемонии он

взмахнул орлиным пером над моей головой и произнес: «Теперь только вперед, только вперед». После того как я попала в аварию на мопеде на Бали, я обратилась к местному целителю, который работал с моими болевыми точками. Я выла в агонии. Он что-то пробубнил, подул на мои коленки и лодыжки, снова нажал на те же самые точки — и боль исчезла. Одаренные подруги лечили меня наложением рук после всех моих великих потерь. Их любовь дарила мне телесный комфорт и душевное облегчение — и смех, который доступен только тем женщинам, которые сами через все это прошли. И как же много тех, кто через это прошел.

Один так называемый энергетический хилер домогался меня и обманул, использовав мою энергию Шакти, мои наличные и мои контакты. Задним числом я понимаю, что это было основательным и абсолютно необходимым испытанием для моих скрытых возможностей. Я привыкла верить, что Свет победит тьму. Сейчас я сама сияющее доказательство этому.

Я как-то преклонила колени перед одним буддийским ламой в Тибете и серьезно спросила:

## «ВЫ НАУЧИТЕ МЕНЯ ВИДЕТЬ ИСТИННУЮ СУТЬ ВЕЩЕЙ?»

Я не раз сидела в позе лотоса, наблюдая за своими вдохами и выдохами. Я осознанно вдыхала страдания тех, кто выжил в цунами, и выдыхала комфорт и восстановление. Я узнала о тщательно скрываемом Евангелии от Марии Магдалины и его невероятно глубоком феминистском посыле. Мое ощущение, что Бог ведет счет, стало рассеиваться. Когда я хорошенко обдумала свой противоречивый опыт медитации, выяснилось, что световые явления, которые я принимала за видения, так или иначе мне попадались в научных текстах и религиозном искусстве.