

ГЛАВА 9

Закон притяжения и Йо'опонопоно

Четкое намерение, выраженное без отчаяния или насущной необходимости в результате, но с детским чувством доверия, веры и радости, открывает возможности, которые никто не мог предсказать или спланировать.

Доктор Джо Витале

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

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

Люди, которым нравится моя книга «Секрет притяжения»* или фильм «Секрет» с моим участием, часто испытывают затруднения при попытке согласования Закона притяжения с практикой Хо'опонопоно. Некоторые даже считают, что я коренным образом изменил свои убеждения, написав книгу «Жизнь без ограничений». Но они ошибаются.

Лично я не вижу никакого конфликта между Законом притяжения и методами Хо'опонопоно — они хорошо работают в связке. Единственное, необходимо указать, что существуют *намерение* и *вдохновение*, и лично я предпочитаю второе.

Позвольте пояснить.

Однажды, когда я спускался в холл офисного здания для проведения тренинга по маркетингу, один из моих слушателей спросил: «Есть ли у вас идеи других программ обучения?»

Вдохновение озарило мой разум.

«Я всегда хотел сделать что-то, связанное с чудесами, — ответил я, — возможно, стоит заняться программой обучения чудесам».

Мы обсудили эту идею и через неделю запустили сайт www.MiraclesCoaching.com. Мы ожидали, что за первые полгода им заинтересуется около 50 человек, но только за первый день существования его посетило 500 человек!

Вот что значит вдохновение.

В конце 2006 года я проводил частный семинар под названием Beyond Manifestation, где рассказал о существовании трех вариантов проявления реальности в нашей жизни.

* Витале Д. Секрет притяжения. Как получить то, что ты действительно хочешь. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.

Никаких ограничений

1. *По умолчанию.* Если вы сознательно не участвуете в событиях своей жизни, то получите реальность, созданную действиями других людей и вашим подсознанием. Это способ жить, не пробуждаясь.
2. *По своему выбору.* Можно сознательно заявить о своих намерениях, что сфокусирует ваше тело, разум и дух в определенном направлении. Этот способ лучше, чем жить по умолчанию, поскольку до определенной степени вы пробуждаетесь и наделяетесь силой.
3. *По вдохновению.* В этом случае вы разрешаете Богу посылать вам новые идеи. Может создаться впечатление, будто они приходят из ниоткуда. Расслабьтесь, оставаясь в сознании и состоянии пробуждения, и пусть события идут своим чередом. В результате вы сможете получить новые идеи. Это более захватывающий и просветленный способ построить свою жизнь.

Намерения сохраняют свою силу. Вы можете нацеливаться на все, что вас интересует, но разумнее предоставить Богу возможность дать вам желаемое. В этом случае главную роль играет вдохновение.

Рассмотрим это под другим углом. Намерения диктуются вашим эго и опираются на пережитый опыт. Они базируются на том, что ваш разум считает возможным. Это значит, что их основу составляют текущие данные и воспоминания. Стало быть, намерения представляют собой встроенные ограничения.

С другой стороны, вдохновение способно озарить ваш разум. Оно приходит к нам от высших сил — можете называть их Богом, Нулем, Дао или как-либо еще. Вдохновение не только просвещает разум, но и простирается за его пределы. Это позволяет вам мыслить более масштабно, чем когда-либо.

Все сказанное можно рассмотреть и с точки зрения этапов пробуждения, которые я описываю в книге «Пробуждение сознания»*. Когда я писал книгу «Жизнь без ограничений», я не знал о наличии четвертого этапа пробуждения (меня интересовал третий). Но он действительно существует, и на нем происходит единение человека с Богом. Достичь этого можно с помощью Хо'опонопоно.

Ниже перечислены четыре этапа пробуждения.

1. *Состояние жертвы.* На этом этапе живет большинство людей. Независимо от того, что происходит, это вина всех и каждого. Это мир поиска виновного. В нем большинство людей, как писал Генри Торо, ведет «жизнь тихого отчаяния».
2. *Наделение силой.* В фильме «Секрет», а также в книгах «Секрет притяжения» и «Думай и богатей», описывается наделение силой. Это весело и захватывающе. Но иногда вы сталкиваетесь с чем-то, что не поддается контролю. Например, смерть или серьезное заболевание, которые ставят перед вами ограничения. Вы понимаете, что абсолютно не владеете ситуацией. Это просто

* Витале Д. Пробуждение сознания. 4 шага к жизни, о которой вы мечтаете. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2012.

Никаких ограничений

невозможно. Но так вы подготавливаетесь к следующему этапу.

3. *Смирение.* Как учил меня доктор Хью Лин, это этап Хо'опонопоно. На нем вы не пытаетесь управлять миром, а стараетесь реализовать свои намерения и прислушиваетесь к голосу вдохновения. Вы доверяете запущенному процессу и учитесь настраиваться на одну волну с Богом. Вы доверяетесь ему.
4. *Просветление.* На последнем этапе пробуждения ваше эго сливается с Божественным разумом. Этого этапа достигают немногие. Со стороны невозможно сказать, кто просветлен, а кто нет. Нет никакого способа определить это. И дается это по благодати. Нельзя самостоятельно получить просветление. От вас это не зависит. Все ваши действия ограничиваются очищением и подготовкой. Это вовсе не отменяет Закона притяжения, как обучение в институте не отменяет знаний, полученных в начальной школе. Данный закон — элемент вашего развития, ступень на лестнице пробуждения или, как бы сказал покойный доктор Дэвид Хокинс, «уровень сознания на шкале». Закон притяжения не вступает в противоречие с Хо'опонопоно. Они просто находятся в разных плоскостях духовного сознания.

Я всегда говорил, что Закон притяжения напоминает гравитацию — он существует и его действие очевидно. Вы можете его отвергать, но он все равно работает, хотя

и не дает полного понимания жизни. Вдохновение — более совершенный инструмент. Самый разумный подход — не торопиться и *довериться* вдохновению. Именно так появился текст этой главы. Я остановился, чтобы выкурить сигару, и позволил своим мыслям где-то витать. Назовите это медитацией или отправлением дымовых сигналов Вселенной, однако внезапно мне пришла в голову идея написать главу о том, как зарождалась моя программа обучения Miracles Coaching®. Это было непередаваемое чувство, и я бросил все дела, чтобы сделать это.

Обратите внимание: у меня не было *намерения* писать эту главу. На меня снизошло *вдохновение*. Это большая разница.

Несколько лет тому назад я решил стать певцом и композитором. Этот пункт входил в список дел, которые я хотел успеть сделать в своей жизни. Я имел намерение, но, кроме того, был перегружен большим количеством данных. Я не умел петь, играть на гитаре и писать песни и не был уверен в том, что смогу этому научиться. В конце концов, в школе меня считали отстающим, отсаживали на специальный ряд, а в колледже я заваливал практически каждую сессию. Я никогда себя не переоценивал, поэтому как я мог надеяться, что стану музыкальным исполнителем и автором песен?

Конечно, я очищался, повторял четыре ключевые фразы. С помощью очищения мне даже удалось избавиться от чувства невозможности достичь желаемого. Я не сложил руки и продолжил очищаться, уменьшив в результате своих огромных внутренних демонов до размера маленькой мышки; потом они превратились в тихий шепот, а затем практически исчезли.

Никаких ограничений

Кроме того, я написал несколько хороших композиций. Созданная в ходе практики Хо'опонопоно песня Got a Problem? вошла в мой второй песенный альбом под названием Strut! Она имеет наибольший рейтинг среди моих произведений, доступных на iTunes. Я горжусь ею и другими композициями, например песней Today's the Day! (которая тоже вошла в альбом Strut!).

Как мне удалось стать певцом и композитором при полном отсутствии опыта?

Я объединил намерение с очищением, то есть Закон притяжения с практикой Хо'опонопоно.

Я приготовил духовный коктейль, который напоил меня счастьем. Эта история показывает, как работают Закон притяжения и Хо'опонопоно.

Я планировал создать продукт, но при этом очищался и позволил ситуации идти своим чередом. Я сделал то же самое, что и в случае с четырьмя людьми, о которых рассказывал в предыдущей главе, — собирался помочь им в прямом эфире, но при этом очищался и пустил ситуацию на самотек.

Определите свои намерения.

Очищайтесь и отпустите ситуацию.

Просто, правда? Да, очень важно поддерживать баланс. Вы хотите сосредоточиться на своем желании, но без привязанности, зависимости от чего-то, необходимости в конечном результате и отчаяния. Если вы тянете с собой что-либо из этого багажа, то очиститесь и освободитесь от него.

Идеальный вариант — пребывать в таком состоянии духа, которое можно выразить фразой: «Ведь это будет здорово?!»

При изучении Закона притяжения большинство людей задаются вопросом, как именно он работает. Они определяют свое намерение, а затем начинают гадать и беспокоиться о том, каким именно образом должен воплотиться результат.

Они хотят знать, как работает закон, и в этом заключается ошибка.

В книге «Секрет притяжения» я писал, что после того, как вы заявили четкое намерение, нужно отпустить ситуацию, предпринимая действия по вдохновению. Но что именно это означает?

Возможно, следующая история поможет прояснить смысл сказанного.

В 2012 году я встретился у себя дома с моим личным тренером Скоттом Йорком и актером и бодибилдером Луи Ферриньо (наибольшую известность Луи принесла главная роль в телевизионном сериале «Невероятный Халк»). Время, проведенное в компании Луи, стало лучом света в моей жизни. Он очаровательный и открытый человек. Я никогда не забуду часов нашего общения и его самого.

Вместе со Скоттом мы стали гадать, с кем бы еще встретиться.

Очевидным ответом на этот вопрос было имя человека, который стал живой легендой, — конечно же, мы мечтали познакомиться с Арнольдом Шварценеггером. Мы оба прочитали его автобиографию и восхищались его достижениями. Список его рекордов потрясает воображение. Арнольд не останавливается даже в возрасте 65 лет. У него есть новые цели, увлечения, проекты, новые фильмы и неослабевающее желание достигнуть большего.

Никаких ограничений

Мы решили, что он — самая подходящая кандидатура. Это и стало нашим новым намерением.

Но как же его осуществить?

Мы не строили планы, не звонили знакомым и не просили об официальном визите. Я бы мог это сделать. В конце концов, я знаю людей, которые знакомы с Арнольдом Шварценеггером. Я бы мог обратиться к ним с просьбой представить меня.

Но я не стал делать ничего подобного. Не делал этого и Скотт.

Почему? Мы не чувствовали вдохновения на подобные действия.

Когда я говорю «пустите ситуацию на самотек и принимайте действия по вдохновению», это означает, что нужно отпустить любую привязанность, зависимость от чего-то и необходимость в достижении результата. Понадобятся только вера, доверие. Следует помнить, что намерение должно воплотиться, но на это будет свое время и место. Либо же произойдет нечто лучшее, что заменит ваше намерение. Откажитесь от любых догадок о том, как именно это случится.

Однако такая отстраненность — только элемент формулы успеха.

С другой стороны, когда вы чувствуете вдохновение, нужно действовать.

Однажды вечером Скотт возился со своим iPhone, просматривая сообщения электронной почты, пока его дети играли и смотрели телевизор. Тема одного письма звучала следующим образом: «Хочешь встретиться с Арнольдом?»

Скотт не мог поверить своим глазам. Он подумал, что это шутка или спам, однако открыл сообщение и прочел, что живущий неподалеку человек, у которого были связи с кинобизнесом, организывает премьерный показ последнего фильма с участием Арнольда Шварценеггера — «Возвращение героя». Он проводит конкурс, 20 победителей которого смогут посмотреть фильм, а затем принять участие в частной беседе с Арнольдом Шварценеггером и Джонни Ноксвиллом.

Скотт все равно сомневался в том, что выиграет билет, но почувствовал вдохновение и был готов рискнуть.

Организатор мероприятия попросил каждого участника написать о себе небольшой рассказ и приложить фотографию. Скотт выполнил эти требования, отправил письмо и забыл об этом. Но тем же вечером он получил ответ: «Вы выиграли!»

Организатор сообщил, что Скотт может пригласить на мероприятие своего друга, и мы вместе отправились на премьеру фильма. После просмотра в компании еще нескольких человек мы задавали Арнольду Шварценеггеру вопросы о фильме («замечательный»), политике («грязная»), его целях («много»), будущем («съемки в кино»), графике физических упражнений («ежедневно») и тому подобные. Мы реализовали наше намерение!

Каким образом нам это удалось?

Искреннее желание, выраженное без отчаяния или насущной необходимости в результате, но с детским чувством доверия и радости, открывает возможности, которые никто не в силах предсказать или спланировать. Нам лишь оставалось предпринять действие, когда к нам пришло вдохновение. И мы это сделали.

Никаких ограничений

Вот так работает Закон притяжения.

О чем вы мечтаете? Что очень хотите сделать или получить?

Арнольд сказал, что отец учил его быть полезным другим людям, и этому совету он следовал всю жизнь. Приносите пользу!

Какое намерение доставит удовольствие вам и одновременно принесет пользу другим? При наличии такого сочетания Закон притяжения переходит на повышенную передачу. Не беспокойтесь о том, как реализуете свой план. Когда идея начнет проявляться, действуйте.

В чем состоит ваше намерение, направленное на благо других людей?

Заявите о нем и пустите события на самотек, одновременно обращая внимание на свои устремления и открывающиеся возможности. Когда почувствуете вдохновение, действуйте — так осуществляются мечты.

Здесь вам может помочь Хо'опонопоно, поскольку когда появляется зависимость от определенного результата, от нее необходимо избавиться. Вы должны оказаться в нулевом состоянии, где у вас все хорошо как при наличии планов, так и без них.

Доктор Хью Лин говорит, что вам вообще не нужно намерение, повторяя: «Просто очищайтесь, чтобы Бог мог действовать посредством вас».

Для меня это звучит как намерение.

Однажды я спросил у Хью Лина: «Когда вы продолжаете очищаться, то может ли к вам прийти вдохновение на выполнение какого-то действия?»

«Разумеется, — тут же ответил он, — во время очищения вы убираете все со своего пути, поэтому Ноль может подсказать вам, что нужно делать».

Занимаясь Хо'опонопоно, вы пропальваете сорняки в своей душе и избавляетесь от прежних воспоминаний, что позволяет вам слышать вдохновение, когда оно вас позовет.

Вдохновение может ощущаться как указание от Бога. Оно глубже, чем ваш разум. Вы чувствуете его в своем теле. У вас появляется ощущение, что нечто, что сильнее вас, заставляет вас выполнить какое-то действие. Вдохновение подталкивает вас изнутри.

Например, однажды я обедал с Уильямом Арнцем, продюсером популярного фильма «Сила мысли: что мы об это знаем». Я спросил у него: «Ты работаешь над следующим фильмом?»

«Пока нет, — ответил Уильям, — я не получил приказа о выступлении».

Я знал, что он имеет в виду. Приказ о выступлении — это благословение Бога на какое-либо действие. Это напоминает знаменитую сцену из фильма «Братья Блюз», где один из героев повторяет: «У нас миссия от Бога».

Некоторые из моих песен пришли ко мне как приказы о выступлении. Композиция Ghost Train (из альбома Healing Song) появилась будто из ниоткуда. Даже опытные музыканты, услышав первые ноты, спрашивали меня: «Что это?» Она звучит как нечто совершенно необычное. Так и есть. Эта песня — дар вдохновения. Я мог бы сопротивляться ее записи, но я хотел выполнить приказ о выступлении — записать и спеть эту песню.

Никаких ограничений

Многие из моих книг появились аналогичным образом. За созданием книги «Жизнь без ограничений», вне сомнения, стоит сила, бо́льшая, чем я сам. Я написал эту книгу меньше чем за две недели и чувствовал себя скорее стенографистом, чем писателем. Невидимая рука направляла меня и управляла моими чувствами. Это единственная книга, которую я никогда не перечитывал, поскольку у меня возникает ощущение, будто ее писал кто-то другой, хотя в действительности это был я. (Доктор Хью Лин указан как ее соавтор, однако он открыто признавал на семинарах, что никогда ее не читал.)

Еще раз хочу подчеркнуть, что в том, чтобы заявлять о своих намерениях, нет ничего неправильного.

Однако более возвышенный жизненный путь предполагает постоянное очищение до тех пор, пока к вам не придет вдохновение, после чего оно может стать новым намерением. Превратите намерение, полученное в результате вдохновения, в приказ на выступление. С этого момента вам нужно занять обособленную позицию, проявить полное смирение относительно конечного результата и продолжать очищаться.

Эта позиция открывает дорогу к пробуждению: у вас есть желание, но вроде бы и нет; у вас есть намерение, но одновременно нет; вы чего-то хотите, но в то же время и не хотите. Ваше расположение духа позволяет пустить события на самотек, когда вы пытаетесь реализовать вдохновенное намерение.

Когда ваша вера настолько крепка, что вы полностью доверяете текущему моменту, не думая о будущем, вы на шаг приближаетесь к Богу. Если задача вам кажется

сложной, используйте Хо'опонопоно, чтобы устранить препятствия. Любые сомнения и неуверенность представляют данные в вашем компьютере. Сотрите их, чтобы освободиться.

В результате вы сможете получить или сделать все, что захотите. Однако, вероятно, вы мудро предпочтете то, что приготовил для вас Бог.

Не забывайте, что постоянное очищение позволяет удалить данные из вашего разума, чтобы наполнить его чем-то большим.

Очищайтесь, очищайтесь, очищайтесь!