

A woman with long blonde hair is shown in profile, looking out a window. Her hands are clasped together in a prayerful or contemplative gesture. The window glass is covered in rain droplets, and the background is dark, suggesting it is nighttime or raining heavily. The overall mood is one of reflection and seeking answers.

РОБИН НОРВУД

**ПОЧЕМУ ЭТО
ПРОИЗОШЛО?**

**ПОЧЕМУ
ИМЕННО
СО МНОЙ?**

**ПОЧЕМУ
ИМЕННО
СЕЙЧАС?**

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

Книги Робин Норвуд

Женщины, которые любят слишком сильно
*Если для вас любить означает страдать,
эта книга изменит вашу жизнь*

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

Размышления на каждый день
для женщин, которые любят
слишком сильно



Подробная информация
о книгах Робин Норвуд
на веб-сайте издательства «Добрая книга»

Робин Норвуд

автор бестселлера

«Женщины, которые любят слишком сильно»

ПОЧЕМУ
ЭТО ПРОИЗОШЛО?
ПОЧЕМУ
ИМЕННО СО МНОЙ?
ПОЧЕМУ
ИМЕННО СЕЙЧАС?



*Как отвечать на вызовы,
которые бросает нам жизнь*

УДК 111.159.9, ББК 88.37, Н 79

Почему это произошло? Почему именно со мной?
Почему именно сейчас? Как отвечать на вызовы,
которые бросает нам жизнь. / Робин Норвуд. Пер. с англ. —
М.: ООО «Издательство «Добрая книга», 2016. — 272 с.

ISBN 978-5-98124-695-1

Международный бестселлер Робин Норвуд «Женщины, которые любят слишком сильно» перевернул наши представления о любви и помог нескольким поколениям женщин во всем мире избавиться от созависимости и выйти из неблагоприятных 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 различные эзотерические традиции и доктрины, альтернативную медицину и практики целительства.

В своей новой книге Робин Норвуд предлагает читателям революционный взгляд на смысл невзгод и страданий, через которые проводит нас судьба. Она научит распознавать цели души за нашими бедами и вдохновит вас на глубокую трансформацию, чтобы исполнить стоящие перед нами жизненные задачи, начать жить полноценной жизнью и исцелять самые глубокие сердечные раны.



Издательство «Добрая книга»

Для оптовых покупателей: (495) 650 44 41.

Адрес для переписки/e-mail: mail@dkniga.ru

Адрес нашей веб-страницы: www.dkniga.ru



Все права защищены. Любое копирование, воспроизведение, хранение в базах данных или информационных системах, передача в любой форме и любыми средствами — электронными, механическими, посредством фотокопирования, записи или иными, включая запись на магнитный носитель, — любой части этой книги запрещено без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© Робин Норвуд, 1994.

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

Оглавление

Благодарности

8

Введение

11

Глава первая

Почему это произошло именно со мной?

25

Глава вторая

Что пытается сказать мне мое тело?

51

Глава третья

Вижу ли я полную картину своей жизни?

67

Глава четвертая

В чем смысл страданий?

103

Глава пятая

Почему мне с таким трудом даются отношения?

135

Глава шестая

За что мне достались такие родственники?

169

Глава седьмая

Куда я направляюсь и когда я туда попаду?

197

Глава восьмая

Как помочь себе и другим исцелиться

231

Послесловие

265

Рекомендуемая литература

271

*Эта книга с благодарностью посвящается
всем моим учителям*

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. Сьюзан Шульман, 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.

Сьюзан, 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 разговорилась 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 читательниц.

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*, 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 выздоровление. А я неблагодарно подумала: «По-

* Речь идет о книге «Ежедневные медитации для женщин, которые любят слишком сильно» (М.: Добрая книга, 2016). — Прим. ред.

чему 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, терзала, 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 (дисфунк-

циональной) 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 закрепились 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 способ-

ствовать 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 ос-

мыслена 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, частью 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?

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, — почувствовала 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 мобилы, 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 мобилы. 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 упряма вынуждены иметь

дело непосредственно друг с другом. И сдается 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 называет 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 по-

быть 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, рвется. 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 пожиается 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 материи, 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, при-

вели 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. Случайные 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 проис-

ходит 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 замедлены 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: «Раз-

умеется, дорогая моя. Они необходимы. Они — молот, выковыывающий тебя».

После сеанса мы обсуждали произошедшее, и ответ проводника произвел глубочайшее впечатление на нас обеих. «Молот, выковыывающий 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

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.

практическая психология

ISBN 978-5-98124-695-1



9

7 8 5 9 8 1 | 2 4 6 9 5 1

16+

Внимание,
возрастные
ограничения!

www.dkniga.ru
ДОБРАЯ КНИГА



книги для высокоэффективной жизни™