

ДЕНИЗ ЛИНН

ОПЫТ ПРОШЛЫХ ЖИЗНЕЙ

КАК УЗНАТЬ
О СОБСТВЕННЫХ
ОШИБКАХ
И ИСПРАВИТЬ ИХ



Дениз Линн

**Опыт прошлых жизней.
Как узнать о собственных
ошибках и исправить их**

ИГ "Весь"

2008

Линн Д.

Опыт прошлых жизней. Как узнать о собственных ошибках и исправить их / Д. Линн — ИГ "Весь", 2008

Кем вы были в прошлой жизни, кого любили или ненавидели, от кого страдали и кому причиняли боль? Это тайна, но именно она определяет то, как вы живете сегодня. Дениз Линн, опытный психотерапевт и исследователь, заинтересовалась темой прошлых жизней в возрасте 17 лет – после того, как пережила клиническую смерть в результате трагического случая. Долгий путь духовных и научных поисков, собственный опыт исцеления и многочисленных путешествий в прошлое, а также опыт сотен пациентов, с которыми работала Линн, – все это легло в основу книги, которую вы держите в руках. Помимо захватывающих историй, в ней вы найдете несложные психологические техники, благодаря которым можно активизировать воспоминания, хранящиеся в глубоких слоях подсознания. Практики, предложенные на страницах этой книги, помогут вам исцелиться от вины, обиды, страхов и физических недугов, активизировать таланты и скрытые способности, установить связь с ангелами и духовными наставниками. Для широкого круга читателей. Ранее книга выходила под названием «Прошлые жизни, сегодняшние чудеса. Как изменить прошлое, чтобы исправить настоящее».

© Линн Д., 2008

© ИГ "Весь", 2008

Содержание

Предисловие	6
Почему именно сейчас?	7
Начинается новый цикл	8
Глобальное очищение	9
Личное очищение и обновление	10
Введение	11
Глава 1	12
Преобразованная жизнь: прошлое, настоящее и будущее не являются строгой последовательностью	14
Излучаемый миром свет и звук	16
Клиническая смерть: соприкосновение со светом	17
Дверь в мои сны	18
Мой путь к исцелению	19
Любое исцеление является самоисцелением	20
Мое путешествие к начальным стадиям развития	21
Отравленная в Индии	21
Точки нажатия как секретные каналы в прошлые жизни	23
Прошлые жизни и похудание	24
Как открытие моей прошлой жизни оздоровило мою теперешнюю жизнь	26
Обет бедности в прошлой жизни влияет на вашу сегодняшнюю жизнь	28
Групповой возврат в прошлое – встреча с теми, кого вы знали раньше	30
Глава 2	33
Реинкарнация и история	34
Родственные души	35
Любовные пары	37
Закон кармы	39
Взгляд на карму коренных американцев	40
Проявления кармы	40
Моментальная карма	41
Проживание нескольких жизней в одном теле	42
Судьба и свобода воли	43
Переселение душ: может ли кто-то в прошлой жизни быть животным?	45
Конец ознакомительного фрагмента.	46

Дениз Линн

Опыт прошлых жизней. Как узнать о собственных ошибках и исправить их

*Посвящается моему мужу Дэвиду и моей дочери Мэдоу,
совершающим совместное путешествие во времени и пространстве*

Denise Linn

Past Lives, Present Miracles

Публикация на английском языке: 2008, Hay House Inc., USA

«Настраивайтесь на волну Hay House на сайте: www.hayhouseradio.com»

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Предисловие

Время пришло!

Чудеса могут происходить в вашей жизни просто и без особого труда. Необходимо только помнить, кто вы есть – этот процесс помогает убрать преграды, которые стоят между вами и вашей душой. Почти все из этих препятствий уходят корнями в далекое прошлое, поэтому, чтобы освободиться от них, очень полезно совершить путешествие во времени. Тем не менее, большинство из нас настолько подвержены ограниченному вероучению о том, кто мы есть на самом деле, что совершить это путешествие становится практически невозможно. Эта книга научит вас, как это сделать.

Если вы действительно хотите узнать, кто вы есть, и готовы к чудесам в жизни, книга «Опыт прошлых жизней» раскроет секретные пути, которые помогут освободиться от внутреннего хаоса, чтобы достоверно узнать, зачем вы здесь. Используя эти знания, вы научитесь выражать свои сокровенные мечты. Время пришло! Вы не держали бы в руках эту книгу, если бы не были готовы начать путешествие.

Почему именно сейчас?

Это удивительное время, чтобы жить. На самом деле еще не было более эффективного времени, чтобы выйти за рамки личных ограничений и начать движение по кармической дорожке навстречу вашему максимальному потенциалу. Именно сейчас, после миллиардов лет эволюционных витков, вы действительно имеете возможность пройти полный цикл программы души. После того как наша планета вступила в новое тысячелетие и в новую вибрацию, вы, наконец-то, сможете решить старые проблемы, возникшие в прошлых жизнях... и в результате этого жизнь наполнится чудесами!

Мой учитель Дансинг Фитер из Таос Пуэбло в Нью-Мехико зародил семена этой книги много лет назад. Он был простым и скромным, но нес в себе великую мудрость. Хотя мы с ним были представителями разных родов, этот спокойный старый человек помог мне более глубоко соединиться с моими предками из племени чероки. Он делился со мной пророчествами для нашего времени и говорил о важности освобождения от теней прошлого.

Я помню один теплый летний вечер, который провела вместе с ним. В выцветшей футболке и сильно поношенных джинсах он сидел, скрестив ноги, на траве выжженного солнцем плоскогорья. Мягкий ветерок шуршал сухой листвой и разгонял ее вокруг нас. Я старательно прислушивалась к голосу своего учителя. Казалось, что его кожа пылает, отражая багровый закат. Несмотря на то, что глубокие морщины избороздили его лицо, а его некогда иссиня-черные волосы разбавила седина, во время разговора он проявлял живую, детскую смиренность. Иногда он прерывал свою речь и устремлял взгляд вдаль. Его глаза, покрытые пеленой времени, как будто всматривались в его внутренний мир. Через мгновение он снова продолжал говорить.

Начинается новый цикл

Дансинг Фитер сообщил мне, что Земля находится в конце длинного цикла – времени завершения и возрождения – и нас ждут многочисленные перемены в устройстве жизни. Он сказал, что возрождение будет тяжелым процессом для многих людей, потому что они потерялись, то есть утратили связь со своими корнями и не знают, кто они. Они не способны найти себя во всех без исключения частях природы. Мой добрый учитель говорил, что человеческие существа неотделимы от гор, бескрайнего неба, лугов и морей... мы являемся частью всего: большого и маленького. К сожалению, некоторые забыли об этом.

Он говорил о значимости снов и о том, что наши ночные путешествия являются входом во внутренние миры. Через какое-то время они станут источником вдохновения и исцеления и будут играть все более важную роль в нашей коллективной эволюции. Он также объяснял, что необходимо избавляться от следов прошлой боли, страдания и обиды, так как они удерживают нас от полного восприятия красоты окружающего мира. Мы должны научиться прислушиваться к внутренней мудрости, а также к духовным основателям и проводникам вокруг нас. Чтобы помнить, кто мы есть на самом деле, мы должны стремиться к высоким целям.

Мой учитель с волнением говорил о нашем великом потенциале, который мы должны раскрыть в будущем. И хотя не говорил конкретно о прошлых жизнях, он обсуждал необходимость внутреннего и внешнего очищения и исцеления старых ран.

Спустя годы после смерти Дансинга Фитера я поняла мудрость его слов. Наша планета действительно быстро изменяется – именно как он и предсказывал. Налицо огромные изменения в технологии и природных ресурсах, которые влияют на наш способ взаимодействия друг с другом и с окружающей средой. Общество в большинстве своем забыло, что все на планете связано между собой, причисляя нас всех к миру живых в узком смысле этого слова, забывая о духовной стороне каждого существа. Мы забыли, что наш мир полон звуков жизни и вибрирует энергией Духа.

Глобальное очищение

Реакция Вселенной на планетарный дисбаланс подобна реакции тела на травму. Когда мы страдаем от телесных повреждений, организм реагирует тем, что посылает целительную энергию к больному месту.

Мы не осознаем бесчисленные биохимические процессы, которые происходят в иммунной системе. Так или иначе, когда мы травмированы, тело автоматически реагирует – это естественный процесс.

Человеческий организм является микромиром во Вселенной. Другими словами, нашу планету можно сравнить с клеткой в организме живого мира. Как раз сейчас планета повреждена, и мы все находимся под влиянием этого. Вселенная посылает нам целительную энергию так же, как человеческая иммунная система активизируется, когда обнаруживает повреждение.

Глобальное очищение похоже на очистку водоема со стоячей водой. Верхние шесть дюймов воды могут казаться чистыми, но дальше она заполнена осадком и различной растительностью. Когда происходит неожиданный приток свежей чистой воды из источников, бьющих на дне, вся зловонная вода поднимается вверх. Кратковременные эффекты кажутся хаотичными, так как водоем выглядит хуже – он мутный и загрязненный гниющими частицами. Тем не менее, процесс очищения очень важен для здоровья водоема, вода в котором скоро становится кристально чистой и вкусной. Наша планета сегодня похожа на водоем со стоячей водой: новые восходящие потоки подобны освежающим источникам, вызывающим циркуляцию, так как они дают начало удивительному очищению и исцелению.

Личное очищение и обновление

Поскольку впереди нас ожидают захватывающие, трудные, но интересные времена, мы имеем небывалый потенциал для освобождения от тяжелого бремени, которое каждый носит в себе на протяжении всей жизни до глубокой старости. Разрушение старых структур и иерархий на космическом уровне означает, что древние запреты и препятствия оказались на поверхности. Планета наполняется новыми энергиями, и люди наблюдают воскрешение проблем прошлого, что выражается в ощущениях дезориентации и беспокойства. Многие имеют дело – и заново разбираются – со своей скорбью, страхом и гневом по поводу ситуаций, которые ранее были глубоко запрятаны внутрь или отвергнуты.

Подавленные боль и страдания в этой жизни, равно как и в прошлых жизнях, сейчас выходят на свет, так как многие люди пытаются преодолеть барьеры, мешающие их целостности. Вся наша боль, вызванная разъединением с Душой, накопленная внутри нас за бесчисленное количество жизней – и существующая внутри нас в виде подавленных воспоминаний, – вызывает об избавлении. Никогда ранее в истории планеты мы не имели такой возможности как сейчас, чтобы по-настоящему освободиться от ограничений прошлого.

Глубоко внутри каждого из нас находится огромный, взаимосвязанный мир, где прошлое, настоящее и будущее сплелись в великое гармоничное сочетание света и звука. Это место обитания души – место внутри нас, подлинное и достоверное. Оно вечно и безгранично... не подвержено никаким изменениям во время многочисленных воплощений. Мы вступили в новое тысячелетие, и завеса между внутренними мирами и окружающим нас внешним миром становится тоньше. Мы способны проникнуть в свой собственный мистический мир и увидеть внутреннюю истину, скрытую от нас на протяжении длительного времени.

Существует много темных пятен, которые проявляются в жизни: страх, низкая самооценка, гнев, печаль, бедность, одиночество, самоограничительные взгляды, болезни и смерть. Они почти всегда берут начало в прошлых жизнях. Задача на предстоящие годы состоит в том, чтобы обратить внимание на свои темные пятна и посмотреть, кем вы были в прошлых жизнях, для того, чтобы настоящая жизнь стала богаче. Но путешествие за пределы тьмы потребует готовности к риску – и только те, кто рискнет, будут по-настоящему жить.

Предстоящее странствие предлагает вам также проявить благосклонность прощения – быть готовым простить то, что вы сделали другим людям в прошлом, и то, что другие сделали вам в этой жизни и за ее пределами. Истинное прощение помогает принять образ жизни отличный от вашего, а это является проявлением силы. Время пришло. Путешествие в прошлые жизни может стать поворотным пунктом и раскрыть ваши самые глубокие уровни милосердия и преобразования.

Процесс, описанный в этой книге, активизирует священное путешествие души, и однажды выбрав этот путь, вы не сможете вернуться назад. Так или иначе, если вы вступите на этот путь, в жизни начнут происходить чудеса, возрастет ваша способность воспринимать мощную глубину любви – любви к себе, к другим людям и к планете в целом. Этот путь может изменить мир к лучшему.

Введение Об этой книге

Поскольку преобразование нашей планеты становится более интенсивным, изучение прошлых жизней может стать расширяющимся источником исцеления и вдохновения. Но как наилучшим образом использовать преимущества имеющихся в настоящее время энергий для персонального роста и развития? Каким образом вы можете вспомнить, кем были в прошлых жизнях, и затем освободиться от негативного программирования, перенесенного в вашу настоящую жизнь? Как поможет освобождение от преград прошлого создавать чудеса в вашей теперешней жизни? Что делать, чтобы помнить сны и понимать, что они пытаются вам сообщить? Почему это время является очень значимым в истории? В следующих главах я дам простые, жизненные ответы и решения.

Эта книга предлагает легкие для исполнения методики, которые помогут вызвать события ваших предыдущих жизней. Она дает толкование реинкарнации и карме, а также объясняет, почему эти концепции так важны в данное время. Она научит, как использовать информацию прошлых жизней для определения, кем вы были в прежних воплощениях. На страницах книги вы найдете специальные методы по освобождению от таких устойчивых состояний, как страхи и фобии, физические заболевания, трудности в общении и препятствия для процветания и творчества. Кроме того, вы узнаете о ваших духовных проводниках и изучите упражнения, которые позволят вступить с ними в контакт.

В связи с тем, что скорость вибрации планеты продолжает увеличиваться, жизненно важным является то, что вы прислушаетесь к тайнам вашей души. Я научу вас, как программировать, запоминать и объяснять эти послания.

В книге представлены примеры возвращения в прошлое – некоторые из них принадлежат моим пациентам, другие я взяла из пришедших ко мне писем или из бесед с людьми, которые принимали участие в моих семинарах о прошлых жизнях. В некоторых случаях я непосредственно использовала отрывки из писем, но если допускала перефразирование или сокращение описаний для более легкого их восприятия, то старалась в наибольшей степени сохранить индивидуальный характер ощущений автора. В некоторых историях я изменила имена участников, чтобы избежать вмешательства в их личную жизнь.

Именно сейчас на многих уровнях человеческой эволюции начинают происходить невероятные, захватывающие изменения, предсказанные национальными культурами со всего мира. Целью этой книги является предоставление информации и методов, которые покажут вам, как изменить прошлое, чтобы создавать чудеса, испытывать радость от повседневной жизни и подготовиться к наступающим событиям.

Мы являемся духовными наследниками нашей планеты. Если мы сможем освободиться от старых преград и ограничений прошлого и прислушаться к указаниям нашей души, то сумеем смело войти в будущее.

Глава 1

Мое путешествие в прошлые жизни

Мое путешествие в прошлые жизни началось очень драматично летом 1967 года, когда мне было семнадцать лет. Я каталась на мопеде по сельской дороге в окрестностях нашего небольшого фермерского хозяйства на Среднем Западе. Был тихий, подернутый дымкой день. Мои волосы развивались на ветру, когда я ехала мимо пышно зеленеющих кукурузных полей.

Неожиданно мое спокойствие было нарушено, когда неизвестная машина преградила мне дорогу, сбив меня на землю. Вскочив на ноги, я увидела мужчину, направившего на меня ружье. Темное дуло ружья казалось огромным. Я понятия не имела, кто это был. Я ничего ему не сделала... и не знала, почему он так себя вел по отношению ко мне.

Перед тем как он нажал на курок, в моей голове промелькнула мысль: «*Он целится слишком низко*». Прогремел выстрел, я осталась лежать на обочине дороги, истекая кровью. Меня обнаружил проезжавший мимо торговый агент и вызвал «Скорую помощь».

В палате экстренной терапии горели чересчур яркие лампы. Острая боль буквально пронизывала меня, и резкие голоса эхом отдавались в мозгу. Я слышала, как люди в ужасе кричали: «Ее застрелили!»

Постепенно лампы начали тускнеть, и боль отступила. Я ощущала себя спящей в уютной, мягкой темноте, где я отдыхала как бы в надувном коконе. Это было как раз в тот момент, когда, как мне сообщили позже, доктор подумал, что я умерла.

Внезапно кокон лопнул, и я окунулась в золотой свет. Фактически я была не просто окутана светом – я сама *была* светом. Станным было то, что это не казалось мне необычным; это ощущалось абсолютно нормальным. Потом я услышала невероятно приятную и чистую по звучанию музыку. Волны звуков и света струились сквозь меня до тех пор, пока ко мне не пришло ощущение, что я сама *стала* музыкой и сиянием. Я состояла только из потоков света и звука. И хотя это может звучать странно, но свет и музыка казались неотделимыми друг от друга, сливаясь воедино. В тот момент мне совсем не казалось это необычным.

Я не имела никакого представления о прошедшем времени. Все существовало только в настоящем. Прошлое и будущее просто не воспринимались. Представить линейное время *там* было так же трудно, как представить нелинейное время *здесь*. Каждая вещь просто существовала и абсолютно не казалась чем-то особенным. Меня переполняло глубокое чувство осведомленности. Я знала, что была здесь раньше – много раз. Это было самым реальным ощущением, которое я когда-либо испытывала. Все остальное было иллюзией.

Погружение в это ощущение являлось удивительным проявлением любви, естественной как дыхание. Она была безграничной как сама Вселенная, пронизывающая всю меня. Я абсолютно точно знала, что только это является истиной. Слово *Бог* даже не начинает выражать ту огромную, но все-таки сокровенную любовь, которую я испытывала.

Поглощенная этим совершенным чувством, я не была в одиночестве. Вы тоже были Там – на самом деле нет никого и ничего, не побывавшего Там. Мы все были Там – без ограничений и разделения. Я была каждым из вас, и каждый был мной. Я была вами, а вы были мной. Мы все были единым целым, но в то же время каждый был индивидуален. Я не могу найти слов, чтобы описать это, и знаю, что это звучит неправдоподобно... но это было правдой.

Чувство больше не ограничивалось моим телом, я ощущала отсутствие всяческих рамок и единение со всем миром – я была счастлива вернуться в свой настоящий дом. Я видела перед собой великую реку искрящегося золотого света. Посмотрев на далекий берег, я поняла, что, когда достигну его, никогда уже не вернусь в свое семнадцатилетнее тело. Когда я вошла в

реку, то поняла, что никогда не была более счастлива, но где-то на середине пути мощный голос пророкотал: «Ты не можешь оставаться здесь. Ты должна еще кое-что сделать».

Но даже когда мой разум кричал: «Нет!», казалось, будто кто-то заарканил меня и медленно тащил обратно к моему физическому телу.

Я проснулась в больничной кровати. День за днем я сражалась за жизнь, преодолевая не только физическую боль, но и сильнейшую скорбь по поводу возвращения в физическое тело. У меня не было желания оставаться на Земле. Я хотела уйти назад к свету. Это была самая великая тоска по дому, которую только можно себе представить.

Тем не менее, каждый вечер я испытывала чудо. После того как выключали свет, и я оставалась одна, я закрывала глаза и чувствовала, как в мою руку мягко проскальзывала чья-то рука, и мое существо наполнялось удивительным ощущением покоя и безопасности. Когда это произошло в первый раз, я испытала шок, так как, открыв глаза, чтобы посмотреть, кто пришел в комнату, не увидела руки, державшей мою, хотя вполне отчетливо ощущала форму пальцев и ладони, а также излучаемое ею тепло. Иногда рука отпускала мою руку и на ее место нежно проскальзывала другая. Особенно мне запомнилась очень маленькая, как у ребенка, рука, успокаивавшая меня однажды ночью. Я знала, что нахожусь в безопасности и не одна. Я верю, что эти руки принадлежат моим духовным хранителям.

Доктора думали, что я не выживу. Мое тело получило многочисленные травмы от столкновения с машиной, а дробь прошла через спинной мозг и повредила легкое, разорвала селезенку и надпочечник, а также желудок и кишечник. Со временем мне была удалена одна из почек, а в сердце вставлена пластиковая трубка, заменяющая аорту. В дополнение к сообщению о том, что, скорее всего, я останусь инвалидом на всю оставшуюся жизнь (ожидалось, что проживу я не очень долго), мне сказали, что я никогда не смогу иметь детей.

Так или иначе, на протяжении тех нескольких минут, когда врачи подумали, что я умерла, мое сознание изменилось, а это в свою очередь навсегда изменило мою жизнь. Страшные прогнозы врачей ничего не значили, потому что внутри меня активизировалась способность к исцелению, и я знала, что буду жить. В те мистические и чудесные моменты пребывания на границе жизни и смерти поменялась часть моей прежней сущности, делая возможным мое выживание и скорое восстановление. Это преобразование делало исцеление более легким. Когда я поняла, что мое тело – это не «Я» – оно было лишь тем, где обитала часть меня – я приобрела намного больше ресурсов для собственного исцеления, чем те, что имелись в распоряжении у моего физического тела. В результате нового осознания я восстанавливалась очень быстро и выписалась из больницы всего через несколько недель. Доктора называли это чудом, а я знала, что это произошло благодаря изменению моего сознания.

Преобразованная жизнь: прошлое, настоящее и будущее не являются строгой последовательностью

После клинической смерти мое восприятие самой себя полностью изменилось. После того, как меня подстрелили, я больше не верила, что умру вместе со своим телом. Я знала, что жизнь вечна, и мое существование не началось при зачатии и не кончится в момент смерти. Я больше не чувствовала себя отделенной от чего-либо или кого-либо на Земле. Время не является линейным, так же, как и Вселенная. Эволюция моего сознания навсегда изменила мои взгляды о природе реальности.

В результате потусторонних ощущений я осознала, что, с духовной точки зрения, наши прошлые, настоящие и будущие жизни не следуют строго друг за другом... а происходят в одно и то же время. В связи с тем, что мы являемся линейными существами и воспринимаем все с точки зрения прошлого, настоящего и будущего, кажется, что наши жизни следуют в хронологическом порядке.

Чтобы понять эту идею параллельных жизней, представьте себе многогранный зеркальный шар, висящий под потолком круглого зала, и отражающиеся блики по всему залу. Когда шар вращается, отдельные блики тоже вращаются. Сосредоточьтесь на отдельном блике и представьте, что он и есть ваша настоящая жизнь.

Вы начинаете двигаться вперед. Обстановка вокруг меняется, как будто вы неуклонно продвигаетесь сквозь время. Впереди и сзади находятся другие блики. Те, которые следуют за вами – когда вы двигаетесь по комнате, – могут восприниматься как ваши прошлые жизни. Они создают впечатление прошлых жизней, потому что находятся сзади вас. Блики впереди являются вашими будущими жизнями. Они тоже движутся во времени.

Расстояния между отблесками кажутся постоянными – где-то два фута до ближайшего сзади, и три фута до отблеска впереди. Учитывая, что вы находитесь в совершенно круглой комнате, эти расстояния не будут меняться, даже если зеркальный шар кружится. Это заставляет поверить в иллюзию, что время неподвижно – независимо от того, как движутся по залу ваши отблески, между вами и ближайшим отблеском сзади всегда будет два фута, а между вами и передним отблеском – три фута. Это величина измеряемая и постоянная.

Рассматривая это с точки зрения прошлых и будущих жизней, принимая, что один фут равен ста годам, получаем, что между вашей настоящей жизнью и последней прошлой жизнью двести лет, а между вашей настоящей жизнью и следующей жизнью – триста лет. Тем не менее, когда вы придвинете луч света к зеркальному шару (который является источником ваших отблесков), ближайшие отблески впереди и сзади вас изменятся, и расстояние сильно сократится. Это демонстрирует то, как уменьшается разделение между прошлым, настоящим и будущим. Чем сильнее мы все вместе приближаемся к Источнику, тем больше начинает изменяться наше восприятие времени и пространства. Чем ближе мы к Источнику, тем труднее разглядеть границы между прошлым, настоящим и будущим.

Существует и другой способ понять размывание границ времени: представьте, что вы оставили ваш индивидуальный отблеск зеркального шара и стали двигаться «вперед во времени» вдоль стен круглой комнаты. В итоге вы проходите полный круг и достигаете ваших прошлых жизней. Точно так же, если бы вы двигались «назад во времени», то скоро совершили бы полный круг и подошли к будущим жизням.

Все отблески на стене зала кажутся отдельными и самостоятельными. Некоторые отблески являются вашими будущими или прошлыми жизнями, а какие-то можно считать жизнями других людей. Однако если вы будете двигаться от вашего индивидуального отблеска к Источнику (зеркальному шару), то увидите, что все жизни – прошлые, настоящие и будущие, – все люди и все материи происходят от одного и того же Источника. Мы существуем неотделимо

друг от друга и неотделимо от того, что называем прошлым и будущим. Все жизни сосуществуют, переплетаются и зависят друг от друга непосредственно в данный момент. (Пожалуйста, обратите внимание: в этой книге я говорю о последовательности наших прошлых жизней, только потому, что именно таким образом мы, как человеческие существа, воспринимаем время в нашей реальности.)

Излучаемый миром свет и звук

Несмотря на то, что после моего выхода из больницы окружающий мир казался прежним, я воспринимала его совершенно иначе. Каждый момент был полон красок, звуков и вибрирующей энергии. Каждая травинка сияла в собственном свете и исполняла особенную мелодию. (Как ни странно это звучит, но я могла различать звуки, исходящие от травы.) Целое поле травы походило на великолепный оркестр лучистого света и переливающейся музыки! Деревья издавали глубокий, торжественный шум; а трепещущая на ветру листва звучала словно прекрасные хрустальные колокола. Даже земля под моими босыми ногами пульсировала в унисон жизни – я могла слышать и чувствовать ее ритм.

Я начала видеть цвета и свечение вокруг людей и предметов (как я узнала позже, называемые аурой). Я слышала удивительную музыку, которую, казалось, не слышал больше никто. Мне было невероятно трудно понять, что большинство людей не имеет возможности чувствовать и видеть всестороннюю красоту вокруг себя. Я не могла принять грубость и жестокость, потому что знала, что мы являемся частью огромной, пульсирующей и живой Вселенной... и что мы не можем причинить боль другим, не рана самих себя.

Пережив клиническую смерть, я осознала, что мы безграничны и вечны, и внутренне связаны – так сказать, объединены космосом. Я не могу действительно попасть домой, пока вы этого не сделаете, и наоборот. Кроме того, я поняла, что время легко поддается воздействию, и мы можем изменить прошлое и будущее. Я стала верить в Бога, ангелов и проводников. Я знала, что все мы ощущаем влияние прошлых жизней и можем создавать мир вокруг нас. На самом деле мы подсознательно создаем его прямо сейчас с помощью наших мыслей, чувств и основополагающих взглядов, полученных из других периодов жизни.

Клиническая смерть: соприкосновение со светом

Тысячи людей пережили такие же, как у меня, состояния, при этом определенные детали в большинстве случаев совпадают. На начальных стадиях клинической смерти обычно ощущается глубокий покой и отсутствие принадлежности своему телу или кажется, что вы парите над ним. Многие чувствуют, как будто их затягивает в туннель, в дальнем конце которого виден свет. В туннеле их встречают светлые сущности или знакомые им люди, которые уже ушли из жизни. Почти во всех случаях люди испытывают по отношению к себе сильную любовь и заботу. Часто во время таких состояний люди имеют возможность просмотреть свою жизнь с позиции стороннего наблюдателя. Почти всегда они понимают, что не до конца выполнили свои обязательства на Земле, в то же время испытывая огромное нежелание возвращаться в свое физическое тело.

Исследования показали, что людей, переживших клиническую смерть, объединяют похожие качества, и почти во всех случаях они изменились после данного события. Они склонны намного меньше, чем большинство людей, бояться смерти. В основном они испытывают более сильное ощущение внутреннего покоя и интерес к жизни. Кроме того, они часто приобретают профессии, связанные с лечением людей.

Клиническая смерть не сделала меня особенной. Про мой случай думаю, что я была настолько далека от духовного пути, что требовался космический толчок для возвращения на него. Я полагаю, что Вселенная всегда шепчет нам, и, если мы не слышим шепот, раздаются пронзительные крики. Нападение на меня было похоже на оглушительный крик Духа: «Дениз, помни, кто ты!»

Этот крик проходит эхом через мою жизнь. Я вернулась с уверенностью, что наше время является самым важным в эволюции планеты. Теперь я осознаю, что развитие нашего сознания – индивидуального и коллективного – много значит для будущего мира. Кроме того, у меня появилось огромное желание рассмотреть жизнь в свете прожитых нами прошлых жизней. Я на себе испытала, как знание, полученное в прошлых жизнях, может открыть путь глубокому личному исцелению. Теперь я знаю, что мы никогда не остаемся в одиночестве, вокруг всегда находятся духовные проводники и помощники, излучающие любовь и мудрость. Я пробудилась для осознания безграничного потенциала, доступного каждому из нас в снах. Я поняла, что сны могут быть широкой дорогой для путешествия назад к Духу. Целью моей жизни стал поиск того, кто я есть на самом деле, и мои исследования прошлых жизней помогли пройти этот путь.

Дверь в мои сны

После клинической смерти я не только начала духовный поиск, позволяющий понять внутреннюю природу времени и пространства, но и непосредственно распахнула дверь в мои сны. Яркие, иногда вызывающие тревогу образы приходили ко мне по ночам. Временами эти образы казались настолько реальными, что размывались границы между сном и пробуждением. Некоторые сны по своей природе были идиллическими и даже фантастическими. Такие сны были особенно успокаивающими и жизнеутверждающими, и порой я испытывала мимолетное ощущение того места, куда попала в тот момент, когда врачи думали, что я умерла. Я пыталась ухватиться за эти туманные образы, но они исчезали как легкая дымка.

Однако часто сны были тревожными. Когда мне открылись двери ночного восприятия, я увидела образы, которые задерживались надолго. Многочисленные видения из прошлых периодов жизни, казавшиеся забытыми в укромных уголках моего разума, начали выступать вперед, позволяя воспринимать другие исторические эпохи и места. Натиск этих картин, заполнявших мои ночные часы, можно сравнить с компьютером, загружаемым информацией, или с плотиной, которая много лет удерживала могучую реку, но в итоге рухнула под ее натиском. С помощью снов я начала понимать, что многие взгляды о самой себе и о мире пришли из других жизненных периодов.

Восстанавливая эти воспоминания, я пробуждала в своем сознании старые, ограниченные взгляды, решения и суждения, которые переносила из одной жизни в другую. Теперь я могла освободиться от них.

Существует психологическое изречение, которое гласит: «Повторно пережить – значит избавиться». И на самом деле, казалось, что эти ночные образы помогали мне заново пережить забытые ощущения, так что я могла облегчить бремя, которое прошлое налагало на мою теперешнюю жизнь. Изучая свои предыдущие жизни по снам, а также используя другие методы, я начала выздоравливать – физически и эмоционально.

Мой путь к исцелению

В результате ранения мой юношеский честолюбивый замысел стать ученым сменился на страстное желание узнать, зачем мы здесь и каков человеческий удел. В итоге я поехала в буддистский монастырь и провела там более двух лет. Я не испытала великого просветления, на что надеялась, но зато, размышляя, открыла в себе место спокойствия.

Как я уже упоминала, многие люди, пережившие клиническую смерть, становятся целителями, и я тоже стала обнаруживать в себе способности в сферах исцеления. Медики сообщили мне, что ввиду серьезности телесных травм я останусь калеккой на всю оставшуюся, предположительно недолгую, жизнь. Но я инстинктивно чувствовала, что могу исцелить свое тело без помощи их медицины.

Духовное путешествие к здоровью и исцелению привело меня к гавайскому шаману (кахуна) Морне Симеона, которая согласилась работать со мной только после того, как выяснилось, что я являюсь представительницей коренных американцев (моя мать была из рода индейцев чероки). Морне помогла мне увидеть, что Дух присущ всему. Она показала мне, что жизнь не всегда такая, как кажется, и в мире действительно есть чудеса.

Кроме этого, я познакомилась с выдающейся японской женщиной Хавайо Таката, мастером рейки высшей категории, которая привезла в Соединенные Штаты это древнее искусство из японских монастырей. (Рейки – это метод распределения целительной энергии.) Когда мы встретились в первый раз, она заявила, что знала о моем приходе, так как видела меня в своих медитациях. Она ждала больше года, пока я выйду на контакт с ней, и лаконично спросила, что задержало меня так надолго. (Она хотела, чтобы я организовала ее первые курсы на Западе, что я, в конечном счете, и сделала.) Таката-сенсей, которая была не только моим учителем, но и хорошим другом, научила меня, как получить доступ к энергии жизненных сил так, чтобы она перешла в мои руки, и я могла с помощью рейки исцелять других людей.

Я также брала уроки у тренера по шиацу, у которого я научилась уравнивать мое тело при помощи надавливания на различные точки, подобные тем, которые используются в акупунктуре. Впоследствии я вела занятия по шиацу по всему миру.

После того как я вылечила себя от травм и повреждений, люди стали приходить ко мне и спрашивать, не могу ли я помочь вылечиться и им. Моя практика очень быстро развивалась, и я поняла, что имею природную способность передавать целительную энергию через свои руки. Результаты были ошеломляющими, и желающих появилось больше, чем я могла планировать.

Когда пациент приходил ко мне на первый сеанс, я просила его лечь на массажный стол или плоский диван и затихала. Мое дыхание замедлялось, и я ждала, пока теплый поток энергии не наполнит мое тело. Мои руки действительно становились теплыми – почти горячими – и я мягко опускала их на голову пациента и держала так, пока поток энергии из меня не начинал перетекать в человека, которого я лечила.

Потом я начинала надавливать на точки на теле пациента; каждая точка соответствует определенному органу или железе. Когда я надавливала на точку, мне часто казалось, что я погружаюсь в нее – каждая напоминала мне туннель к звездам... и ко Вселенной. Казалось, что пациент исчезал. Я тоже исчезала. Оставались только звезды, свет и гармоничный звук.

Так же как каждая травинка и каждый листик излучает свет и имеет свой особый звук, каждая точка в системе шиацу имеет определенный тон и цвет, которые изменялись в соответствии с состоянием здоровья пациента. При исследовании уникального внутреннего мира пациентов я увидела, что каждая точка имеет еще и особую пульсацию или ультракороткие колебания, формируя связь с бесконечностью внутреннего мира.

Каждая точка при надавливании не только создавала баланс внутренних органов, но и затрагивала самые сокровенные места сущности пациента, что вызывало направленные наружу

колебания. Я знала, что в тишине моей комнаты, в которой я вела прием, в результате наших действий улучшалась атмосфера. Целительная энергия отражалась от каждой точки на теле и направлялась на соответствующую энергетическую точку планеты и всей Вселенной. Казалось, что каждая точка синхронизировала целителя и пациента с исконным ритмом галактики. На таких целительных сеансах я ощущала себя совсем близко к бесконечному свету и любви, которые испытала во время клинической смерти.

Любое исцеление является самоисцелением

Наиболее мощный целительный эффект достигался в тот момент, когда я попадала в то место, где границы между мной и пациентом размывались – где я уже не была целителем, а другой человек – пациентом. После каждого сеанса не только мои пациенты получали огромную пользу, но и продолжалось мое дальнейшее выздоровление. Я начала понимать, что любое мое целительное воздействие на других обращается, в итоге, на меня саму. Каждый пациент был частью моей более значимой сущности – той частью каждого из нас, которая присутствует в каждом человеке и в каждой вещи. Каждый из пациентов отражал определенный аспект меня и указывал на ту специфическую часть моего организма, которой требовалась помощь.

Например, в одно время ко мне на лечение пришло несколько пациентов с раковым заболеванием. Пока я занималась с ними, я поняла, что между нами много общего. Болезнь разъедала их тела, и хотя у меня не было физического заболевания, меня похожим образом поглощали эмоциональные проблемы. Эти проблемы неожиданно отступили, как только пациенты почувствовали положительный эффект от моих сеансов. Я осознала, что процесс исцеления всегда начинается с меня. На самом деле я лечила не кого-то, а именно себя. Такой способ воздействия на пациентов оказался весьма успешным, и часто очередь ко мне была расписана на год вперед, поскольку мои пациенты достигали отличных результатов.

Мое путешествие к начальным стадиям развития

Я обычно достигала отличных результатов в практике исцеления с помощью рук. Однако время от времени приходилось работать с людьми, чья физическая или эмоциональная боль отступала ненадолго, но потом опять возвращалась. Это огорчало меня. Понимая, что многие из наших сегодняшних проблем берут начало в прошлом, я начала отправлять пациентов к более ранним событиям в их жизни – чаще всего в детство.

Для того чтобы начать возвращение к ранней стадии развития, я обычно использовала методы расслабления. Я предлагала моим пациентам лечь и расслабиться, а потом помогала им применить дыхательные приемы и процессы визуализации. Затем просила их вспомнить вчерашние события. После того, как они возрождали эти воспоминания, предлагала им вспомнить события прошедшей недели, месяца и так далее. Я продолжала возвращать их назад во времени до тех пор, пока они не достигали раннего детства. Таким образом мои пациенты получали возможность восстановить в памяти глубоко запрятанные негативные взгляды, сформированные на протяжении всех этих лет.

Я обнаружила, что многие из сегодняшних проблем можно раскрыть с помощью возвращения в раннее детство – а затем освободиться от образовавшихся там ограничивающих решений и взглядов. Например, на сеанс лечения руками пришел мужчина с больным плечом. После сеанса его плечо перестало болеть. Однако через три недели боль возобновилась, поэтому я вернула его в детство, и он неожиданно вспомнил, что отец ударил его по плечу, так как считал, что он плохо выполняет свои обязанности. Сейчас, взрослым, мой пациент понял, что был довольно безответственным. Он подсознательно соотносил чувство безответственности с болью в плече. Так что всякий раз, когда ощущал свою безответственность, он неосознанно возрождал боль.

Мы подсознательно формируем в настоящей ситуации, подобные тем, что происходили в прошлом. Мы возобновляем подавленные ощущения из прошлого так, чтобы можно было освободиться от них. Когда мой пациент вернулся в детство, то смог освободиться от скорби, боли и гнева, которые подавил в тот момент, когда отец его ударил. Как только он избавился от этих эмоций, боль в плече успокоилась и больше не возвращалась.

В детстве мы все принимаем решения, которые продолжают влиять на нас во взрослом возрасте. Я обнаружила, что, возвращаясь в то время, когда могли быть приняты жизненно важные негативные решения, людям намного чаще удавалось *навсегда* освободиться от этих решений и от соответствующих симптомов.

Отравленная в Индии

Попадают, однако, некоторые устойчивые случаи, когда даже после возвращения в детство симптомы появляются вновь. Я была этим очень озадачена. Моя пациентка Джанет много лет страдала от язв. Ее лечащий врач прописал ей лекарства, изменения в питании и посещение курсов по избавлению от стресса. Несмотря на все это, язвы не проходили. Интуитивно она пришла на сеанс ко мне. Мы решили, что причины ее состояния можно найти в раннем детстве. Она вернулась в то время, когда ей было двенадцать, десять, семь и шесть лет... вдруг она стала выглядеть изможденной и глубоко дышать. Я попросила ее спокойно понаблюдать за обстоятельствами из детства и спросила, что она испытала.

«Меня отравили!» – крикнула она.

«Когда тебе было шесть лет, ты приняла яд?» – спросила я.

«Нет! Меня отравили!» – настаивала она. (Я обеспокоилась, думая, что мы раскрыли детское воспоминание о ком-то, кто умышленно дал ей яд.)

Я спросила: «Кто тебя отравил?»

«Враги моего мужа заставили меня принять яд».

«Где ты находишься?» – спросила я, зная, что в данный момент она не замужем.

«Я в Индии».

По моей просьбе Джанет рассказала мне, что она была молодой женой человека намного старше ее, устоявшиеся политические взгляды которого отличались от мнения людей, стоявших у власти. Она описала свои страдания. И хотя она любила своего мужа и хотела ему помочь, ей не нравилась та дисгармония, которую вносили в их жизнь его взгляды. Однажды ночью, когда муж был в отъезде, в их дом ворвались враги и заставили ее выпить яд. Она умерла, чувствуя себя беспомощной и бессильной.

Я попросила ее вернуться назад к той жизни, что она увидела, и воспроизвести ее – но на этот раз, принимая такие решения, которые помогут ей быть более ответственной за свою жизнь и судьбу. Она проделала это, и увидела себя активно призывающей других людей в деревне понять точку зрения ее мужа. Она увидела людей, объединяющихся вокруг ее мужа, так что он получил прочную поддержку, которая обеспечивала ему силу и защиту. Она увидела себя и мужа во главе большой семьи, прожившими долгую, счастливую жизнь и умершими в глубокой старости – снискавшими любовь всего сообщества. Во время описания этих исправленных событий внешний вид моей пациентки изменился, а ее лицо светилось глубоким спокойствием.

После сеанса мы поговорили о ее теперешней жизни. Она состояла в отношениях, в которых чувствовала себя беспомощной, и язвы начали ее мучить примерно в то же самое время, как она вступила в эти отношения. Мы обсудили некоторые предпочтения, которые она должна была сделать, и в течение нескольких недель ее язвы полностью прошли и больше не возвращались.

Сегодняшние трудности в общении активизировали у Джанет воспоминания о подобных проблемах в ее прошлой жизни. В своем подсознании она ассоциировала чувство беспомощности с теми язвами, которые яд прожег в ее желудке. Чувство бессилия в ее теперешней жизни активизировало физическую травму из ее прошлой жизни, так что у нее проявлялись язвы, вызывающие чувство жжения в желудке. Поменяв образы в подсознании, она смогла изменить негативную программу, оказывающую влияние на ее сегодняшнюю жизнь.

Когда я вижу позитивные результаты в жизни Джанет, меня просто поражают потенциальные возможности возвращения в прошлое. Работу с проблемами только в настоящем времени можно сравнить с попыткой косить одуванчики. Вы можете обрезать их, но они будут вырастать снова и снова. Только докопавшись до корней, вы сможете предотвратить их дальнейшее появление. Всякий раз, когда в моей целительной практике я сталкиваюсь с проблемой, которую не получается решить с помощью рук, шиацу, массажа или изучения событий раннего детства пациента, я возвращаю его к корням проблемы, находящимся в прошлой жизни. После решения проблем в прошлой жизни симптомы болезни почти всегда полностью исчезают.

Я обнаружила, что большинство преград в настоящем можно проследить.

Возвращаясь в прошлую жизнь и воспроизводя прошлые ощущения, мы можем избавиться от сегодняшних физических и эмоциональных проблем.

С помощью возврата в прошлую жизнь мои пациенты освобождались от болезней и фобий, исправляли трудности в общении, повышали творческий потенциал и расставались с препятствиями для получения богатства и изобилия. Результаты бывали просто удивительными.

Точки нажатия как секретные каналы в прошлые жизни

Позже я открыла другой способ настраивания на волну прошлых жизней. Когда я надавливала на точки по системе шиацу большими пальцами рук, в моей голове начинали возникать образы. Точно так же у человека, с которым я работала в тот момент, неожиданно начинали появляться те же образы, что и у меня. Иногда это были давно забытые «воспоминания» из раннего детства, но чаще всего возникали кадры из прошлых жизней, которые пережили мои пациенты. В действительности каждая точка нажатия казалась священным туннелем в далекое прошлое.

Я поняла, что воспоминания из прошлого находятся не только в мозгу, но и в теле, и возрождение этих образов оказывает необычайно положительное воздействие на жизнь моих пациентов. Я считаю, что каждая клетка тела имеет сознание, и несет в себе эмоции и воспоминания из прошлого. ДНК является носителем информации, закодированной в ее структуре, и одновременно в замысловатый состав ее модели входят воспоминания из настоящей и *прошлых жизней*! Это открытие было очень важным для моей последующей работы с группой, практикующей возврат в прошлые жизни, в которую приходили люди для того, чтобы стимулирование точек на их теле помогло им вернуться в прошлое.

Многие пациенты рассказывали мне, что после сеансов их сны начали меняться, часто воспроизводя образы и воспоминания других исторических эпох. Когда двери в прошлое открылись, сны становятся пунктом переработки, чтобы освободиться от тысячелетних накоплений, стремящихся на волю.

Чтобы попробовать это самим, начните с точки *хоку* – места у основания большого и указательного пальца. Удерживайте эту точку и одновременно закройте глаза и расслабьтесь. Позвольте всплыть краскам, образам и эмоциям. Если вы не получили реакции от этой точки, продолжите самостоятельно работать с другими точками на вашем теле. Вам совершенно не обязательно быть специалистом по шиацу или акупунктуре. Просто надавливайте на различные части вашего тела, пока не найдете места, в которое как будто погружаются пальцы, и повторите упражнение.

Прошлые жизни и похудание

Результаты моих клиентов настолько вдохновили меня, что я начала использовать возврат в прошлое в собственной жизни. В то время у меня были проблемы с весом, и я постоянно сидела на диете. Мне удавалось сбросить около пяти килограммов, но они неизбежно восстанавливались. Когда я раскрыла возможности возвращения на ранние стадии развития, то вернулась в детские годы. Там я увидела себя в возрасте трех лет, и мама говорила, что я «уже большая девочка». Это был способ сказать, что она мной довольна. Поэтому я подсознательно уравнила значение слов «большой» и «хороший».

Взрослой я, естественно, хотела быть хорошей, так что подсознательно помогала телу оставаться большим. Осознав это, я избавилась от семи килограммов без всяких усилий! Но по-прежнему не достигла идеального для меня веса. Я продолжала добиваться цели, но усилия не имели успеха. В это время я сделала еще одно потрясающее открытие во сне. Мой сон был очень ярким.

...Пыль забила мои ноздри. Лавина золотой пыли окружала стадо буйволов, в панике бежавшее мимо. Я стояла как вкопанная, и странное дело, атака буйволов как будто отражала смутное волнение в моей душе.

Очнувшись от этого драматичного сна, я почувствовала, что ночью переносилась по мосту времени к прошлой жизни, в которой была коренной американской женщиной. Образы и запахи были такими реальными; мерцающие вокруг краски казались живыми. После пробуждения я использовала этот сон в качестве толчка для возврата к более ранней жизни, в которой, как выяснилось, была членом странствующего индейского племени «черноногих». Я увидела себя старой женщиной, имевшей серьезные проблемы с тазобедренным суставом, и как следствие этого, с трудом передвигалась. После этого сна я начала замечать, как много моих сегодняшних привычек берет начало в жизни в племени «черноногих».

...Мы были кочевым племенем, постоянно странствующим в поисках пищи. Зимой ее постоянно не хватало. Даже когда пищи было достаточно, при ее дележке существовала определенная иерархия. Первыми пищу получали старейшины, потом вожди и воины, и, наконец, молодые женщины и дети. Так как я была старой больной женщиной, то допускалась к еде последней, и мне часто приходилось идти спать голодной.

Я увидела, как прошлые ощущения привели в движение мои теперешние привычки. В сегодняшней жизни во время коллективного приема пищи я начинала испытывать сильную панику. Я боялась, что не хватит еды, и, когда приносили мою порцию, начинала жадно есть – даже если не была голодной. Это создавало физические проблемы: поскольку я ела очень быстро, пища не переваривалась должным образом, и, кроме того, я съедала больше, чем требовалось организму. В такие минуты паники у меня возрождались воспоминания о нехватке пищи. Пережив заново свое отношение к пище в индейском племени, я смогла понять, почему так отношусь к пище в нынешней жизни. Когда я освободилась от навязчивой идеи, что не хватит еды, то смогла есть медленнее, и прием пищи начал удовлетворять потребности организма, а не мой старый страх по поводу выживания.

Когда я была старой индейской женщиной, больное бедро не позволяло поспевать в нужном темпе за племенем во время его передвижения от стоянки к стоянке. По традиции племя бросало слабых сородичей, когда они больше не могли кочевать вместе с ним, так что меня, в конце концов, оставили умирать.

Как коренная американская женщина сознанием я понимала это. Я знала, что стариков приходилось бросать для того, чтобы обеспечить выживание остальным членам племени. Тем

не менее, в той жизни я подсознательно испытывала страдания, одиночество и горечь предательства. Эти ощущения не соответствовали моему отношению к племени, поэтому я постоянно подавляла их в себе.

Образы и ощущения, пришедшие из моей жизни в племени «черноногих», были очень отчетливыми. Я умерла от голода и холода с чувством непомерной обиды и одиночества. Эмоции и привязанности, которые мы испытываем в момент смерти, являются очень мощными и сопровождают нас на протяжении многих жизненных периодов. Однако не *все* эмоции переносятся в следующие жизни. Нас сопровождают только подавленные эмоции – те, что мы не позволили себе испытать и выразить в определенное время – которые образуют наши сегодняшние преграды.

Проблемы с весом возникли не из-за моей смерти от голода – причиной их стали подавленные эмоции, перенесенные в теперешнюю жизнь. Вернувшись к тем воспоминаниям из жизни «черноногих», я смогла понять, почему, каждый раз пытаясь сесть на диету, я чувствовала себя невероятно одинокой. Подсознательно я приравнивала ограничения в еде к тому состоянию, когда была брошена в одиночестве. Когда я, наконец, позволила себе пережить те болезненные, подавленные эмоции из моей прежней жизни, то сбросила те оставшиеся килограммы, от которых хотела избавиться!

Более того, я обнаружила, что возвращение в прошлое является прекрасным дополнением к любой программе по избавлению от лишнего веса для тех, кто заинтересован в сохранении результата. Почти девяносто пять процентов людей, сбросивших вес с помощью диет, набирают его снова. Но тем, кто избавляется от лишнего веса, обращаясь к эмоциональным причинам проблемы – которые часто берут начало в прошлой жизни, – обычно удается сохранить результаты намного дольше, если не навсегда.

Спустя двадцать пять лет, когда я вступила в менопаузу, килограммы вернулись. Это произошло настолько медленно, что я даже не осознала этого. Когда все-таки критически оценила свой внешний вид и поняла, что надо что-то делать, я в очередной раз совершила путешествие в прошлые жизни и обнаружила, что когда-то в Индии была аскетом, очень худым... и неимоверно голодным. В той жизни я клятвенно обещала, что в будущей жизни стану святым, который *никогда не будет испытывать голод*. Я догадалась, что узнала мое желание! У меня по-прежнему лишний вес, и я все так же выполняю обещание того неистового, умирающего от голода аскета. Я просто научилась спокойно относиться к своему весу и любить свое тело таким, какое оно есть.

Как открытие моей прошлой жизни оздоровило мою теперешнюю жизнь

Обнаружение прошлой жизни в племени «черноногих» позволило мне избавиться и от других барьеров в нынешней жизни. Всякий раз при переходе племени на другое место нам приходилось переносить тяжелые вещи на большие расстояния. Сейчас я постоянно ношу тяжелые вещи, даже когда этого не требуется. Иногда я просто поднимала большой камень и несла его какое-то время без видимых причин. Кроме того, что эта привычка была довольно странной, но она еще и нанесла вред позвоночнику. Как только я поняла, откуда происходит эта привычка, я перестала ощущать потребность носить тяжелые вещи.

Женщиной из племени «черноногих» я была целительницей, которая могла назначать лекарственные травы, оказывать помощь при родах и залечивать раны (все, чем я занималась в моей теперешней жизни). Несмотря на то, что я была отличной целительницей, проблемы с бедром заставляли чувствовать себя недостойной замужества. Казалось, что я приравнила физическое состояние к человеческому достоинству. Я никогда не была замужем в той жизни и обвиняла в этом свое племя, полагая, что именно члены племени считали меня недостойной.

Однако при возвращении к жизни «черноногих» я осознала, что не плохое мнение со стороны племени заставляло меня отвергать поклонников, а мое собственное. Именно я считала себя недостойной любви. В нынешней жизни с раннего детства я считала, что не выйду замуж. Позднее, из-за травм, полученных при огнестрельном ранении, я стала чувствовать себя неполноценной как женщина. Это способствовало дальнейшему укреплению мнения, что никогда не буду замужем. Возвращение в то время, когда я изначально приняла такое решение, и оживление тех событий как будто помогло избавиться от пожизненного препятствия для вступления в длительные и полноценные отношения. Сейчас у меня удивительный муж, мужчина моей мечты, с которым мы вместе уже тридцать четыре года.

Очень многие вещи в нынешней жизни изменились после того, как открылась дверь в мою жизнь в племени «черноногих». Я всегда страдала от плохого кровообращения в ногах и в руках, даже в таком теплом климате, как на Гавайях. Это я унаследовала после смерти от холода в более ранней жизни. Кроме того, я обнаружила, что стоило мне замерзнуть, я чувствовала себя изолированной и бесчувственной. Я никогда не понимала зимние виды спорта, такие как катание на лыжах – не видела смысла в том, что люди сознательно *выбирали* нахождение на холоде.

После изменения решений, которые я приняла в той жизни, мое кровообращение улучшилось настолько, что стало лучше, чем у многих людей. И я полюбила зимние виды спорта. В действительности бег на лыжах по пересеченной местности чем-то подобен ощущению единения с Создателем. Я люблю чистое белое снежное покрывало и спокойствие зимнего леса. Удивительно наблюдать, как снежинки сыплются с веток высоких деревьев, когда их покачивает легкий ветерок. Я никогда не узнала бы эту радость, если бы не исследовала ту прошлую жизнь.

После просмотра жизни в племени «черноногих» начала постепенно исчезать еще одна старая привычка – неодолимая потребность принимать участие в групповых мероприятиях. Мне хотелось всем нравиться, даже если это означало отрицание того, что я интуитивно считала правильным.

В средней школе я получила титул самой красивой девочки, который в то время считался невероятно почетным. Однако позднее я поняла, что это означало на самом деле. В моем подсознании укоренилось мнение, что, если я нравлюсь людям, значит выживу. Для того чтобы всем нравиться, я отказалась от многих собственных истин. Когда я умирала коренной американской женщиной, то продолжала думать, что, если бы больше нравилась собратьям по пле-

мени, меня, скорее всего, не бросили бы. Поэтому в теперешнюю жизнь я пришла с твердой уверенностью, что *должна* всем нравиться. В итоге я поняла, что не должна получать чье-либо одобрение, чтобы найти ту истину, которая позволила бы сильно изменить мою жизнь.

Каждая прошлая жизнь имеет семена, которые прорастают в жизнь сегодняшнюю.

Обстоятельства смерти от холода и голода и ощущение предательства сородичей из племени «черноногих» создали определенный эмоциональный настрой по отношению к предательству. В нынешней жизни в молодые годы я неоднократно переживала ситуации, в которых чувствовала себя отвергнутой. И каждый раз захлестывал вихрь эмоций, я испытывала ярость, горечь, обиду, досаду и скорбь. В каждой ситуации, в которой я чувствовала себя покинутой, *на самом деле я не была предана*. Но смогла понять это намного позже.

Точно такие же обстоятельства были в индейском племени «черноногих». Меня никто не предавал. Я знала, что, если не смогу успевать вместе со всеми, меня бросят. Я знала, что таков закон племени. В действительности меня не предали, хотя тогда мне так казалось.

Мы продолжаем воссоздавать одни и те же модели на протяжении различных жизненных периодов до тех пор, пока не уберем их из наших персональных энергетических полей.

Я перестала создавать ситуации, в которых чувствовала бы себя преданной кем-то. Но, если все же подобное происходило, я считала себя сторонним наблюдателем, следившим за возникновением старой модели поведения, вместо того, чтобы, как раньше, оказаться в эпицентре негативных эмоций, которые обычно сопровождают такие ситуации.

После знакомства с прошлой жизнью как индианки, я начала понимать, откуда у меня такой интерес к травам. Когда-то я владела компанией по заготовке растительного сырья и до сих пор использую травы в лечебных целях. Тогда же я смогла объяснить свою тягу к природе. Я поняла, почему собираю олени рога. Коренные американцы использовали рога в различных целях, в том числе как орудия труда – подсознательно я до сих пор ощущаю ценность этих прекрасных изделий.

Сейчас я осознала свою любовь к барабанам и барабанным ритуалам. Многие мои сегодняшние взгляды уходят корнями в жизненный опыт в племени «черноногих». В жизни я проводила различные церемонии, такие как «колесо исцеления», создание видений, индейский очистительный ритуал (парная баня). Кроме того, я обучала игре на барабанах, делала и раскрашивала барабаны. Все это доставляло большую радость. В теперешней жизни я продолжала развивать все, что было прекрасным и божественным в той прошлой жизни, и совместила это с современными условиями. Этот опыт полезен не только для того, чтобы освободиться от ограничивающих моделей поведения, но и для активации заложенных в прошлых жизнях талантов и способностей.

В теперешней жизни во мне течет кровь индейцев чероки, и в одной из предыдущих жизней я тоже была представителем коренных американцев. При возвращении в прошлое моих пациентов я обнаружила, что сегодняшние корни могут послужить информацией о прошлых жизнях. В прошлом тот факт, что я была коренной американкой, повлек за собой тяжелые времена и трудности, но в теперешней жизни я горжусь, что из рода чероки. Уважение к моему происхождению в настоящее время помогло избавиться от трудностей, которые были в прошлом.

Обет бедности в прошлой жизни влияет на вашу сегодняшнюю жизнь

Позднее я познакомилась с еще одной прошлой жизнью, которая оказывала значительное влияние на мое финансовое состояние в настоящем. Большую часть взрослой жизни я сражалась с финансами и собственностью. Как только получала какие-то деньги или материальные ценности, я тут же искала повод от них избавиться. У меня была постоянная потребность не иметь собственности и денег. Другой стороной проблемы был мой стиль одеваться: изо дня в день я носила одно и то же, и не хотела покупать что-нибудь новое.

Когда в 1970-х годах я посетила Италию, то испытала непреодолимое ощущение дежавю, что когда-то я была францисканским монахом на маленьком острове у берегов Венеции. Проглянув ту жизнь, я поняла, почему испытываю трудности с материальным благополучием в этой.

Я была в Италии на конференции, но несколько дней были свободными, поэтому мы с подругой наняли гондольера, который провез нас по островам у берегов Венеции. У одного из них мы остановились. Это был остров святого Франциска, полностью занимаемый францисканским монастырем. В тот момент, когда мои ноги коснулись земли, я уже абсолютно точно знала, что была здесь раньше. Образы из жизни здесь охватили меня. Они были яркими и реалистичными. Главный монах, говорящий по-английски, придал силу моим видениям. Когда он показывал мне окрестности, я вдруг выразила удивление по поводу «новых» построек. Он посмотрел на меня, изумляясь тому, что я знаю об этом... и объяснил, что новыми они являются по отношению к первоначальной структуре монастыря, но им уже шестьсот лет.

Гуляя по красивым монастырским землям, я инстинктивно вспоминала многие подробности из монашеской жизни. Казалось, что я перенеслась назад во времени.

Моя жизнь была простой, но наполненной глубоким, всеобъемлющим покоем. Я жила в маленькой келье и любила работать в саду. У меня были крепкие моральные устои.

Деньги и материальные ценности считались злом, а бедность приветствовалась. Бедные люди являлись избранниками Бога.

Все, что вы твердо считаете правильным или неправильным, будет сопровождать вас на протяжении многих жизней.

В той прошлой жизни я дала обет бедности и решила, что владение материальными ценностями считается аморальным. Любой обет, данный в прошлых жизнях, будет продолжать оказывать сильное влияние до тех пор, пока вы не освободитесь от его власти.

Обет бедности, который я дала, будучи монахиней, продолжал действовать. В теперешней жизни, получая подарок, я чувствовала дискомфорт и беспокойство, и старалась от него избавиться. Подсознательные воспоминания о данных обетах до такой степени влияли на нынешнюю жизнь, что я не позволяла себе владеть чем-то ценным.

Энергия той жизни оказала очень сильное влияние на эту. В дополнение к тому, что два года прожила в буддийском монастыре, когда была чуть старше двадцати лет, я проводила длительное время в уединении и затворничестве. Даже когда не жила в монастыре, я одевалась в платья, похожие на те, что носили францисканские монахи. Каждый день я надевала длинную тунику коричневого цвета из грубой хлопчатобумажной материи поверх брюк из того же материала и большие грубые сандалии. В этом я ходила на работу, дома и даже посещала свадьбы и другие мероприятия. После того как я возвратила себя в прошлое и освободилась от обетов, данных в той жизни, я приобрела возможность добиться материального благополучия в сегодняшней жизни.

Материальные ценности сами по себе не являются чем-то плохим – трудности создает наша привязанность к ним или сопоставление с ними других ценностей. После расставания с обетом бедности я почувствовала свободу выбора того, что я хочу – и чего не хочу – иметь в жизни. Меня больше не сдерживали прежние решения. Я могла сама решать, иметь или не иметь собственность... и делала это без всякого чувства вины.

Обеты и клятвы, данные в предыдущих жизнях, оказывают на вас огромное влияние. Полезно осознать и отпустить любые ограничивающие обеты из прошлых жизней, которые до сих пор могут иметь власть над вами.

Групповой возврат в прошлое – встреча с теми, кого вы знали раньше

Меня настолько вдохновили результаты пациентов и собственные, что я приняла предложение провести курс обучения, связанный с прошлыми жизнями. На занятиях я начала заниматься групповыми возвращениями в прошлое, и была удивлена, обнаружив, что такие же, если не лучшие результаты могут быть достигнуты с большими группами людей. Я работала с группами от ста до тысячи человек одновременно – в среднем обычно около двухсот человек. Я начала замечать, что в таких группах многие люди, сидящие рядом, часто возвращались в прошлые жизни в одну и ту же страну и в один и тот же исторический период. Они как будто подсознательно решили встретиться снова в этот удивительный момент, чтобы раскрыть не только индивидуальную, но и коллективную карму.

Эта идея базируется на теории, что вы воплощаетесь из жизни в жизнь вместе с одними и теми же людьми. Эти души можно сравнить со стаей птиц, которые летят в далекие страны и всегда держатся вместе.

Информация, полученная на моих семинарах по реинкарнации, неуклонно подтверждала, что люди воплощаются группами, и стараются держаться вместе на протяжении многих жизней.

Поразительный пример этого произошел несколько лет назад в Канберре, Австралия. Я проводила семинары, частью которых была возвращающая в прошлое медитация. Во время такого вида медитаций я не даю никаких ориентиров, которые могли бы заранее расположить человека к определенной прошлой жизни или историческому периоду. Например, во время медитации я могла сказать что-нибудь необычное, такое как: «Вас обволакивает туман времени, и когда этот туман рассеется, вы окажетесь в одной из своих прошлых жизней». После такой медитации я всегда выясняла, что пережили участники семинара.

Удивительно, но на том семинаре в Канберре более двух третей из ста человек в помещении возвратились в прошлую жизнь в Риме! Я не упоминала Рим перед началом медитации. При проверке оказалось возможным, что люди, которые в прошлой жизни жили в Древнем Риме (в столице, населенной большим количеством правительственных служащих), выбрали для очередного воплощения Канберру (также правительственный центр, населенный многочисленными правительственными служащими).

На семинаре по прошлым жизням в Сиэтле большое число людей сказали, что они были боевыми пилотами во время Второй мировой войны. На другом семинаре большинство заявили, что они были первыми американскими поселенцами, а еще на одном – поразительное большинство людей работали в поле в Китае. Я не считаю это случайным совпадением, я полагаю, что задолго до текущей жизни участники каждого семинара сделали выбор снова собраться в группу, чтобы освободиться от ограничений прошлых совместных жизней.

Недавно я получила из Германии письмо от одной женщины, которая испытала заслуживающие внимания ощущения на семинаре по прошлым жизням, который проводился в Австралии. На семинарах я включаю музыку, а потом прошу участников походить по комнате. Говорю им, что, когда музыка прекратится, они весьма вероятно могут оказаться рядом с тем, кого знали в прошлой жизни. Большинство людей считает это неправдоподобным, но, тем не менее, выполняют упражнение. Урсула написала, что когда музыка прекратилась, она *случайно* оказалась рядом с другим немцем. На семинаре было более двухсот человек, и она никогда раньше не видела этого человека.

Когда разговорились, выяснилось, что они родились в одном небольшом городке! В детстве она каждый день ходила мимо его дома по дороге в школу. Кроме того, каждый из них примерно в одно и то же время переехал в Канаду в один и тот же город – а потом переехал в один и тот же город в Австралии в одно и то же время. Это может быть удивительным совпадением или придавать достоверность идее, что мы на протяжении разных жизней привязаны к одним и тем же душам. Письмо Урсулы не единственное – я получила сотни подобных писем от людей, которые принимали участие в моих семинарах по реинкарнациям.

Иногда после сеанса я спрашиваю, есть ли желающие описать то, что они видели во время медитации. На семинаре в Лондоне один мужчина сказал, что видел себя стоявшим на скале в образе коренного американца. Потом другой коренной американец подкрался к нему и столкнул вниз. Как только он сказал это, мужчина, сидевший рядом с ним (которого он не знал) сильно побледнел.

Я спросила его: «Что *вы* видели во время медитации?»

Он ответил дрожащим голосом: «Я был американским индейцем, и именно я столкнул кого-то со скалы!»

В другой раз одна женщина рассказала, что вспомнила, как в XIX веке в Лондоне была в городском парке и везла кого-то в старом деревянном кресле-каталке. Женщина рядом с ней встревожилась и сказала, что тоже оказалась в тот же период в Лондоне, и кто-то вез ее в старом деревянном кресле-каталке по городскому парку! Один мужчина оживил воспоминания своей жизни в образе аборигена амазонских джунглей. Он увидел, как помогал своему племени разрушать соседнюю деревню. Человек, сидящий около него (незнакомец) видел во время медитации, как его амазонское поселение было стерто с лица земли соседним племенем.

Я обнаружила, что в больших группах может вырабатываться очень сильная энергия, которая помогает изучению прошлых жизней и личному исцелению. По возможности я работаю с энергией помещений, используя древние очищающие методы. (Более подробную информацию об этом вы можете получить в моих книгах «Духовное пространство», «Очищение пространства от А до Я» и «Фэн-шуй для души».) Во время возвращений в прошлое я также люблю помещать в комнату целителей, – это способствует созданию целительной энергии и любви, чтобы люди испытывали положительные, вдохновляющие эмоции, которые стимулируют благополучие. Теперь я обучаю традиционных терапевтов, как использовать практические методы возврата в прошлое в их работе. Возрастающий интерес западного общества к реинкарнации добавляет значимости идее, что перед лицом будущего необходимо понять, откуда мы пришли, чтобы лучше подготовиться к тому, что нас ждет впереди.

Посещения сеансов возвращения в прошлое или участие в семинарах по прошлым жизням приносят большую пользу, но вы можете начать исследование прямо сейчас у себя дома, выполняя простое упражнение, описанное далее в этой книге. Многие люди рассказывали о динамичных положительных переменах в их жизни при использовании этих простых методов.

Даже простое чтение этой книги без выполнения каких-либо упражнений может помочь в решении трудных вопросов.

Это происходит в связи с тем, что вы концентрируете внимание на изучении ваших прежних жизней и подсознательно активизируете старые привычки. Повторное проигрывание прошлых ситуаций (которое может произойти в снах или во внешних обстоятельствах вашей жизни) имеет одновременно исцеляющее и усиливающее значение. В эволюции нашей планеты никогда не было более подходящего времени для решения старых проблем и отказа от негативного программирования. Концентрируя внимание на прошлых жизнях – и применяя методы, описанные в этой книге, – вы сможете изменить в лучшую сторону свое прошлое и,

следовательно, встретить с радостью будущее... и открыться чудесам, которые будут происходить в вашей жизни.

Глава 2

Реинкарнация и карма

Концепция реинкарнации, лежащая в основе лечения с помощью возвращения в прошлое, известна с доисторических времен. Существует теория или мнение, что значимая часть – высшая сущность или душа – каждого человека остается живой после смерти и возрождается в другом теле. Несмотря на то, что в очередной жизни развитие получает новая личность, духовная часть человека на протяжении всех последующих жизней остается неизменной.

Согласно текущим оценкам, не менее трети живущих в настоящее время людей считают, что душа вечна и постоянно возвращается на Землю, возрождаясь в новых телах, для дальнейшего развития и обучения. Недавний опрос общественного мнения, проводимый институтом Харриса, выяснил, что двадцать семь процентов американцев верят в реинкарнацию – то есть они верят, что когда-то были другими людьми. В их число входят сорок процентов людей в возрасте от двадцати пяти до двадцати девяти лет и только четырнадцать процентов людей в возрасте шестидесяти пяти лет и старше (это свидетельствует о том, что вера в реинкарнацию наиболее развита у молодежи).

Духовная вера в бессмертие «личности», которая воплощается снова и снова, утверждает, что каждый период жизни обогащает имеющийся опыт, что позволяет нам как божественным существам становиться более сильными, сбалансированными и любящими. И в результате мы воссоединяемся с Духом. (Иногда я предпочитаю использовать слова *Дух* или *Создатель* вместо слова *Бог*, потому что некоторые люди считают Богом небесное божество мужского рода, способное только осуждать. Для меня слова *Бог*, *Богиня*, *Создатель*, *Великий Дух* и *Космический Разум* означают одно и то же – Живую Силу внутри всего и каждого.)

Воспоминания о реинкарнациях могут самопроизвольно возникать различными способами. Вы когда-нибудь испытывали жуткое ощущение, когда находитесь в чужом городе, и он кажется настолько знакомым, что это невозможно объяснить? Вы когда-нибудь слышали определенную музыку и чувствовали, что она что-то напоминает, или вам снился яркий, образный сон об исторической эпохе или стране, которые кажутся необычайно знакомыми и реальными? Все эти ситуации уходят корнями в прошлые жизни.

В одной жизни вы могли быть очень бедным и поэтому имели шанс на личном опыте научиться смирению и изобретательности. В другой жизни вы могли быть богатыми для того, чтобы научиться честно и позитивно относиться к деньгам. Вы могли быть слепым, чтобы активизировать ваше внутреннее зрение, или спортсменом, чтобы ощутить и осмыслить физическую силу. Вы могли быть женщиной в одной жизни и мужчиной в другой – или кавказцем в одной и азиатом в другой. Попробуйте думать о прошлых жизнях не как о строительных кирпичиках, а скорее как о деталях, составляющих картинку-загадку, каждая из которых представляет определенный период жизни и делает вас более сбалансированными.

Реинкарнация и история

На протяжении всей истории великие мыслители задумывались о мистических сторонах жизни, рождения и перевоплощения. В самых ранних записях по теории реинкарнации, пришедших к нам из Древнего Египта, говорится, что душа бессмертна; когда тело умирает, душа переселяется в другое человеческое тело. Древние и современные индуисты верят, что душа бессмертна и последовательно воплощается в различных телах в поисках своей истинной божественной природы. Задолго до возникновения христианства Будда говорил о циклах реинкарнации – о великом круговороте жизни и смерти. Так же как индуисты и сикхи, буддисты стремятся вырваться из круга смерть/возрождение для достижения нирваны или единения с Создателем. В дополнение к ним, эссеи, представители древней иудейской секты; средневековые христианские катары, процветавшие во Франции; исламские последователи суфизма тоже были охвачены идеей реинкарнации.

Греческий философ Пифагор, живший примерно за пятьсот лет до рождения Христа, не только писал на эту тему, но и описывал личные воспоминания о собственных различных воплощениях. Его соратник философ Платон тоже верил в это. Наполеон заявлял, что в прошлой жизни в VIII веке он был Карлом Великим, императором Священной Римской империи. Французский философ Вольтер писал, что «это никого больше не удивляет, быть рожденным дважды, а не единожды». Испанский художник-сюрреалист Сальвадор Дали считал, что он был когда-то великим испанским мистиком пресвятым Иоанном Крестителем. Немецкий писатель и поэт XVIII века Иоганн Вольфганг Гете также был глубоко охвачен идеей о прошлых жизнях: «Я уверен, что, так же как сейчас, был здесь раньше тысячу раз, и надеюсь вернуться еще тысячу раз». Многие знаменитые американцы, включая Бенджамина Франклина и Томаса Эдисона, тоже верили в реинкарнацию.

Джордж С. Паттон, известный американский генерал, участник Второй мировой войны, был убежден, что в прошлой жизни он был карфагенским генералом Ганнибалом. Генри Форд, основатель современного конвейера и серийного производства, был уверен, что в предыдущей жизни был солдатом, убитым во время битвы при Геттисберге. Ральф Уолдо Эмерсон, американский поэт и эссеист, тоже придерживался мнения о существовании реинкарнации.

Реинкарнация как жизненная система персональных взглядов получает все большее распространение в западной культуре, так как многие люди не находят удовлетворения своих духовных потребностей в современных религиях. Разочарованные люди обращаются к данной философии, которая дает ответы на такие вопросы как: «Почему мы сохраняем одни и те же негативные привычки? Откуда берутся периодически повторяющиеся страхи и фобии? Почему мы испытываем постоянное притяжение к некоторым людям и местам?» И главное, она помогает ответить на вопрос: «С какой целью мы находимся на Земле?» Теория реинкарнации позволяет понять способ, с помощью которого каждый из нас создает свою собственную судьбу.

Родственные души

Данная философия освещает одну из самых важных сторон жизни, которой является построение взаимоотношений. Понимание и приведение в норму эмоциональных преград, – которые уходят корнями в прошлые жизни – помогает улучшить качество наших нынешних взаимоотношений. Сегодняшние партнеры, являющиеся нашими кармическими дополнениями, дают шанс закончить незавершенные дела и помогают освободиться от негативных мыслей и эмоций, проникнувших в нашу теперешнюю жизнь. Тех, с кем мы имеем взаимоотношения, берущие начало в прошлой жизни, называют нашими «родственными душами».

Вы когда-нибудь встречали случайных знакомых, которые оставляли неизгладимое впечатление, навсегда сохранившееся у вас в памяти? Много лет назад, когда я стояла в очереди в кинотеатр, из темноты вышел высокий мужчина и прошел мимо меня. Я даже не рассмотрела его лицо. У меня вдруг перехватило дыхание, колени ослабли, и мне показалось, что я готова упасть в обморок. Когда я повернулась, чтобы посмотреть на него, он уже ушел. Кто это был, и почему он вызвал во мне такую необычную реакцию? Психолог мог бы сказать, что я активизировала глубоко зажатые детские воспоминания о ком-то, с кем имел сходство тот высокий незнакомец – однако, возможно, он был родственной душой.

Сколько раз вы ловили мимолетный взгляд кого-то в переполненной комнате и чувствовали моментальное взаимопонимание – внутреннее осознание того, что вы встретили близкого по духу человека? В такие краткие моменты ощущали вы когда-нибудь стремление возродить эти воспоминания из прошлого и сохранить их навсегда? С другой стороны, встречали вы когда-нибудь человека, который по непонятным причинам вызывал чувство дискомфорта, замешательства или даже гнева?

Такие встречи являются частью сложного сюжетного полотна, лежащего глубоко в подсознании и составляющего образы событий, переплетающихся вдоль и поперек наших жизней. Наши отношения в прошлых жизнях определяют, как мы взаимодействуем с окружающими людьми. Они могут послужить причиной сильной любви или влечения к одному человеку – и ненависти, зависти или враждебности к другому. При пробуждении в душе воспоминаний возрождаются и взаимоотношения. Почти каждый, с кем мы общаемся в этой жизни, видимо, присутствовал во многих наших прошлых жизнях – возможно как брат, сестра, родитель, коллега, ребенок, любимый человек или даже враг.

Характер ситуаций из прежних жизней воспроизводится в теперешней жизни; они могут быть страстными, романтическими, рискованными или даже зловещими и мстительными. Когда мы встречаем знакомые души в теперешней жизни, отношения возобновляются и заново налаживаются. Эти знакомые глаза в переполненной комнате часто являются внутренним напоминанием людей, которых мы выбрали для того, чтобы вновь установить с ними отношения, и эта встреча предоставляет возможность заново пережить эти кармические связи.

Идея о родственных душах обычно напоминает об образах Ромео и Джульетты, Тристана и Изольды или Кэтрин Хепберн и Спенсера Трейси – людей, которые нашли свои идеальные вторые половинки и стали символами восхитительной любви, преодолевшей время и пространство. И хотя понятие *родственная душа* обычно используется для обозначения единственной великой любви в вашей жизни, я считаю, что родственными душами можно назвать *всех* людей, с которыми вы были вместе в прошлых жизнях и даже в других измерениях. Эта идея основана на теории, что вы воплощаетесь вместе с одними и теми же людьми. Вы и родственные души вступаете в жизнь вместе и притягиваетесь друг к другу даже с дальних концов света.

Впервые я поняла, как родственные души находят друг друга, когда училась в колледже на Среднем Западе. У меня была очень сильная любовь с преподавателем социологии в университете. Мы жили вместе в небольшом загородном доме, но, в конце концов, я почувствовала, что он встречается с другой женщиной. Я настолько потеряла душевный покой, что решила переехать на Гавайи, чтобы забыть эту мрачную любовную историю.

Позднее я несколько раз меняла адреса на Гавайях, и однажды за чаем с приветливой соседкой узнала, что мы с новой знакомой учились в одном университете. У нас даже нашлись общие знакомые. Когда она начала рассказывать о тайных встречах с преподавателем с кафедры социологии, до меня начала медленно доходить истина – она была той женщиной, с которой мой любимый завел роман. К счастью, ситуация осталась далеко позади, и мы все-таки смогли стать хорошими подругами. Такого рода истории встречаются часто – люди, которые раньше были вместе, каким-то образом находят друг друга при самых необычных обстоятельствах.

Мы склонны думать, что предназначенными для нас партнерами являются только те люди, к которым мы испытываем моментальное влечение. При работе с возвращением в прошлое я, тем не менее, обнаружила, что родственными душами могут также быть люди, в общении с которыми в теперешней жизни у нас возникают трудности. В действительности такими сложными людьми часто могут оказаться те, с кем в прошлой жизни у нас были самые близкие отношения.

Когда встречаются родственные души, между ними обычно мгновенно создается взаимопонимание, признание или, наоборот, антипатия. Если в прошлой жизни у вас были сексуальные отношения, в нынешней жизни между вами может возникнуть физическое влечение – иногда взрывное и сильное. И хотя родственные души не всегда сходятся во взглядах, в их отношениях обычно присутствует ощущение близости. Часто их общение происходит на уровне, который находится за пределами логического объяснения, а глубокая привязанность (негативная или позитивная) иногда подобна телепатии.

Любовные пары

Одной из самых великих тайн в философии реинкарнации является идея, что каждый человек имеет идеальную пару. Такого человека называют *возлюбленным, парой, парным пламенем*, а чаще всего – *родственной душой*. Исследователи установили, что даже в религиях, берущих начало в каменном веке, одним из главных признаков успешной жизни считалось то, что человек в следующей жизни возрождался рядом со своей истинной любовью. Писатель и поэт Гете написал книгу, основанную на средневековой идее, что супружеские пары были соединены по провидению божьему. В своей книге «Родство душ», он утверждает, что каждый человек имеет идеальную пару, которая ждет, чтобы ее нашли.

Широко распространенной теорией о любовных парах является то, что изначально мы были двуполовыми существами – душами, которые не были ни мужчинами, ни женщинами. В какой-то момент нас разделили на две части, и мы получили мужскую или женскую энергию, но необязательно два разных тела. Эти половинки заполнили поверхность Земли – увеличив разделение противоположностей и вечно стремясь к восстановлению единства. Постоянная потребность в продолжении рода рассматривается как глубокое духовное стремление к тому первоначальному единству, которое существовало до разделения.

Приверженцы этой теории утверждают, что в ближайшие годы усилится желание воссоединиться со своими любовными партнерами из-за усиления скорости вибрации планеты. Это вызывает создание отношений, выходящих за пределы расовых, возрастных, половых, религиозных и социальных различий.

Иногда любовный партнер может существовать в духовном мире, а не в физическом теле, предлагая помощь как бы с «другой стороны». Это создает ощущение, что любящее существо охраняет вас. Родственные души могут быть одного пола, хотя один из них обычно имеет отрицательную (женскую) полярность, а другой – положительную (мужскую).

Несмотря на привлекательность так называемой идеальной любви, будет ошибкой потратить жизнь на ожидание «настоящей» любви.

Во-первых, такое отношение может лишить вас ощущения радости, потому что вы живете в своеобразном *режиме ожидания*. (В связи с этим любовь почти не имеет возможности найти вас здесь и сейчас, так как вы слишком сосредоточены на будущем.) Во-вторых, любовные пары обычно не имеют плавных отношений; на самом деле они могут вести себя довольно бурно, поскольку партнеры подобно зеркалу подчеркивают и отражают те наши качества, которые нам не нравятся. По этой причине, когда любовные партнеры встречаются, их отношения не всегда долговечны. Однако когда они искренне соединяются на какое-то время, возникает непостижимое сплочение сердца и души.

Важную роль в успешном поиске второй половинки играет еще и то, до какой степени вы принимаете и любите себя.

Если при попытке привлечь предназначенного партнера вы чувствуете себя недостойным, то начинаете думать: «С этим человеком должно быть что-то не так, раз он любит меня». Потом вы подсознательно начинаете находить отрицательные стороны у другого человека и отталкиваете его или ее. Вашей родственной душой может оказаться даже человек, с которым вы состоите в браке последние двадцать лет, но вы не в состоянии рассмотреть истину.

Философия реинкарнации и родственных душ помогает многим людям понять, зачем мы здесь. Она способна помочь разобраться в сегодняшних взаимоотношениях и предлагает ответы на некоторые трудные жизненные вопросы.

Закон кармы

Существенным для понимания реинкарнации является осознание принципа «Что посеешь, то и пожнешь». Этот принцип управляет кармой. Мы создаем судьбу на основе суждений и действий в настоящее время и в предыдущих жизнях. Карма – это закон причины и следствия – универсальная система правил, которая определяет переплетения нашей судьбы. Она позволяет понять, почему один человек постоянно испытывает страдания, в то время как другой легко идет по жизни.

Раньше карма рассматривалась как своего рода бухгалтерская система дебетов и кредитов – закон возмездия и кары. Многие когда-то верили, что любые страдания в их жизни происходят из-за плохих поступков в прошлом – все негативное в жизни человека определяется кармой. Те из нас, кто страдает физическими недостатками, неизлечимыми болезнями или испытывает бесконечные страдания, думают, что получают расплату за какие-то ужасные деяния, совершенные в прошлой жизни. Однако такие взгляды могут оказаться жестокой несправедливостью по отношению к кому-либо в неудачной ситуации.

В настоящее время идея о том, что карма является Божественной системой возмездия, изменилась. Современная теория стала намного милосерднее и гуманнее. На Небесах не существует никакой силы, которая решала бы, что хорошо, а что плохо для любого человека. Вместо этого внутри каждого из нас есть своеобразные весы для справедливого наблюдения за нашей добросовестностью.

Мы являемся собственными обвинителями и судьями, постоянно стараясь выровнять чаши весов – никакого небесного божества, руководящего нами, не существует.

Внутренняя мудрость оценивает, насколько целесообразны наши действия. Мнение не всегда может соответствовать тому, что мы сознательно признаем верным в данный момент, даже если это оправдывается религиозными и культурными традициями. Существуют гораздо более глубокие внутренние истины, которых мы придерживаемся, иногда находящиеся за пределами общественных норм и правил.

Я считаю, что мы создаем не только свою реальность, но и свою карму. Например, если вы сделали что-то в прошлой жизни и не смирились с этим поступком, то в настоящем можете чувствовать себя недостойным и заслуживающим наказания. Поэтому в сегодняшней жизни вы подсознательно создаете сложные ситуации и обнаруживаете, что пользуетесь ими для собственного порицания. Я не считаю это космическим наказанием – это своего рода внутреннее уравнивание. Если вы чувствуете себя обманутым, то позднее получаете возможность проявить милосердие к тем, кто пережил похожие ощущения. Определенная степень, до которой вы можете одобрять себя и все свои поступки – и брать ответственность за них (независимо от того, в какое время жизни они произошли) – является степенью, до которой вы можете выйти за пределы кармы. Другими словами, вы исполнили свою карму, если без всяких условий простили и приняли себя и других.

Прощение является условием, позволяющим выйти за пределы кармического пути.

(Помните, вы не обязаны прощать поступок – поскольку некоторые из них простить невозможно – важнее простить человека или людей, совершивших его.)

Взгляд на карму коренных американцев

Взгляд на карму древних коренных американцев немного отличается от взглядов жителей Запада и Востока. Согласно их традициям, человек должен совершать в жизни поступки с пониманием того, какое влияние они могли бы оказать на все племя и на последующие семь поколений. Как я упоминала ранее, *что посеешь, то и пожнешь*. Например, если древние коренные американцы хотели срубить дерево, они сначала думали о том, как это скажется на их потомках. В некоторых племенах за неблагоприятные поступки не выносились физические наказания, вместо этого виновник должен был принимать участие в многочисленных дискуссиях со старейшинами племени до тех пор, пока не выяснялись все последствия его поведения.

Коренные американцы верили, что каждый поступок влияет на итог жизни. Они интуитивно понимали, что все связано между собой. Мы живем в жизнеспособном мире, и все в жизни взаимодействует. Взмах крыльев бабочки в Скалистых горах в США может повлиять на торнадо на Филиппинах, а оно в свою очередь может подействовать на грудного ребенка в маленьком городке в Италии.

Те древние коренные народы понимали, что каждый поступок имеет последствия. Эта идея относится к материальному миру и к человеческому образу жизни. Третий закон Ньютона объясняет это, доказывая, что всякому действию есть равное противодействие. В пространстве кармы сила наших мыслей и чувств становится осязаемой и живет своей собственной жизнью – она приобретает форму и содержание в причинно-следственном мире. В зависимости от интенсивности, страсти и ясности ума мыслителя, каждая мысль создает колебания энергетического поля планеты. Другими словами, важно не только то, что вы *делаете*, но и что вы *думаете* и *чувствуете*. Поступки, мысли и слова производят энергетические волны, которые отражаются во всей Вселенной. Таким способом мы непрерывно создаем и уравниваем карму.

Проявления кармы

Карма может проявляться различными способами. Символически это можно продемонстрировать следующим образом. Люди, которые в прошлой жизни не хотели узнать истину о себе и об окружающем мире, в новой жизни могли родиться слепыми, чтобы научиться воспринимать истину с помощью интуиции и чувств. Могучий викинг, живший несколько веков назад, мог в жестокой битве проливать кровь других, а в будущей жизни иметь анемию.

Карма также может быть средством для уравнивания. Например, женщина, которая была фрейлиной в период Ренессанса, в той жизни была невнимательной к людям и не уделяла времени, чтобы выслушать других. В теперешней жизни она чувствует, что ее никто никогда не слушает.

Некоторые невзгоды и трудности не всегда подходят под *символические* или *уравнивающие* категории. К примеру, человек с физическими недостатками может воплотиться, чтобы быть полезным другим. Ребенок с синдромом Дауна может быть развитым существом, который воплотился, чтобы позволить людям ощутить способность к состраданию.

Иногда мне задают вопросы по поводу кармы, связанной с наиболее опустошающим событием – смертью ребенка. Я не могу представить что-либо более тягостное. Я всегда глубоко печалюсь, когда слышу об этом. Я думаю, что существует две причины, почему ребенок может умереть в раннем возрасте. Первая причина заключается в том, что малыш пришел в этот мир, чтобы оказать помощь своей семье и друзьям. Когда ребенок уходит из жизни, каждый, кого коснулась эта смерть, подвергается небывалым душевным исканиям и получает

глубокие изменения в сознании. Несмотря на опустошающее действие, этот процесс обычно способствует духовному росту. Второй причиной смерти в раннем возрасте является то, что ребенок был уже зрелой душой, и ему не требовалась долгая жизнь. Он нуждался лишь в кратковременном физическом существовании для завершения земного опыта. Я считаю, что душа заключает договор с родителями и другими членами семьи до своего воплощения. Несмотря на огромную боль, в таких чрезвычайно трудных ситуациях происходит мощное духовное развитие.

Моментальная карма

При осуждении будьте очень внимательны, ведь зачастую то, что вы осуждаете, становится частью вашей собственной жизни до тех пор, пока вы не примите и не простите недостатки других. Приведу простой пример. Однажды в гастрономе я услышала, как мать сердито кричала на своего ребенка. Я посчитала это абсолютно недопустимым и подумала, что она ведет себя неправильно. Даже в моем взгляде можно было бы прочитать: «Вы поступаете плохо!»

Спустя несколько недель, когда я занималась покупками, моя маленькая дочь постоянно мешала мне, и я начала на нее кричать. Внезапно я замолчала. В тот момент меня наполнило сострадание к другой матери, которую я так поспешно осудила недавно. Мир станет намного лучше, если мы перестанем критиковать поступки других, а попробуем поставить себя на их место. Коренные американцы говорят: «Пройди мило в моих мокасинах».

Поскольку жизнь на нашей планете ускоряется, нам приходится быстрее уравнивать кармические весы. Я называю это «моментальной кармой». Например, если вы осуждаете кого-то за бессвязную речь, в следующий раз вы можете обнаружить, что сами путано и неясно выражаете свои мысли. Это не наказание, а скорее способ создания условий, которые позволят вам быть более понимающими и менее критичными к другим. В ближайшие годы этот феномен будет проявляться все быстрее и быстрее, в связи с увеличением скорости движения к завершению. Вы заметите, что моментальная карма все чаще будет иметь место в вашей жизни! Это способ измерения уровня вашего духовного развития – чем выше уровень, тем быстрее будут проявляться мысли, и ваши осуждения будут возвращаться к вам. Незавершенные отношения и незаконченные дела в этой или в прошлой жизни начнут выступать на передний план для принятия вами долгожданных решений.

Проживание нескольких жизней в одном теле

Я полагаю, что в связи с ускорением темпа многие люди проживают более одной жизни в рамках одного эволюционного цикла. У них такая обширная карма, которую они хотят завершить, что многие проживают несколько жизней на протяжении одной.

К примеру, в прошлом один человек, родившийся в определенном городке, мог заниматься тем же, чем занимались всю жизнь его отец и дед, жениться, вырастить детей и умереть, не выезжая за пределы этого городка. Сейчас кто-то может провести одну половину своей жизни в качестве повара в Бразилии, а вторую половину – работая психологом в Греции. Каждая половина жизни может иметь собственный распорядок и отрабатывать собственные кармические ситуации.

В любых разговорах о карме очень важно учитывать точку зрения, которой придерживаются многие люди: *«Я ничего не могу с этим поделать. Это моя карма»*. Не имеет значения, насколько трудна ваша жизнь, какие неприятности вы переживаете, *вы не увязли в вашей ситуации*. Вы абсолютно свободно можете изменить обстоятельства или свое отношение к ним. Вы не привязаны к устойчивым ситуациям – прошлое, настоящее и будущее легко поддаются влиянию. Вы можете изменить вашу карму и конечные жизненные обстоятельства.

Судьба и свобода воли

Я уверена, что каждый из нас рождается с предопределенным будущим, и в день рождения уже известен день нашей смерти. Моя бабушка по отцу была астрологом и обучалась у известного специалиста Менли Холла. Бабушка говорила, что видела собственную смерть в астрологических картах, поэтому я не думаю, что она была удивлена, когда пришло ее время покидать Землю.

Так или иначе, я верю в свободу воли не менее горячо, чем в предопределенность. Я не испытываю никаких трудностей, придерживаясь таких, казалось бы противоположных, мнений. В действительности я считаю, что чем больше противоположных взглядов вы допускаете, тем более сострадательным человеком являетесь. За пределами линейного времени находятся подвластные изменениям будущее и прошлое. Вполне возможно так поменять сознание, что вы сможете выбрать совершенно другое временное измерение с новыми прошлыми и будущими последствиями. Другими словами, вы не связаны вашим прошлым, и ваше будущее можно изменить. (Более подробно это описывается в главе 10 «Будущие жизни, волновой эффект и чудеса».)

В книге «Автобиография йога» Парамаханса Йогананда пишет об астрологии и карме. Он утверждает, что астрологическая карта любого человека может показать последовательно все его прошлые накопленные кармы. Он пишет: «Ребенок рождается в тот день и в тот час, когда астрологические лучи в математической гармонии совпадают с его кармой». По его мнению, с помощью молитв, духовных практик и правильного поведения вы можете переделать тяжелую карму так, что предназначенный вам удар шпаги мог бы видоизмениться в укол булавкой. Однако Йогананда предостерегает: лишь немногие астрологи могут правильно расшифровать карму на астрологических картах.

Я пережила несколько удивительных ситуаций, которые могут послужить веским доказательством существования предопределенности. Когда я проводила семинары в Южной Африке и встречалась с представителями племени зулу, я познакомилась с необычной голландской женщиной, которая рассказывала, что провела какое-то время в Индии. Во время ее пребывания там она узнала об интересном месте высоко в горах, где несколько столетий назад жил знаменитый астролог, и где его потомки веками хранили в нетронутom виде все его записи. Когда написанное выцветало от времени, они аккуратно переписывали все бумаги.

Когда кто-нибудь обращался за консультацией во время жизни астролога, он не только составлял ему карту текущей жизни, но и карты для будущих периодов! Так что если бы вам достаточно повезло несколько столетий тому назад и вы попали бы в число его первоначальных клиентов, то смогли бы прочитать карту одной из ваших будущих жизней – хотя это могли бы сделать немногие поколения. Он говорил своим клиентам, что если они захотят получить свои записи в будущем, то они всегда будут доступны для них.

Сначала я подумала, что этот рассказ звучит слишком удивительно, чтобы быть правдой. Возможно, эта легенда была просто уловкой для получения денег, чтобы жители бедной деревни могли заработать на жизнь. Когда я озвучила свои предположения, голландка сообщила мне, что за карты не только никто никогда не брал денег, но посетителям запрещалось даже приносить в подарок цветы или любые другие подношения.

Она объяснила, что решила поехать в деревню астролога вместе с другом. Когда она прибыла на место, то сообщила жителям деревни дату и место своего рождения. Они искали, но не смогли обнаружить ее карту – поэтому решили, что она не была одним из тех, чьи карты были составлены сотни лет назад. Однако карту ее друга удалось найти.

В сегодняшней жизни ее друг имел очень болезненное состояние кожи. В его карте говорилось, что во время его воплощения в XX веке он будет страдать кожными заболеваниями,

потому что в прошлой жизни он плохо относился к людям, зараженным проказой. Согласно карте он должен пожертвовать на лечение проказы, чтобы избавиться от нее. Когда он вернулся домой из Индии, он внес пожертвования на цели, связанные с этим заболеванием, и его кожа полностью очистилась. Но когда он потом перестал заниматься благотворительностью, проблемы с кожей вернулись.

Я восприняла бы все это только как интересный рассказ, если бы через месяц не услышала еще одну похожую историю. Я проводила в Лондоне серию лекций по реинкарнации, и меня попросили принять участие в радиопрограмме «Би-Би-Си» с Ивом Поллардом, редактором «Санди Миррор» и «Санди Экспресс». В программе люди разного происхождения участвовали в живых дискуссиях на различные темы. Одним из гостей был мужчина, приехавший из Индии. В конце передачи этот, мягко говоря, индийский джентльмен, который был доктором и очень знаменитым скульптором, сказал: «Я хотел бы вам кое-что показать».

Когда мы сидели в приемной студии, он развернул пачку выцветших бумаг с изношенными краями. Страницы были исписаны словами, как я предположила, на санскрите. Доктор тем временем продолжал рассказывать, что, когда ему было девятнадцать лет, он вместе с отцом отправился к месту, где веками хранились астрологические записи. По описанию это место было очень похоже на то, что описывала мне та голландская женщина. После долгой и тяжелой дороги доктор и его отец прибыли на место в дождливый день. Такая погода была весьма необычна для той части света. Они разложили свои теперешние астрологические карты и обнаружили, что оба были клиентами знаменитого астролога сотни лет тому назад. Доктор сообщил мне, что согласно его карте он должен был обратиться за своими записями *в дождливый день, когда ему будет девятнадцать лет*. Его карта также правильно указывала его имя в теперешней жизни.

Когда мы рассматривали его потрепанную карту, я спросила: «Эта карта у вас почти тридцать лет? Насколько она правдива?»

Он осторожно прошелся вместе со мной по карте (хотя я могла только доверять его словам, так как не умею читать на санскрите) и показал мне много примеров, где карта говорила правду. Я передаю вам эти истории в том виде, в каком мне их рассказали. Я считаю обоих рассказчиков честными и достойными доверия людьми. Я верю им и их описаниям.

Переселение душ: может ли кто-то в прошлой жизни быть животным?

Меня часто спрашивают, всегда ли мы были в прошлых жизнях людьми, и я обнаружила, что для человека вполне обычным является воспоминание о прошлой жизни, в которой он был животным. Особенно правдивым это выглядит, если люди происходят из культур, в которых господствующий религиозный взгляд основан на реинкарнации и переселении душ в тела животных. Подобные случаи происходили также с людьми, имеющими происхождение из первобытных культур. Для представителей западной культуры считается очень необычным вызвать воспоминания о жизни, в которой они были животными. Я не думаю, что это означает, что на Западе люди никогда не были в прошлых жизнях животными, тогда как представители коренных народов были. Просто мне кажется, что, поскольку они живут ближе к земле, коренные народы более созвучны природе и скорее *вспоминают* прошлые жизни, в которых были животными.

Позвольте поделиться с вами правдивой историей, которая добавляет достоверности идее о пребывании в прошлых жизнях в образе животных. Как я уже упоминала ранее, в моей теперешней жизни некоторое время я провела в буддистском монастыре, в котором были очень строгие порядки. От нас требовали проводить медитации по шестнадцать часов в день, сидя в «позе лотоса» или «полулотоса». При этом мы сидели лицом к голой внутренней стене монастыря. Нам нельзя было открывать глаза, так как учителя дзен-буддизма полагали, что мы могли испытать искушение смотреть по сторонам. Однако и закрывать глаза тоже было нельзя, так как они полагали, что мы можем заснуть или начать визуализировать вместо того, чтобы медитировать. От нас требовали держать глаза полужакрытыми и без особого сосредоточения смотреть на стену. Когда мы сидели, наши спины должны были быть расположены строго вертикально, и нам запрещалось двигаться.

В таких условиях легко можно было нарушить требования из-за боли или усталости. Поэтому в качестве акта милосердия наставник дзен-буддизма ударял по плечу ученика палкой *киосаки*, чтобы обеспечить внимательность на его занятии. *Киосаки* похожа на плоскую бейсбольную биты. Прием состоял в том, что, если учитель признавал, что вы все делаете хорошо, он ударял так же сильно, чтобы подбодрить вас!

В тишине монастыря возникали внутренние видения в виде демонов из подсознания или из прошлого. Это отвлекало и часто отражалось в виде ужаса на лице. Учителя дзен говорили, что наши видения или ощущения во время медитаций не имеют значения, что все это лишь иллюзии, и мы должны избавляться от них. Я не знаю, являлось ли это наилучшим психологическим методом обращения с эмоциональными трудностями, но именно так поступали последователи традиций дзен-буддизма на протяжении столетий, и мы принимали это.

Одним из самых страстных учеников в монастыре был мужчина по имени Чак. Вероятно, подавленный трудностями монастырской жизни, он совершил самоубийство. После смерти Чака произошли интересные события.

В монастыре я прикормила бездомную белую кошку. Вскоре после ухода Чака из жизни кошка родила шестерых чисто белых котят. У одного из котят один глаз был голубым, а другой – зеленым. У Чака тоже один глаз был голубым, а другой – зеленым, но это показалось лишь совпадением. Кроме того, котенок упал с крыши гаража и, повредив лапку, стал хромать. Чак тоже ходил, прихрамывая, но это тоже показалось совпадением. Когда все котята достаточно подросли, чтобы охотиться за бабочками и носиться по монастырскому саду, мы заметили еще кое-что необычное.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.