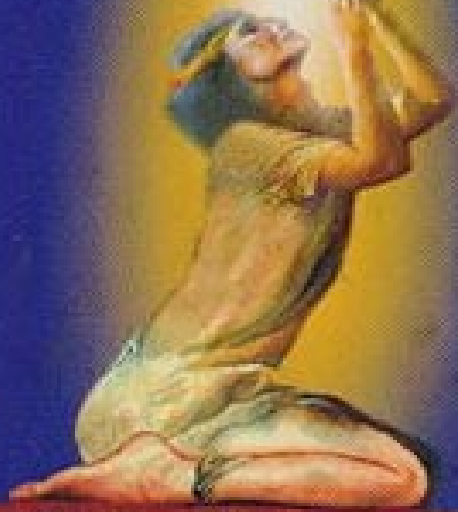


СОСРЦЯ

Мигель Руис



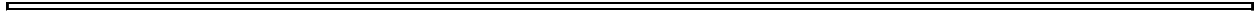
КНИГА
ТОЛТЕКСКОЙ
МУДРОСТИ

ЧЕТЫРЕ
СОГЛАШЕНИЯ

Annotation

Эта маленькая книжка может полностью изменить вашу жизнь. Попробуйте следовать Четырем новым Соглашениям, изменив старые соглашения, душившие вашу жизнь, – соглашения, навязанные нам Сном планеты, Сном общества, Сном семьи, – и адский сон, в котором почти все мы живем, превратится в Райский Сон. Толтек дон Мигель Руис, Нагваль иной, чем Кастанедовская, линии, сконцентрировал в этом маленьком послании всю мудрость Толтеков, и каждый, буквально каждый из нас может без страха воспользоваться ею.

- [Мигель Руис](#)
 -
 -
 -
 - [Четыре Соглашения](#)
 - [Толтеки](#)
 -
 - [Введение](#)
 - [Глава 1](#)
 -
 - [Прелюдия к новому сну](#)
 - [Глава 2](#)
 - [Глава 3](#)
 - [Глава 4](#)
 - [Глава 5](#)
 - [Глава 6](#)
 -
 - [Искусство трансформации: сон второго внимания](#)
 - [Дисциплина воина: контроль вашего собственного поведения](#)
 - [Инициация смертью: заключить ангела смерти в объятия](#)
 - [Глава 7](#)
 -
 - [Молитвы](#)
 - [Молитва о свободе](#)
 - [Молитва о любви](#)
 - [Выражение признательности](#)



Мигель Руис

Четыре соглашения. Практическое руководство

The Four Agreements: A Practical Guide to Personal Wisdom

© 1997 by Miguel Angel Ruiz, M.D

© «София», 2003

«Книга дона Мигеля Руиса – путевая карта к просветлению и свободе».

Дипак Чопра, автор книг «Семь духовных законов успеха», «Путь волшебника» и др.

«Вдохновляющая и поучительная книга».

Уэйн Дайер, автор книг «Реальная магия», «Путь к свободе» и др.

«Руис в духе Кастанеды раскрывает важнейшие моменты толтекской мудрости, четко и безукоризненно показывая, что означает для человека жить как мирный воин в современном мире».

Дэн Миллэн, автор книги «Путь мирного воина»

Дон Мигель Руис родился и рос в семье целителей в сельском районе Мексики; мать его была *курандерой* (целительницей), а дед – *Нагвалем* (шаманом). Семья надеялась, что Мигель освоит их древнее наследие, состоящее в обучении и лечении людей, и внесет свой вклад в эзотерическую науку Толтеков. Однако Мигеля увлекла современная жизнь, и он выбрал медицинский институт, чтобы стать хирургом.

Но однажды он едва не погиб, и этот случай радикальным образом изменил его жизнь. Как-то поздним вечером в начале семидесятых он уснул за рулем своего автомобиля. Проснулся в то мгновение, когда машина врезалась в бетонную стену. Дон Мигель помнит, что не чувствовал своего

тела, когда вытаскивал из разбитой машины двух своих приятелей.

Это событие ошеломило его, и он начал разбираться с собственными мыслями. Мигель посвятил себя овладению древней мудростью предков, прилежно учась у матери и пройдя курс обучения у шамана в мексиканской пустыне. В сновидении он получал наставления от покойного дедушки.

Согласно толтекской традиции, Нагваль наставляет человека на путь личной свободы. Дон Мигель Руис – Нагваль по линии Орлиного Рыцаря; он полностью посвятил свою жизнь распространению учений древних Толтеков.

Четыре Соглашения

Твое слово должно быть безупречным

Высказывайтесь прямо и честно. Говорите только то, что действительно подразумеваете. Избегайте говорить то, что может быть использовано против вас, или сплетничать о других. Применяйте силу слова для достижения истины и любви.

Ничего не принимай на свой счет

Чужие дела вас не касаются. Все, что люди говорят или делают, – это проекция их собственной реальности, их личного сна. Если вы выработаете в себе иммунитет к чужим взглядам и действиям, то избежите бесполезных страданий.

Не делай предположений

Найдите в себе мужество в случае непонимания задавать нужные вам вопросы и выражать то, что вы действительно хотите выразить. В общении с другими добивайтесь максимальной ясности, чтобы избежать недоразумений, не расстраиваться и не страдать. Уже одно только это соглашение может полностью изменить вашу жизнь.

Старайся все делать наилучшим образом

Ваши возможности не всегда одинаковы: одно дело, когда вы здоровы, а другое – когда больны или расстроены. При любых обстоятельствах просто прилагайте максимум усилий, и у вас не будет упреков совести, укоров в свой адрес и сожалений.

В «Четырех Соглашениях» дон Мигель Руис раскрывает источник верований, которые отнимают у людей радость и обрекают на ненужные страдания.

Основываясь на древней мудрости Толтеков, «Четыре Соглашения» предлагают правила поведения, открывающие огромные возможности быстрого изменения жизни ради того, чтобы обрести свободу, настоящее счастье и любовь.

Толтеки

Тысячи лет назад Толтеки были известны во всей Южной Мексике как «люди знания». Антропологи говорят о толтеках как о нации или расе, но на самом деле они были учеными и художниками, создавшими свое сообщество для исследования и сохранения духовного знания и обычаев древних. Они собрались вместе как наставники (Нагвали) и ученики в Теотихуакане, древнем городе пирамид под Мехико, известном как «Место, где Человек становится Богом».

В течение тысячелетий Нагвалям приходилось скрывать мудрость предков и окутывать тайной ее существование. Европейские завоевания и то, что некоторые ученики откровенно злоупотребляли своими способностями, заставили оградить традиционное знание от тех, кто не были готовы мудро им распорядиться или могли преднамеренно использовать его для своей наживы.

К счастью, эзотерическое знание Толтеков воплощали и передавали из поколения в поколение несколько различных по своей «родословной» линий Нагвалей. Хотя в течение сотен лет все это оставалось под покровом тайны, древние пророчества предсказывали, что настанет время, когда станет необходимым вернуть людям древнюю мудрость. Теперь дон Мигель Руис, Нагваль из линии Орлиного Рыцаря, по наставлению своих учителей должен был поделиться с нами учением Толтеков, способным оказывать огромное влияние на современный мир.

Знание Толтеков, как и все священные эзотерические традиции во всем мире, опирается на основополагающее единство истины. Это ни в коем случае не религия, но толтекская традиция чтит всех духовных наставников, когда-либо учивших на Земле. Она тоже говорит о духе, но речь скорее идет об образе жизни, отличительной чертой которого является готовность к внутренним изменениям, ведущим к достижению счастья и любви.

*Посвящается Кругу Огня:
тем, кто предшествовал нам,
тем, кто нынче здравствует,
и тем, кто придет после нас.*

Введение

Задымленное зеркало

Три тысячи лет назад существовали точно такие же люди, как мы с вами, – люди, жившие вблизи окруженного горами города. Один из них учился, чтобы стать знахарем, постичь знания своих предков. Но этот человек не всегда соглашался с тем, что ему приходилось осваивать. Самим сердцем своим он чувствовал, что должно существовать нечто большее.

Однажды, заснув в пещере, он увидел свое собственное спящее тело. Как-то ночью, в канун новой луны, он вышел из своего убежища. Небо было чистым, на нем сияли тысячи звезд. И что-то случилось тогда внутри него – что-то, преобразившее всю его дальнейшую жизнь. Он смотрел на свои руки, ощущал тело и слышал, как его собственный голос говорит: «Я создан из света, я сотворен из звезд».

Он снова посмотрел на светила и понял, что вовсе не звезды создают свет, скорее, свет создает звезды. «Все сотворено из света, – сказал он, – и пространство между сотворенным – не пустота». Он знал: все, что есть, – одно живое существо, а свет – посланник жизни, который содержит всю информацию.

Этот человек понял, что, хотя он и был создан из звезд, сам звездой не является. Он подумал: «Я есть то, что находится между звездами». И он назвал звезды *тоналями*, а свет между звездами – *нагвалем*, понимая, что гармонию и пространство между небесными светилами и светом создает *Жизнь*, или *Намерение*. Без *Жизни* *тональ* и *нагваль* существовать не могут. Жизнь – это мощь Абсолюта, Высшая Сила, Всесозидающий Творец.

Его открытие состояло в следующем: все сущее является выражением одного живого существа, которое мы называем Богом. Все есть Бог. Он пришел к выводу, что человеческое восприятие есть не что иное, как просто свет, *воспринимающий* свет. Он рассматривал материю как зеркало – все есть зеркало, отражающее свет и создающее образы этого света, а мир иллюзии, Сна, подобен дыму, не позволяющему нам увидеть самое себя. «Наша истинная сущность – чистая любовь, чистый свет», – сказал он себе.

Понимание это изменило его жизнь. Как только он осознал, кем является на самом деле, он огляделся вокруг, посмотрел на других людей, на природу, и увиденное его поразило. Он видел себя во всем: в каждом человеке, в каждом животном, в каждом дереве, в воде, в дожде, в облаках,

в земле. Видел, что Жизнь различным образом смешивает *тональ* и *нагваль*, чтобы создать миллиарды своих проявлений.

Он все постиг за те короткие мгновения. Его переполняла жажда действовать, а сердце было исполнено мира. Не терпелось отдать свое открытие миру. Но не хватало слов, чтобы все это объяснить. Он пробовал рассказать об этом другим, но окружающие не в состоянии были его понять. Люди заметили, что он изменился, что его глаза и голос излучают нечто прекрасное. Обнаружили, что он больше не высказывает суждений ни о событиях, ни о людях. Он стал совершенно другим человеком.

Он прекрасно всех понимал, но его не мог понять никто. Люди поверили, что он – воплощение Бога, а он, слушая это, улыбался и говорил:

«Это правда. Я – Бог. Но вы – тоже Бог. Мы с вами представляем одно и то же. Мы – образы света. Мы – Бог».

Но люди все еще не понимали его.

Он обнаружил, что был зеркалом для всех людей, зеркалом, в котором мог видеть самого себя. «Каждый человек – зеркало», – сказал он. Он видел себя в каждом, но никто не видел себя *в нем*. Он понял, что люди видят сон, но не признают, не понимают, кем они на самом деле являются. Они не могли видеть в нем себя, ибо между зеркалами стояла стена тумана или дыма. И эта завеса соткана из *истолкований* образа света. Это и есть *Сон человечества*.

Теперь он знал, что вскоре забудет все, чему его учили. Он хотел сохранить в памяти все свои видения и поэтому решил называть себя *Задымленным Зеркалом*, дабы не забывать о том, что материя – это зеркало, а дым в промежутках – это то, что не позволяет нам осознать, кем мы в сущности являемся. Он сказал: «Я – *Задымленное Зеркало*, ведь я вижу себя во всех вас, но мы не узнаем друг друга из-за дыма между нами. Этот дым – Сон, а вы, те, кто спят, – зеркало».

«Проще жить с закрытыми глазами,
Всё, что видишь, – недоразуменье...»

Джон Леннон

Глава 1

Приручение и Сон планеты

Всё, что вы видите и слышите сейчас, – не что иное, как сон. Не исключая и данный момент. Вы и в состоянии бодрствования смотрите сон.

Сновидения – главнейшая функция разума, а спит разум все двадцать четыре часа в сутки. Он спит, когда мозг спит, спит он, и когда мозг бодрствует. Различие в том, что, когда мозг бодрствует, возникают некие материальные координаты, заставляющие воспринимать вещи линейно. Как только мы засыпаем, они исчезают, поэтому сновидение обладает свойством непрерывно изменяться.

Люди видят сны постоянно. Ещё до нашего рождения те, кто жили прежде нас, создали вокруг себя безграничный сон, который мы зовем «Сном общества», или *Сном планеты*. Планетарный сон – это коллективное сновидение, состоящее из миллиардов индивидуальных сновидений, которые в совокупности образуют Сон семьи, общины, города, страны и, наконец, Сон всего человечества. Сон нашей планеты включает всяческие общественные установки, верования, законы, религии, разнообразные культуры и способы существования, правительства, школы, политические события и праздники.

Мы наделены врожденной способностью видеть сны. Люди, жившие до нас, позаботились, чтобы нас посещали точно такие же сновидения, что и все общество. У внешнего сна множество правил, и, когда рождается ребенок, мы овладеваем его вниманием и внедряем их в его сознание. Сон общества использует маму и папу, школы и религию, чтобы научить нас сновидеть.

Внимание – это способность различать и фокусироваться только на том, что мы хотим воспринимать.

Мы можем одновременно видеть, слышать, осязать или обонять миллионы вещей, но с помощью внимания по собственному желанию мысленно отдаем предпочтение воспринимать то или иное. Окружающие нас взрослые с самого нашего детства безраздельно овладели нашим вниманием и при помощи повторов закрепили у нас в сознании определенную информацию. Так мы усвоили все, что знаем.

Используя внимание, мы изучали всю окружающую нас действительность, внешний сон. Узнали, как вести себя в обществе: во что

верить и не верить; что приемлемо и неприемлемо; что хорошо и плохо; что прекрасно и безобразно; что правильно и неправильно. Все это уже существовало: все эти познания, правила и понятия относительно того, как жить в окружающем мире.

В школе вы сидели за партой и внимали тому, что рассказывал учитель. В храме концентрировали внимание на том, что говорили священник или церковный служитель. То же самое относится к родителям, братьям и сестрам: все они старались привлечь ваше внимание. Точно так же учимся овладевать интересом других людей, боремся за внимание окружающих и мы сами.

Дети состязаются за то, чтобы обратить на себя внимание родителей, учителей, друзей. «Посмотрите на меня! Глядите, что я делаю! Эй, вот я – здесь». Потребность во внимании сохраняется – даже обостряется – и у взрослых.

Внешний сон завладевает нашим вниманием и учит тому, во что мы должны верить, начиная с языка, на котором говорим. Язык – код, при помощи которого люди понимают друг друга и общаются. Каждая буква, каждое слово в языке – результат некоего соглашения. Мы говорим «страница в книге», и само слово «страница» является результатом договора о том, как его понимать. Как только мы начинаем понимать код, наше внимание концентрируется, и энергия передается от одного человека к другому.

Мы не выбирали, на каком языке говорить. Не выбирали религию или моральные ценности – они существовали еще до нашего рождения. У нас никогда не было возможности самостоятельно решать, во что верить или не верить. Мы не принимали участия в выработке самого незначительного из подобных соглашений. Даже собственное имя не выбирали.

В детстве у нас нет возможности выбрать себе веру, приходится попросту *соглашаться* с передаваемой другими информацией из Планетарного Сна. Единственный способ сохранить информацию – соглашение. Внешний сон способен привлечь внимание, но если мы не согласны с получаемой информацией, то не удерживаем ее. Как только человек *соглашается*, он начинает доверять, а это уже называется «верой». Чтобы верить, нужно безоговорочно доверять.

Этому мы учимся еще в детстве. Дети верят всему, что говорят взрослые, соглашаются с ними, и их вера настолько сильна, что само ее внутреннее устройство полностью контролирует Сон Жизни. Мы эти верования не выбирали, могли даже бунтовать против них, но не были достаточно сильны, чтобы такой бунт победил. И в результате соглашения

одобряем и принимаем чужие верования.

Я называю этот процесс *приручением человеческих существ*. С его помощью мы учимся жить и видеть сны. В процессе приспособления человека информация из внешнего сна передается в сон внутренний, выстраивая систему верований. Вначале ребенка учат, что и как называть: мама, папа, молочко, бутылочка. Изюм дня в день дома, в школе, в церкви, по телевизору ему говорят, как жить, какое поведение считается приемлемым. Внешний сон учит, как стать человеком. У нас есть общее представление о том, что есть «женщина» и «мужчина». Таким же образом мы учимся судить о себе, судить о других людях, судить о соседях.

Процесс приручения детей происходит так же, как и приручение собаки, кота или любого другого животного. Для того чтобы обучить пса, мы его наказываем или поощряем. Своих горячо любимых детей мы воспитываем точно так же, как обучаем домашнее животное: при помощи системы наказаний и поощрений. Когда ребенок делает то, чего хотят от него родители, ему говорят: «хороший мальчик» или «хорошая девочка». Если не делает – «плохая девочка» или «плохой мальчик».

Когда дети нарушают правила, их бранят, когда повинуются – хвалят. Нас ругали и поощряли много раз в день. Со временем человек начинает бояться не получить награды или быть наказанным. Вознаграждение заключается во внимании родителей или других людей, например братьев или сестер, учителей, друзей. У нас довольно быстро вырабатывается потребность привлечь к себе внимание окружающих, чтобы получить вознаграждение.

Поощрение вызывает приятные чувства, и человек продолжает делать то, что от него хотят, чтобы получить вознаграждение. Из-за страха наказания или лишения награды мы начинаем притворяться совершенно другими людьми – просто чтобы угодить кому-то, быть любезными. Мы стараемся угождать матери и отцу, учителям в школе, священнику в церкви – так начинается маскарад. Мы притворяемся другими людьми, поскольку боимся, что нас отвергнут.

Страх стать отверженным трансформируется в страх оказаться недостаточно хорошим. В конечном счете человек коренным образом меняется. Просто копирует верования мамочки, папочки, общества, религии.

Все наши нормальные склонности теряются в процессе приручения. Когда мы подрастаем и начинаем кое-что понимать, мы узнаем слово «нет». Взрослые говорят: «Делай то, не делай этого».

Мы восстаем и говорим: «Нет!» Восстаем, ибо защищаем личную

свободу. Ребенок хочет быть самим собой, но он еще очень мал, а взрослые – большие и сильные. Со временем он начинает бояться, потому что знает: всякий раз, когда сделает что-то не так, его накажут.

Сила прирученности настолько велика, что в определенный момент человеку уже не нужно, чтобы его кто-то обучал. Чтобы мать, отец, школа или церковь «одомашнивали» нас. Нас так хорошо обучили, что мы уже сами становимся собственными дрессировщиками. Мы – самоприспосабливающиеся животные.

Отныне можем самоадаптироваться к структуре верований, используя все ту же систему наказаний и поощрений. Человек карает себя, когда не следует правилам системы верований, вознаграждает, когда считает себя «хорошим мальчиком» или «хорошей девочкой».

Устройство веры похоже на Свод Законов, регулирующих работу нашего рассудка. Вопросы исключены: что записано в Кодексе, то и есть истина. Свод Законов обосновывает и суждения человека, даже если они противоречат его внутренней сущности. В нашем мозге в процессе приручения программируются даже этические нормы, которые напоминают Десять Заповедей. Постепенно эти соглашения попадают в Свод Законов, который управляет нашим сном.

Есть нечто в человеческом разуме, что судит всех и вся, включая погоду, собак, котов, – буквально всё. *Внутренний Судья* пользуется Сводом Законов, чтобы оценивать реальность, то, что мы делаем и чего не делаем, о чем думаем и о чем нет, что чувствуем и чего не чувствуем.

Все подчиняется тирании этого Судьи. Всякий раз, когда мы делаем что-то, что идет вразрез с Кодексом, *Внутренний Судья* говорит, что мы виновны, нас надо наказать, нам должно быть стыдно. Это происходит ежедневно в течение всей нашей жизни.

Есть в человеке и еще одна часть, которая постоянно является объектом суда, – *Жертва*. Она за все в ответе, на нее падает и вина, и позор. Это та часть нас самих, которая говорит: «Бедный я, бедный: я недостаточно хорош, умен, притягателен, я недостойн любви, я бездарный». Компетентный Судья соглашается и говорит: «Да, ты недостаточно хороший».

Все эти процессы основаны на системе верований, которые мы не выбирали. Они настолько сильны, что даже годы спустя, когда наши представления меняются и мы пытаемся принимать собственные решения, обнаруживается, что эта система установок все еще управляет нашей жизнью.

Все, что против Свода Законов, будет вызывать щекочущее ощущение

в вашем солнечном сплетении, и это ощущение – страх. При нарушении положений Кодекса дают о себе знать эмоциональные раны, и вашей реакцией на это является создание эмоциональной отравы.

Поскольку содержимое Свода Законов должно быть истинно, всё противное вашей вере вызывает у вас ощущение опасности, уязвимости. Ведь даже если Кодекс ошибается, он все равно порождает *чувство защищенности*.

Поэтому человеку потребуется много мужества, чтобы бросить вызов собственным верованиям. Ведь даже зная о том, что мы их не выбирали, мы осознаем: правда и то, что мы с ними *согласились*.

Влияние соглашения настолько сильно, что, даже понимая ложность всей его концепции, мы испытываем чувство вины и стыда всякий раз, когда идем против правил.

Подобно тому как у правительства есть свод законов, регулирующий Сон Общества, наша система верований – это Свод Законов, управляющий нашим собственным сном. Все эти правила существуют в сознании, мы верим в них, а Внутренний Судья все обосновывает при их помощи. Он выносит решение, и Жертва испытывает чувство вины и несет наказание.

Но кто говорит, что в этом сне существует справедливость?

Истинная справедливость заставляет расплачиваться только раз за каждую ошибку.

Истинная несправедливость принуждает снова и снова платить за каждый промах.

Сколько же раз мы расплачиваемся за одну ошибку? Тысячи. Человек – единственное животное на земле, которое платит тысячу раз за ту же самую оплошность.

Остальные платят за ошибку только единожды. Но не мы. У нас мощная память. Человек оступается, судит, находит себя виновным – и наказывает. Если справедливость существует, то одного раза должно быть достаточно – нет необходимости повторять. Мы же, вспоминая, осуждаем себя, опять оказываемся виновными и корим себя снова, снова и снова.

Муж или жена обязательно напомнят об ошибке, чтобы мы еще раз смогли осудить себя, наказать, признать себя виновными. Справедливо ли это?

Сколько раз мы заставляем партнера, детей, родителей платить за один и тот же промах? Всякий раз, вспоминая об ошибке, мы снова их обвиняем и передаем всю эмоциональную отраву, которая накопилась в нас от несправедливости, и затем заставляем их снова отвечать за ту же самую оплошность. Справедливо ли это?

Судья в нашей голове ошибается, ибо система веры, Свод Законов – ошибочны. Сон построен на ложном законе. Девяносто пять процентов верований, которые люди хранят в своем сознании, – обман; мы страдаем, потому что верим в него.

Очевидно, что во сне человечество страдает, живет в страхе, создает эмоциональные драмы. Внешний сон неприятен; это сон о насилии, страхе, войне, несправедливости. Сновидения у людей разные, но в глобальном смысле – это сплошной кошмар.

Одного взгляда на человеческое общество достаточно, чтобы понять, насколько трудно в нем жить, когда оно управляется страхом. Во всем мире мы видим людское страдание, гнев, месть, наркозависимость, насилие, повсеместную несправедливость. В разных странах мира это проявляется по-разному, но везде внешним сном управляет страх.

Если мы сравним Сон человеческого общества с описаниями преисподней, которые есть во всех религиях мира, то увидим, что они тождественны.

Религии говорят, что ад – это место наказания, страха, боли, страдания, место, где вас пожирает огонь. Его пламя порождается эмоциями, идущими от страха. Всякий раз, когда мы ощущаем гнев, ревность, зависть, ненависть, то чувствуем, как в нас горит огонь.

Люди живут в inferнальном сне.

Если рассматривать ад как умонастроение, то вокруг нас – сплошное пекло. Нам угрожают, что если мы не будем выполнять Заповеди, то окажемся в преисподней. Скверные новости! Мы уже в аду, включая тех, кто говорит нам об этом. Человек не в силах осудить другого человека на адские муки, ведь мы уже в пекле. Конечно, люди могут сделать ад еще страшнее. Но – только если мы позволим этому случиться.

У каждого есть свое собственное сновидение, и, подобно Сну общества, оно обычно подвластно страху. В своей собственной жизни мы учимся видеть адский сон. Разумеется, одни и те же страхи у каждого человека проявляются по-своему, но все испытывают гнев, ревность, ненависть, зависть и другие отрицательные эмоции. Наш сон может превратиться в непрерывный кошмар, в котором мы страдаем и живем в состоянии вечного страха. Зачем же нам кошмарные сны, если можно наслаждаться приятным сном?

Все люди ищут истину, справедливость, красоту. Мы – вечные искатели истины, потому что верим только в ложь, которую сохранили в собственном сознании.

Мы ищем справедливости, поскольку в системе наших верований

справедливости нет.

Мы всегда в поиске прекрасного, ибо, каким бы красивым человек ни был, мы не верим, что красота присуща ему всегда.

Мы все ищем и ищем во вне, в то время как все уже есть в нас самих. Не надо специально искать никакой правды. Куда ни глянь – она повсюду, но те соглашения и верования, которые мы храним в своей голове, не позволяют нам ее увидеть.

Мы слепы, и потому не видим истину. А ослепляют нас те ложные верования, которые мы храним в собственной голове. Нам необходимо, чтобы мы были правы, а другие – нет. Мы доверяем тому, во что верим, и наши верования обрекают нас на страдания. Живем, будто во тьме, не видя дальше собственного носа. Пребываем в ирреальном тумане.

Этот туман – сон, ваше собственное сновидение о жизни, то, во что вы веруете, ваши представления о самих себе, соглашения с другими людьми, с собой, даже с Богом.

Ваше сознание – туман, которому Толтеки дали название *митоте* (произносится МИН-ТОЕ'-ТАУ).

Разум – сон, где тысячи людей говорят одновременно и никто не понимает друг друга. Это состояние человеческого сознания – большая *митоте*, и она мешает людям разглядеть свою сущность.

В Индии это называется *митоте майя*, что означает «иллюзия». Это представление человека о своем «я».

Митоте – это то, во что вы верите относительно себя и мира, относительно всех представлений и алгоритмов вашего сознания. Мы не способны разглядеть свою собственную сущность, увидеть, что мы *не свободны*.

Именно поэтому люди сопротивляются жизни. Больше всего они боятся жить. Самый главный страх – не смерть, а риск остаться в живых: риск жить и выражать свою сущность. Люди больше всего боятся быть собой. Мы научились жить в угоду пожеланиям других людей, согласно чужим взглядам на вещи, поскольку боимся, что нас не примут, что мы для кого-то недостаточно хороши.

В процессе адаптации человек в стремлении стать лучше создает образ совершенства. Идею того, каким должен быть, чтобы его приняли. Особенно мы стараемся угодить тем, кто нас любит, – матери и отцу, братьям и сестрам, священнику и учителю. Желая понравиться им, творим идеал, но не соответствуем ему. Мы создаем образ, однако он лишен реальности. С этой точки зрения нам никогда не достигнуть совершенства. Никогда!

Не будучи совершенными, мы отвергаем себя. И уровень подобного неприятия себя зависит от того, насколько окружающие преуспели в разрушении нашей целостности. После «одомашнивания» речь уже не идет о том, чтобы быть достаточно хорошим для кого-то. Мы недостаточно хороши для самих себя, ибо не соответствуем собственным представлениям о совершенстве. Мы не можем простить себе того, что не стали такими, какими хотели бы, – или, точнее, какими мы должны были стать в соответствии с нашими верованиями. Мы не можем простить себе несовершенства.

Знаем, что не соответствуем тому, кем должны быть согласно нашей вере, а отсюда – ощущение фальши, крушения надежд, бесчестья. Пытаемся спрятаться, притворяемся абсолютно другими людьми. В результате чувствуем себя неадекватными и надеваем маску, чтобы окружающие этого не заметили.

Мы очень боимся, вдруг кто-то увидит, что мы не те, за кого себя выдаем. И других судим согласно нашим представлениям о совершенстве, и, естественно, эти «другие» ему не соответствуют.

Мы унижаемся, чтобы угождать другим. Даже физически вредим собственному телу, только бы нас приняли. Подростки употребляют наркотики, чтобы от них не отвернулись сверстники. Они не знают, что отвергают самих себя. Отвергают, потому что не такие, какими притворяются. Вбили себе что-то в голову, но достичь этого не могут, а отсюда чувство стыда и вины. Люди бесконечно сами себя наказывают за несоответствие тому, чем они вроде бы должны быть. Сами себя судят и используют других, чтобы быть осужденными.

Чаще, чем другие, мы осуждаем себя сами, а заставляют нас это делать Судья, Жертва и система верований. Конечно, есть люди, которые рассказывают, как муж или жена, мать или отец осуждают их, но вы знаете, что мы сами себя осуждаем намного больше.

Мы – строжайшие судьи сами себе. Если ошибаемся на людях, то пытаемся отрицать ошибку и замять ее. Но как только остаемся наедине с собой, Судья становится необычайно сильным, вина огромной, а мы чувствуем себя глупыми, никчемными, недостойными.

За всю жизнь никто так вас не осуждал, как вы сами. Окружающие не могут делать это больше вас самих. Если кто-то перешагнет предел, вы, скорее всего, просто уйдете. Но если человек осуждает вас немного меньше, чем это делаете вы сами, вы останетесь с ним и будете бесконечно его терпеть.

Если вы себя чрезмерно осуждаете, то даже позволяете бить,

оскорблять, втаптывать в грязь. Почему? Потому что в вашей системе верований говорится: «Я это заслужил. Этот человек делает мне одолжение, оставаясь со мной. Я не достоин любви и уважения. Я недостаточно хорош».

Каждому необходимо, чтобы окружающие его принимали и любили, но себя мы обычно не жалуем. Чем больше мы способны любить себя, тем меньше подвержены самоосуждению, причина которого в неприятии себя. Неприятие же мотивировано образом недостижимого совершенства. Наш идеал – причина самоотвержения; поэтому мы и себя, и других не принимаем такими, какие есть.

Прелюдия к новому сну

У тебя есть тысяча соглашений и договоренностей с самим собой, окружающими людьми, твоим собственным жизненным сном, Богом, обществом, родителями, супругом или супругой, с детьми. Но самые важные из них – самые первые – с самими собой. В этих соглашениях ты говоришь себе, кто ты, что чувствуешь, во что веришь, как должен вести себя. Так складывается личность.

Соглашения гласят: «Вот я какой. В это я верю. На это могу пойти, а на это – нет. Это реально, а это фантазия; это возможно, а это нет».

Отдельно взятое, одно соглашение не создает особых проблем, но у нас их множество, и это заставляет страдать, делает нас неудачниками. Если ты хочешь жить полной и счастливой жизнью, надо найти в себе мужество разорвать эти основанные на страхе соглашения, притязающие на твою личную силу. Те соглашения, что основаны на страхе, требуют от нас огромных усилий, а те, что обусловлены любовью, помогают сохранить энергию и даже увеличить ее.

В любом человеке с рождения заложена определенная личная сила, которая каждый раз восстанавливается во время отдыха. К несчастью, мы сначала тратим ее на создание соглашений, а потом – на их выполнение. Все эти договоренности рассеивают нашу энергию, и в результате человек чувствует себя бессильным. Нам хватает силы только для повседневного выживания, поскольку большая ее часть расходуется на выполнение договоров, не выпускающих нас из ловушки Планетарного Сна. Как же преобразить сон нашей жизни, когда не хватает сил, чтобы изменить хотя бы самое незначительное соглашение?

Когда мы видим, что подобные соглашения управляют нашей жизнью, а нам не нравится наше сновидение, – надо менять соглашения. Когда мы будем готовы к этому, то вот четыре новых соглашения, которые помогут избавиться от тех, что основаны на страхе и истощают энергию. Разрывая такой договор, человек всякий раз возобновляет энергию, потраченную на его создание. Если вы готовы принять четыре новых соглашения, они дадут вам достаточно сил, чтобы изменить всю систему прежних.

Понадобится огромная воля, чтобы принять эти *Четыре Соглашения*, но если ты сможешь решиться начать поступать в соответствии с ними, то жизнь просто преобразится. Ты увидишь, как развеется вся эта адская драма. Вместо того чтобы жить в inferнальном сне, ты создаешь новое

сновидение – собственный *райский сон*.

Глава 2

Первое Соглашение. Твое слово должно быть безупречным

Первое Соглашение – самое важное, и поэтому выполнить его труднее всего. Оно настолько важно, что позволяет подняться на тот уровень существования, который я называю раем на земле.

Первое Соглашение состоит в том, что:

Твое слово должно быть безупречным.

Звучит очень просто, но оно невероятно могущественно.

Почему предъявляются такие требования к слову? Слово есть сила, которую вы создаете сами. Ваше слово – дар, исходящий непосредственно от Бога. О сотворении Вселенной Евангелие от Иоанна гласит: «*В начале было Слово, и Слово было у Бога, и Слово было Бог*». Посредством слова вы выражаете творческую энергию. Бытие всего сущего творится при участии слова. На каком бы языке вы ни говорили, ваши намерения выражаются посредством слова. То, что вы видите во сне, чувствуете, что в действительности собой представляете – все находит свое воплощение в слове.

Слово – не просто звук или графический символ. Слово это сила, могущественная способность человека самовыражаться и общаться, думать – и, таким образом, создавать события своей жизни.

Люди могут говорить. Никакое другое животное на Земле не способно на это. Слово – мощнейшее орудие человека; это магический инструмент. Но, подобно обоюдоострому мечу, оно может как породить удивительно красивый сон, так и уничтожить все вокруг. Одна грань – злоупотребление словом, творящее настоящий ад. Другая – выверенность слова, создающая красоту, любовь и рай на земле. В зависимости от того, как оно используется, слово может освобождать или поработать. Трудно представить все могущество слова.

Любые чары основаны на слове. Само по себе оно волшебное, но злоупотребление им – черная магия.

Слово настолько могущественно, что способно изменять жизнь или уничтожать миллионы людей. Когда-то один человек в Германии при помощи слова манипулировал целым государством с довольно высоким уровнем образованности его граждан. Силой своих речей он вверх страну в

мировую войну. Убедил людей совершать неслыханные зверства. Словом он подогревал человеческий страх, и, подобно громадному взрыву, убийства и война объяли весь мир. Люди уничтожали людей, потому что боялись друг друга. Еще не одно столетие человечество будет помнить слово Гитлера, основанное на порожденных страхом верованиях и соглашениях.

Человеческий разум – благодатная почва. Мнения, идеи, понятия – это семена. Вы бросаете в землю зернышко, мысль, и оно прорастает. Слово подобно семени, а человеческий разум необычайно плодороден! Единственная сложность состоит в том, что его нередко используют для посева зерен страха.

Разум любого человека плодороден, но только для тех семян, принять которые он готов. Поэтому так важно видеть, для какого рода семян возделывается почва нашего ума, и готовить его для семян любви.

Гитлер посеял страх; обильный его урожай стал причиной катастрофических разрушений. Помня о грозной мощи слова, мы не можем не осознавать: то, что исходит из наших уст, имеет колоссальную силу. Как только в голове укоренится боязнь или сомнение, может случиться целая вереница драматических событий.

Слово подобно колдовству, и люди пользуются им как черные маги, бездумно заклиная друг друга.

Каждый человек – маг, и он может или заклинать кого-нибудь, или снимать заклятие. Высказывая свои суждения и взгляды, мы постоянно прибегаем к заклинаниям.

Например, я встречаю приятеля и высказываю ему мысль, которая только что взбрела мне в голову. Я Говорю: «Хм! У тебя цвет лица как у потенциального онкологического больного». Если он выслушает меня и согласится с этим, в течение года у него будет рак. Вот каково могущество слова.

В процессе вашего «одомашнивания» родители, братья и сестры говорили что-то о вас, совершенно не задумываясь. Вы прислушиваетесь к их мнению, и страхи одолевают вас постоянно: а ведь я и впрямь скверно плаваю, никудышный спортсмен, коряво пишу.

Кто-то решает поделиться своим мнением и говорит: «Погляди, эта девочка просто уродка!» Она прислушивается, верит и растет с мыслью о том, что это так. Не имеет никакого значения, насколько девочка действительно красива, – до тех пор, пока ее сковывает соглашение, она верит, будто и впрямь безобразна. Такова сила магического влияния слова.

Захватив внимание, слово внедряется в сознание и меняет систему

установок в лучшую или худшую сторону.

Вот еще один пример: вы поверили, что глупы, и мысль эта сидит в вас столько, сколько вы помните себя. Это соглашение – хитрая штука: есть много способов, заставляющих поверить, будто вы глупы. Что-то делаете и в то же время думаете: «Конечно, я хотел бы быть умным, но я глуп, иначе не сделал бы этого». В голове может быть множество мыслей, однако втемяшилась именно эта вера в собственное недомыслие, и мы целыми днями только о нем и думаем.

Но однажды кто-то привлечет ваше внимание и при помощи слов объяснит, что вы умны. Вы поверите этому человеку и составите новое соглашение. В результате – нет ни мыслей о глупости, ни глупых поступков. Силой слова заклятье разрушено. И наоборот, если вы верите, что глупы, а некто, завладев вашим вниманием, скажет: «Да, глупее тебя я еще не встречал», – соглашение укрепитя и обретет еще большую силу.

* * *

Теперь разберемся, что подразумевает точность слова. Имеется в виду его безупречность, «безгрешность» – по-английски *impeccability*. *Impeccable* – производное от латинского *peccatus*, что означает «грех». А приставка *im* в слове *impeccable*, означает «без», то есть *impeccable* значит «без греха».

Различные религии толкуют о грехе и грешниках, но давайте разберемся, что на самом деле означает *грешить*. Грех – это то, что вы делаете вопреки самому себе. Что чувствуете, во что верите или что говорите *против себя*. Вы поступаете противоречиво, когда осуждаете или укоряете себя за что бы то ни было. Быть безупречным – прямо противоположное состояние. Быть безупречным – значит не идти против себя. Когда вы безупречны, то *отвечаете* за свои действия, но *не осуждаете* и не стыдите себя.

С этой точки зрения понятие греха переходит из плоскости морали или религии в плоскость здравого смысла. Грех начинается с отвержения самого себя. Самоотвержение – тягчайший «грех». Если использовать религиозную терминологию, то самоотвержение – «смертный грех», то есть *ведущий к смерти*. С другой стороны, безупречность ведет к жизни.

Быть безупречным в словах – значит не использовать слово *против* себя. Если я встречаю вас на улице и называю глупым, то очевидно использую слово *против* вас. Но в действительности – против себя, ибо

меня за это возненавидят, а ненависть не сулит мне ничего хорошего. Поэтому если я разгневаюсь и всю эмоциональную отраву выплесну при помощи слова, то использую его *против самого себя*.

Если я люблю себя, то проявлю это чувство и в своих отношениях с окружающими, и при этом буду точен в словах, ибо их воздействие вызовет адекватную реакцию. Если я люблю, то и меня любят. Если оскорбляю, то и меня оскорбят. Если признателен, то и мне будут признательны. Если эгоистичен в отношениях с вами, то эгоистичны будут и со мной. Если я использую слово, чтобы послать заклятье, то заклинать будут и меня.

Безупречность в словах – это правильное использование энергии. Безупречность значит использование энергии ради истины и любви к самому себе. Если вы принимаете самого себя, вас будет пронизывать истина, очищающая изнутри от эмоциональной отравы. Но принять такое Соглашение сложно, потому что мы привычны к иному. Общаясь с другими и, что более важно, с самими собой, мы привыкли ко лжи. Мы не безупречны в словах.

В аду силой слова злоупотребляют. Люди используют его, чтобы проклинать, упрекать, судить, уничтожать. Конечно, бывает и слово во благо, но не слишком часто. Главным образом мы используем его, чтобы распространять отраву: выразить гнев, ревность, зависть, ненависть. Слово, эту белую магию, мощнейшее дарование человечества, мы используем против самих себя.

Человек планирует месть. Словами он создает хаос. Использует слово, чтобы спровоцировать вражду между расами, разными людьми, семьями, народами. Люди довольно часто злоупотребляют словом, и так они создают и увековечивают *адский сон*. Злоупотребление словом состоит еще и в том, что мы тянем друг друга вниз и поддерживаем друг в друге состояние страха и сомнения. Поскольку человеческое слово – магия, а злоупотребление словом – черная магия, мы постоянно прибегаем к последней, даже не ведая о волшебных свойствах слова.

Например, одна очень добрая, интеллигентная женщина горячо любила свою дочь. Но однажды она вернулась домой после неудачного рабочего дня, уставшая, с ужасной головной болью. Ей хотелось покоя и тишины, а ее дочь в это время пела и весело прыгала. Девочка не понимала, что чувствует мать; она пребывала в собственном мире, витала в своем сне. Дочь чувствовала себя чудесно, а потому пела все громче и громче, выражая радость и любовь. От всего этого головная боль матери усилилась, и на мгновение она потеряла самообладание. Женщина сердито глянула на очаровательную малышку и сказала: «Умолкни! У тебя отвратительный

голос. Замолчи сейчас же!»

Истина в том, что мать просто не могла вынести этого шума, а не в том, будто голос девочки был отвратительным. Но дочь поверила матери, и в тот момент у нее возникло соглашение с собой. После этого случая она больше не пела, потому что поверила, будто ее отвратительный голос будет всем действовать на нервы. В школе девочка постоянно стыдилась и, если ее просили спеть, отказывалась. У нее даже возникли сложности в общении с окружающими. Это новое соглашение все изменило в ребенке.

Она поверила, что должна подавить в себе эмоции, чтобы ее принимали и любили.

Всякий раз, когда человек слышит чье-то мнение и верит ему, он составляет договор, который становится частью его системы верований.

Маленькая девочка выросла, но, даже имея красивый голос, никогда больше не пела. Одного заклятия хватило, чтобы у нее выработался целый комплекс. И в этом повинен самый любящий человек – собственная мама. Женщина не обратила внимания на то, какие последствия имело ее слово. Не заметила, что прибегла к черной магии и наложила заклятье на свою дочь. Она просто не осознала силы слова, и поэтому ее нельзя винить. Мать повторила то, что ее собственные родители и другие неоднократно делали с ней. Они точно так же злоупотребляли своим словом.

Сколько раз мы делаем это с нашими детьми? Выплескиваем на них подобные суждения, а они потом многие годы живут с заклятьем. Любящие подвергают нас действию черной магии, не ведая, что творят. Именно поэтому мы должны простить их: они не понимают, что делают.

Другой пример: вы просыпаетесь утром со счастливым ощущением. Чувствуете себя прекрасно, проводите час-другой перед зеркалом, прихорашиваясь. Одна из ваших лучших подруг говорит: «Что это с тобой? Ты плохо выглядишь. В этом платье ты смотришься просто смешно».

И все. Этого достаточно, чтобы повергнуть человека в преисподнюю. Возможно, подруга хотела вас уязвить. Ей это удалось. За ее замечанием стояла вся мощь слова. Если вы примете это мнение, то появится соглашение, которому вы впоследствии отдадите свою силу. Такое высказывание становится черной магией.

Заклятье трудно снять. Единственное, что его преодолет, – новое соглашение, основанное на истине. Истина – важнейшая часть безупречного слова. По одну сторону от меча – ложь, создающая черную магию, а по другую – истина, освобождающая от нее и способная сделать нас свободными.

Обратите внимание на ежедневное общение людей и подумайте, сколько раз они заклинают друг друга. Со временем такое взаимодействие превращается в совершенно черную магию, которую принято называть *сплетней*.

Сплетня – худшая разновидность черной магии, поскольку это – чистейшая отравка. Мы научились сплетничать по соглашению. Еще в детстве слышали, как вокруг нас без умолку злословили взрослые, судача о других. Они обсуждали даже совершенно посторонних людей. С их сплетнями передавалась эмоциональная отравка, а мы учились воспринимать это как нормальный способ общения.

Сплетничанье превратилось в главную форму взаимоотношений между людьми. Это скверное чувство сближает нас. Есть давняя поговорка: «Два сапога пара». В преисподней люди не хотят страдать поодиночке. Страх и мучение – важнейшая составная часть мирового сна; с их помощью он подавляет нас.

Если уподобить человеческий разум компьютеру, то сплетню можно сравнить с вирусом. Компьютерный вирус – написанный на языке программирования алгоритм, соответствующий другим кодам, но намеревающийся вредить. Этот код нежданно-негаданно встраивается в программное обеспечение машины. После чего она начинает работать некорректно или вообще перестает функционировать, так как программы выдают противоречивые сообщения.

Так и человеческая сплетня. Допустим, после долгого ожидания вы начинаете слушать новый курс нового педагога. В первый же день вы случайно встречаете кого-то, кто его уже прослушал, а тот возьми да скажи: «Хилый из него преподаватель! Сам не знает, что несет, – извращенец какой-то!»

И слово, и эмоциональный заряд, с которым его произнесли, моментально отпечатываются в уме, хотя вы и не знаете, с какой целью это было сделано. Ваш знакомый мог не сдать экзамен или высказать какие-то догадки на основе собственных страхов и предубеждений, но поскольку вы привыкли по-детски впитывать информацию, какая-то часть сплетни запоминается по дороге в аудиторию. Преподаватель начинает говорить, а вы чувствуете, как внутри вас активизируется отравка, и не осознаете, что смотрите на преподавателя глазами сплетника. Затем вы начинаете делиться с другими однокурсниками, и они смотрят на лектора точно так

же: как на хилого специалиста и извращенца. Вам уже не по душе его курс лекций, и вы вскоре решаете его оставить. Вы обвиняете преподавателя, а виновата сплетня.

Все эти недоразумения могут быть вызваны одним небольшим компьютерным вирусом. Одна маленькая дезинформация способна нарушить общение между людьми, заражая каждого, кого это касается, и делая его заразным для других. Представьте себе, что всякий раз, когда вам передают сплетню, в ваш разум внедряют вирус, нарушая способность ясно мыслить. Затем представьте, что, в попытке привести свои мысли в порядок и уменьшить действие отравы, вы превращаетесь в сплетника и передаете вирус дальше.

А теперь вообразите бесконечное повторение этой схемы в общении между людьми на Земле. В результате все люди могут считывать информацию только по каналам, которые заражены распространяющимся вирусом. Напомню, Толтеки его называли *митоте*, представляющую собой постоянно звучащую в сознании хаотическую разноголосицу.

Черные маги, или «компьютерные хакеры», *преднамеренно* распространяющие вирус, еще опаснее. Вспомните, как вы или кто-то другой злились и жаждали мести. Из мести что-то сказали человеку или о нем, желая распространить яд и заставить его плохо о себе думать. В детстве мы делаем это бездумно, а вот когда вырастаем, то начинаем просчитывать способы уязвления других людей. Мы сами себя обманываем, утверждая, будто воздали недругу по заслугам.

Если смотреть на мир сквозь призму вируса, можно оправдать самое жестокое поведение. Мы не видим, что злоупотребление словом повергает нас еще глубже в преисподнюю.

* * *

В течение многих лет мы воспринимали сплетни и заклятья, содержащиеся не только в чужих словах, но и в том, как мы используем их по отношению к самим себе. Мы постоянно обращаемся к себе и говорим что-то вроде: «О, я растолстела и выгляжу уродливо. Старею. Лезут волосы. Я глупа и ничего не понимаю. Ничего из меня не выйдет, и я никогда не достигну совершенства». Видите, как мы обращаем против себя слово? Нам давно уже следовало разобраться, что оно собой представляет и что делает с нами.

Если вы принимаете Первое Соглашение «будьте безупречны в

словах», то вы на пороге изменений, которые могут произойти в вашей жизни. Сначала в отношении к себе, а там и в общении с другими людьми, особенно с теми, кого любите больше всего.

Подумайте, сколько вы сплетничали о самом любимом человеке, чтобы добиться от чужих людей одобрения вашей точки зрения. Сколько раз привлекали внимание людей и распространяли отраву о своих любимых, чтобы оправдать собственные соображения? Ваше мнение – только ваша точка зрения. Это не обязательно истина. Оно основано на ваших верованиях, эго и сне. Мы творим весь этот яд и распространяем среди других, просто чтобы оправдать свою точку зрения.

Если вы приняли Первое Соглашение и будете безупречны в словах, эмоциональный яд уйдет из мыслей и любого вашего общения, включая вашу любимую собаку и кошку.

Безупречность и точность в употреблении слова защитит вас от чужой черной магии. Плохие мысли возникают только тогда, когда разум предоставляет им благодатную почву. А если вы будете точны, такой почвы для слов черной магии не найдется. Это скорее будет благодатная почва для слов любви. Такую точность и безупречность вашего слова можно измерить уровнем *любви к себе*. Степень любви к себе и чувствования самого себя пропорциональна качеству и цельности слова. Если слово безупречно, у вас хорошее самочувствие, вы счастливы и спокойны.

При помощи Соглашения о безупречности слова можно преодолеть адский сон.

Сейчас я сажаю такое семечко в ваших мыслях. Прорастет оно или нет, зависит от того, насколько они – благодатная почва для зерен любви.

Вы решаете, заключать ли договор: *я безупречен в своих словах*.

Взрастите это зернышко в мыслях, и по мере роста оно породит множество зерен любви взамен семян страха. Благодаря Первому Соглашению поменяется вид зерен, для которых ваш разум – плодородная почва.

Будь безупречен в словах. Это Первое Соглашение необходимо заключить, если хочешь быть свободным, счастливым, если хочешь преодолеть тот тип существования, который является адом.

У слова огромная сила. Пользуйтесь ею правильно. Используйте слово, чтобы разделить любовь. Прибегайте к белой магии, начинающейся с вас. Скажите себе, насколько вы удивительны, насколько велики. Скажите, как себя любите.

Используйте слово, чтобы разорвать подростковые мелкие соглашения, заставляющие вас страдать.

Это возможно. Возможно, потому что я сделал это, а я – не лучше вас. Нет, мы одинаковы. У вас такой же разум, такое же тело, мы – люди. Если мне удалось разорвать прежние соглашения и создать новые, то и вы сможете. Я могу быть безупречен со словом, а почему вы – нет? Уже одно это соглашение может изменить вашу жизнь. Точность слова способна привести вас к личной свободе, к огромному успеху и достатку; страх пройдет и преобразится в радость и любовь.

Подумайте, на что вы способны с безупречным словом. С ним вы можете преодолеть страшный сон и жить другой жизнью. Можете быть в раю среди тысяч людей, живущих в преисподней, потому что у вас к ней иммунитет.

Вы можете достичь царства небесного благодаря Соглашению:

Ваше слово должно быть безупречным.

Глава 3

Второе Соглашение. Ничего не принимай на свой счет

Следующие три Соглашения вытекают из Первого.

Второе звучит так:

Ничего не принимай на свой счет.

Что бы ни происходило вокруг вас, не принимайте это на свой счет. Вспомним приводившийся пример: когда я, не зная вас, встречу вас на улице и скажу: «Да вы ужасно глупы!», то в действительности это утверждение будет касаться меня.

Вы можете принять его на свой счет разве только по той причине, что сами верите в это. Может быть, про себя вы думаете: «Откуда он знает? Ясновидящий, что ли? Или моя глупость уже видна каждому?»

Вы принимаете высказывание близко к сердцу, поскольку соглашаетесь с ним. Как только это происходит, отравляющее проникает в вас, и вы – в ловушке адского сна. А попадаетесь из-за *чувства собственной важности*. Которое вместе с мнительностью суть крайние выражения эгоизма, потому что каждый из нас считает, будто все вертится вокруг его «я». Во время обучения или приручения люди привыкают все брать на себя. Нам кажется, будто мы за все в ответе. Я, я, я – всегда я!

Но окружающие действуют не ради вас. А руководствуясь собственными побуждениями. Каждый человек живет в индивидуальном сне, в собственном сознании; он находится в мире, совершенно не похожем на наш. Принимая что-то на свой счет, мы предполагаем, будто люди ориентируются в нашей реальности, и мы пробуем совместить свой мир и их.

Даже в очень личной ситуации, когда вас буквально оскорбляют, это вас не касается. Все, что люди говорят, делают или о чем судят, находится в соответствии с соглашениями их собственного разума. Их точка зрения обусловлена программой приручения, «одомашнивания».

Если кто-то высказывается по вашему поводу: «Только посмотри, какой ты толстый», – не обращайтесь внимания, потому что на самом деле этот человек связан с индивидуальными ощущениями, верованиями и взглядами. Он попытался передать вам яд, и если вы примете его суждение на собственный счет, то отравляющее проникнет и в вас. Мнительность делает

человека жертвой хищников, черных магов. Они завладевают им при помощи незначительного замечания и передают какую угодно отраву, а если он принимает ее на свой счет, то проглатывает яд.

Вы поглощаете эмоциональные отбросы, и они моментально становятся вашими. Но если ничего не принимать на свой счет, то можно выстоять и в пекле. Иммуниетет к отраве среди ада – дар данного *Соглашения*.

Принимая на свой счет, вы чувствуете себя оскорбленными и стремитесь, создавая конфликты, защитить собственные верования. Из мухи делаете слона, ведь вы всегда должны быть правы, а другие – нет. Свою непогрешимость вы доказываете, навязывая собственное мнение.

Ваши поступки и чувства являются лишь проекцией вашего личного сна, отражением собственных соглашений. Слова, дела и мнения, соответствующие им, никакого отношения ко мне не имеют.

Не важно, что вы обо мне думаете, ваши личные соображения меня не интересуют. Я не принимаю на свой счет, когда говорят: «Мигель, ты – самый лучший», но точно так же не принимаю на свой счет, если скажут: «Мигель, хуже тебя нет».

Я знаю, что когда вы счастливы, то скажете: «Мигель, ты просто ангел!» Но если злитесь: «О Мигель, ты воплощение дьявола! Ты отвратителен. Как можно такое говорить?»

Ни то, ни другое на меня не действует. Потому что я себя знаю. У меня нет нужды в том, чтобы меня признавали. Мне не нужно, чтобы кто-то говорил: «Мигель, ты хорошо поступаешь!» или «Да как ты смеешь!»

Нет, я не принимаю это на свой счет. Независимо от того, что вы думаете, чувствуете, я знаю: это ваша, а не моя проблема. Таким вы видите мир. Моего тут быть не может, потому что дело в вас, а не во мне. У других свой взгляд, обусловленный собственной системой верований, а посему их суждения обо мне касаются не меня, а их самих.

Вы даже можете сказать: «Мигель, мне больно вас слушать». Однако страдаете не от того, что я говорю, а от ран, которые бередят мои слова. Вы сами себе делаете больно. Я ни в коем случае не могу принять это на свой счет. И не потому, что не верю или не доверяю вам, а потому, что вы смотрите на мир другими глазами – собственными. У вас в голове создается полотно или кинокартина; вы в ней режиссер, продюсер и выступаете в главной роли. Все остальные – на второстепенных ролях. Ведь это ваш кинофильм.

Концепция его обусловлена соглашениями с жизнью. Ваш взгляд вам дорог. Да и истина в нем – только ваша. Злитесь на меня, а я знаю, что это

вы разбираетесь с собой. Я – только повод для гнева. Вы злитесь, потому что боитесь, имеете дело со страхом. Если это не так, то и на меня гневаться не будете. Если не боитесь, то не возненавидите меня и ревновать или грустить не будете.

Если живете без страха, если любите, то для упомянутых выше эмоций просто нет места. А коли так, то и самочувствие будет хорошим. При хорошем же самочувствии все вокруг прекрасно. Когда окружающее великолепно, будете счастливыми. Вы любите мир, так как любите себя. Вам нравится быть такими, какие вы есть. Вы удовлетворены собой, поскольку вам нравится ваша жизнь. По душе фильм с вашей режиссурой, нравятся соглашения с жизнью. Вы в мире с собой и счастливы. Живете в состоянии благодати, и все окружающее великолепно. В этом состоянии благодати вы любите все, что есть в вашем восприятии.

* * *

Независимо от того, что люди делают, чувствуют, думают или говорят, ничего не принимайте близко к сердцу. Если говорят, какой вы распрекрасный, то делают это не из-за вас. Вы и сами это знаете. Нет необходимости прислушиваться к другим людям, говорящим это. *Ничего* не принимайте на свой счет. Если кто-то выстрелил вам в голову из пистолета, в этом не было ничего личного. Даже в такой экстремальной ситуации.

Ваше собственное мнение о себе не обязательно истинно, поэтому не берите на свой счет то, что звучит в ваших мыслях. Разум имеет свойство болтать с самим собой, но он также способен слышать информацию других сфер. Иногда вы слышите голос, но его источник неясен. Может, он из другой реальности, где есть живые феномены, похожие на человеческий разум. Толтеки называли их *Союзниками*, в Европе, Африке и Индии – Богами.

Наше сознание тоже существует на уровне Богов. Наш ум также живет в их реальности и способен чувственно воспринимать ее. Сознание видит глазами и воспринимает бодрствующую реальность. Но оно также способно видеть без помощи глаз, хотя разум едва ли осознает это. Ум функционирует не в одном измерении. Есть идеи, которые не были созданы вашим разумом, но воспринимались им. Вы имеете право верить или не верить этим голосам, а также не принимать их высказывания на свой счет. Человек может выбирать, доверять или нет голосам собственного сознания, точно так же как решать, чему верить и с чем соглашаться в планетарном

сне.

Кроме того, сознание способно разговаривать с собой и слушать себя. Оно разделено подобно телу. Ведь мы можем сказать: «У меня есть рука, и я могу пожать ею другую руку и почувствовать ее». Сознание может само с собой разговаривать. Одна часть его говорит, а другая – слушает. Серьезные сложности возникают тогда, когда тысячи частей вашего сознания начинают говорить одновременно. Помните? – это называется *митоте*.

Ее можно сравнить с огромным базаром, где тысячи людей одновременно разговаривают и торгуются. У каждого из них свои мысли и чувства, своя точка зрения. Алгоритмы сознания – наши соглашения – не обязательно совместимы друг с другом. Каждый договор подобен отдельному живому существу со своей личностью и собственным голосом. Многочисленные соглашения настолько категорично противоречат друг другу, что в голове вспыхивает крупномасштабная война. Существование *митоте* объясняет, почему люди не всегда осознают, чего они хотят, как этого хотят и когда именно. Они пребывают в растерянности, потому что одни части разума желают одного, а другие – иного.

Одна часть сознания возражает против каких-то мыслей и действий, а другая поддерживает их. Эти мелкие существа создают внутренний конфликт, ибо они живые, и у каждого – свой голос. Только составив опись собственных соглашений, мы раскроем все конфликты в сознании и в конечном счете упорядочим хаос *митоте*.

* * *

Ничего не принимайте на свой счет, потому что в противном случае вы подвергнете себя терзаниям из-за ничего. Люди привержены страданиям в различной степени и на разных уровнях и поддерживают друг друга в сохранении этой приверженности. Они договариваются помогать друг другу страдать. Если вы хотите, чтобы вас оскорбляли, то можете убедиться сами – сделать это легко. Если вы общаетесь с людьми, испытывающими потребность в страдании, что-то заставит вас оскорблять их. Будто на лбу у них написано: «Пожалуйста, ударьте меня». Они нуждаются в оправдании своих мучений. Их склонность к страданию – не что иное, как ежедневно подкрепляемое соглашение.

Вы повсюду найдете людей, лгущих вам, и по мере того, как крепнет понимание этого, заметите, что тоже врете себе. Не ожидайте, что люди

скажут правду, ведь прежде всего они лгут себе. Надо верить себе и выбирать – доверять или нет тому, что вам говорят.

Когда мы действительно видим других людей такими, какие они есть, ничего не принимая на свой счет, они ни словом, ни делом не смогут нас уязвить. Вам врут? Ну и ладно. Лгут, потому что боятся. Опасаются, вдруг вы обнаружите, что они несовершенно.

Снимать социальную маску больно. Когда люди говорят одно, а делают другое, то вы обманываете себя, если не замечаете их действий. Но когда вы искренни с собой, вы сможете защитить себя от эмоциональной боли. Может оказаться весьма болезненным говорить себе правду, но у вас нет необходимости привязываться к этой боли. Выздоровление не за горами: немного времени, и все наладится.

Если кто-то относится к вам без любви и уважения, считайте благом, если такой человек уйдет из вашей жизни. Если он не уйдет, то ваши страдания продолжатся многие годы. Такой уход какое-то время отзывается болью, но через некоторое время ваше сердце исцелится. И можно будет сделать выбор по собственному желанию. Увидите: чтобы делать правильный выбор, вам нужно доверять прежде всего себе, а не другим.

Если у вас выработается устойчивая привычка ничего не принимать на свой счет, вы сможете избежать многих разочарований. Гнев, ревность и зависть исчезнут, и даже печаль испарится.

Когда Второе Соглашение войдет в привычку, вы увидите, что больше ничто не сможет повергнуть вас в ад. Начнете чувствовать безграничную свободу. Посредством соглашения ничего не принимать на свой счет вырабатывается иммунитет к черным магам, и нет такого заклятия, которое бы на вас подействовало. Пусть о вас судачит весь мир, но иммунитет не позволит принимать сплетни на свой счет. Кто-то может преднамеренно направить в ваш адрес эмоциональную отраву, но, если вы не будете принимать все на свой счет, она вас не коснется. А в таком случае хуже становится отравителю, а не вам.

Видите, насколько важно это Соглашение? Ничего не принимая на свой счет, вам легче избавиться от многих привычек и соглашений, удерживающих вас в адском сне и причиняющих ненужные страдания. Выполняя Второе Соглашение, вы разрываете десятки мелких подростковых соглашений, вызывающих у вас терзания. Благодаря первым двум соглашениям вы освобождаетесь от трех четвертей договоренностей, удерживающих вас в аду.

Напишите это Соглашение на бумаге и повесьте на холодильнике, чтобы оно постоянно напоминало:

Ничего не принимай на свой счет.

Когда это войдет в привычку, вам не надо будет полагаться на то, что делают или говорят другие. Вам нужна будет только ваша истина, чтобы отвечать за свой выбор. Вы не несете ответственности за действия других, вы отвечаете только за себя. Когда поймете это и ничего не будете принимать на свой счет, вас вряд ли ранят непродуманные замечания или действия других.

Если будете придерживаться этого Соглашения, то сможете с открытым сердцем путешествовать по миру и никто не уязвит вас. Будете говорить: «Я люблю вас», не опасаясь, что вас высмеют или отвергнут. Попросите о том, что вам нужно. Произнесете «да» или «нет», как сочтете необходимым, – без ощущения вины или самоосуждения. Всегда сможете поступить по зову сердца. Даже посреди преисподней внутри у вас будет покой и радость. Сможете пребывать в своем блаженстве, а ад окажется бессильным.

Глава 4

Третье Соглашение. Не делай предположений

Третье Соглашение: *Не делай предположений.*

У нас есть привычка обо всем высказывать догадки. Сложность заключается в нашей вере в то, что они истинны. Мы могли бы поклясться, что наши предположения реальны. Высказываем их относительно того, что люди делают или думают (принимая это на свой счет), а затем обвиняем их и посылаем эмоциональную отраву. Именно поэтому всякий раз, изрекая домыслы, мы напрашиваемся на неприятности. Высказываем их, неправильно истолковываем, принимаем на свой счет и из ничего создаем огромные неприятности.

Страдание и драма вашей жизни являются результатом догадок и принятия всего на свой счет. На минуту задумайтесь над этим суждением. Все многообразие управления связями между людьми сводится к контролю домыслов и принятия всего на свой счет. На этом основан наш адский сон.

Мы создаем огромное количество эмоциональной отравы, просто делая предположения и принимая все на свой счет, поскольку обычно начинаем еще и обсуждать свои гипотезы. Помните, сплетни – способ общения в адском сне и передачи яда друг другу. Мы боимся попросить кого-то объяснить то, что нам непонятно, а посему высказываем догадки и первые в них верим; затем отстаиваем их и доказываем чью-то неправоту. Всегда лучше задавать вопросы, чем строить предположения, потому что они приносят нам страдания.

Большая *митоте* в сознании человека создает сплошной хаос, заставляющий нас неправильно истолковывать и понимать буквально все. Мы видим и слышим только то, что хотим видеть и слышать. Не воспринимаем вещи такими, какие они есть. У нас есть привычка, оторвавшись от действительности, погружаться в сновидения. В своем воображении мы придумываем буквально все. Не понимая чего-то, строим догадки относительно значения происходящего. Когда наружу выйдет истина, пузырек нашего сна лопнет, и мы убедимся, что на самом деле все было совершенно иначе.

Например, в торговом центре вы встречаете девушку, которая вам нравится. Она машет вам и улыбается, а затем уходит. На основании этого

вы можете строить разные догадки. В свою очередь, на основании предположений можно многое вообразить. И вы действительно хотите верить этой фантазии и превратить ее в реальность. На базе догадок возникает целый сон, и вы можете поверить: «О да, я ему нравлюсь». В вашем уме даже связь какая-то между вами появляется. Возможно, вы даже женитесь в этой стране грез. Но фантазия существует только у вас в голове, в вашем сновидении.

На самом деле в отношениях между людьми из-за домыслов постоянно возникают проблемы. Нередко мы строим предположения, будто наши партнеры сами знают, что мы думаем, и нам не нужно говорить им, чего мы желаем. Мы предполагаем, что они непременно сделают то, чего мы от них хотим, ведь они отлично нас понимают. Если они не оправдывают наших ожиданий, мы чувствуем себя уязвленными и говорим: «Тебе следовало знать».

Другой пример: вы решаете жениться и думаете, что ваш партнер смотрит на брак точно так же, как и вы. Начинаете жить вместе и выясняете, что это не совсем так. Возникает серьезный конфликт, но вы все еще даже не пытаетесь объясниться. Муж возвращается домой с работы, а жена устраивает скандал. Он не понимает, почему. Может быть, это происходит из-за домыслов. Не говоря, чего хочет, она предполагает, будто муж настолько хорошо ее знает, что может угадывать желания. Как будто он способен читать мысли. Жена в расстройстве, потому что муж не оправдал ожидания. Домыслы в отношениях между людьми приводят к частым ссорам, трудностям, недоразумениям с теми, кого вроде бы любим.

При любых отношениях мы можем строить предположения, будто другие должны догадываться о наших желаниях и нам не нужно говорить, чего мы на самом деле хотим. И они намерены делать то, чего мы хотим, потому что прекрасно нас знают. Если же оказывается, что мы в своих домыслах обманулись, то чувствуем обиду и думаем: «Как ты мог? Тебе следовало знать». И снова строим догадки о том, будто другой человек знает, чего мы хотим. На базе такого предположения возникает целая драматическая ситуация, но мы не останавливаемся и продолжаем в том же духе.

Человеческое сознание работает очень интересно. У людей есть потребность все оправдывать, объяснять и понимать, чтобы чувствовать себя в безопасности. У нас миллионы вопросов, требующих решения, потому что существует уйма вещей, которые разум не в силах объяснить. Не важно, правилен ли ответ – любой дает нам чувство безопасности. Вот почему мы строим предположения.

Если нам что-то говорят, мы делаем предположения, а если нет – все равно делаем, чтобы удовлетворить потребность в знании и общении. Даже когда слышим что-то непонятное, делаем догадки относительно того, что это означает, а затем верим в них. Мы высказываем самые разные предположения, потому что не смеем спросить.

Люди так поспешно и неосознанно строят догадки, поскольку существуют соглашения о таком общении. Мы условились, что спрашивать небезопасно, что если люди нас любят, то должны знать, чего мы хотим и что чувствуем. Если верим в правоту нашей догадки, то, отстаивая свою позицию, пойдем даже на то, чтобы разрушить отношения.

Мы предполагаем, что все смотрят на жизнь так, как мы, что все думают, чувствуют, судят, позволяют себе делать ошибки так же, как мы. Это самый главный домысел, который люди себе позволяют. И поэтому постоянно боятся быть на людях собой. Поскольку считают, что каждый осудит, призовет к ответственности, оскорбит, обвинит нас, ведь и сами мы так поступаем. Мы отвергаем себя прежде, чем это сделают люди.

Так работает человеческий разум.

Мы и о себе строим догадки, что приводит к внутренним конфликтам. «Мне кажется, что я могу это сделать». Скажем, вы сделали такое предположение, а потом поняли, что не можете. Вы переоцениваете или недооцениваете себя, поскольку не удосужились поставить вопросы и дать на них ответы. Быть может, вам нужно лучше разобраться с ситуацией.

Или прекратить лгать себе о своих настоящих желаниях.

Часто в отношениях с приятными вам людьми приходится находить доводы для оправдания своей к ним симпатии. Вы видите только то, что хотите видеть, и отрицаете, что в человеке есть несимпатичные вам качества. Обманываете себя только для того, чтобы остаться правыми. Потом строите предположения, и одно из них: «Моя любовь преобразит этого человека».

Но это не так. Ваша любовь никого не изменит. Если другие меняются, то потому, что хотят этого, а не потому, что вы можете повлиять на них.

Затем что-то между вами происходит, и вы чувствуете себя обиженными. Вдруг вы начинаете видеть то, чего не хотели видеть прежде, но теперь все приправлено вашим эмоциональным ядом. Значит, нужно оправдать свою боль и обвинить другого за собственный выбор.

Любовь не надо оправдывать: она или есть, или ее нет. Настоящая любовь воспринимает окружающих такими, какие они есть, не пытаясь менять.

Если мы стремимся кого-то изменить, значит, он нам не очень

нравится. Конечно, когда вы решаете жить с кем-то, заключаете соглашение, то лучше делать это с человеком, соответствующим вашим представлениям. Найдите кого-то, кого вам не нужно менять. Намного проще отыскать человека, который соответствует вашим понятиям, чем пытаться его изменить. И человек этот должен любить вас таким, какой вы есть, чтобы ему не хотелось ничего переделывать. Если у других возникает желание изменить вас, это значит, что на самом деле они не любят вас такими, какие вы есть. Зачем же быть с кем-то, в чьих глазах вы не соответствуете их представлениям?

Нам следует быть самими собой и не создавать неправильное о себе представление. Если вы любите меня таким, какой я есть, – хорошо, берите. Если нет – «Всего доброго. Найдите кого-то другого». Может, это и резковато, но такое общение означает, что наши личные соглашения с другими четкие и точные.

Представьте себе день, когда вы прекратите строить предположения по поводу своего партнера или любого другого человека в вашей жизни. У вас полностью изменится характер общения, оно больше не будет отягощаться конфликтами из-за ошибочных предположений.

Чтобы удержаться от домыслов – задавайте вопросы. Пусть в общении не остается неясностей. Если не понимаете – спрашивайте. Наберитесь смелости задавать вопросы, пока все не станет на свои места, да и потом не обольщайтесь, будто все уже знаете о ситуации. Получив ответ, будете знать правду, и в догадках не возникнет необходимости.

Соберитесь с духом и спросите о том, что вас интересует. Отвечающий имеет право сказать «нет» или «да», но право спросить есть всегда. Аналогично каждый имеет право задать вопрос вам, а вы можете ответить «да» или «нет».

Если в чем-то не разобрались, лучше переспросить и все выяснить, не прибегая к домыслам. В тот день, когда вы прекратите строить предположения, общение станет чистым и ясным, лишенным эмоционального яда. В отсутствие догадок ваше слово становится безупречным.

Чистота общения изменит ваши отношения и с близкими людьми, и со всеми остальными. Отпадет необходимость в догадках, потому что все станет понятным. Этого хочу я, и этого хотите вы. В таком круге общения слово становится безупречным. Если бы люди смогли общаться при помощи точного слова, не было бы войн, насилия, недоразумений. Все противоречия человечества можно решить при помощи нормального, открытого общения.

Итак, Третье Соглашение:

Не делай, предположений.

На словах просто, а на деле, как я понимаю, нет. Потому что чаще всего мы поступаем как раз наоборот. Не знаем даже собственных привычек и привязанностей. А первый шаг в том и состоит, чтобы осознать их и понять значение этого Соглашения.

Но этого не достаточно. Информация или идея – просто семена в вашем сознании. Нужны реальные поступки. Многократные шаги в этом направлении укрепят вашу волю, напитают семена, создадут твердую основу для развития новой привычки. После неоднократных повторений новые соглашения станут вашим вторым «Я», и вы увидите, как магия слова преобразит вас из черного в белого мага.

Белый маг использует слово, чтобы творить, давать, делиться, любить.

Одно лишь это Соглашение полностью изменит привычки, всю вашу жизнь.

Когда вы целиком преобразовываете сон, в вашей жизни происходит чудо.

Все, в чем вы нуждаетесь, приходит легко, потому что вы преисполнены духа. Вы овладеваете намерением, духовностью, любовью, благодатью и жизнью.

Это цель Толтека.

Это путь к личной свободе.

Глава 5

Четвертое Соглашение. Старайся все делать наилучшим образом

Есть еще одно соглашение, оно превращает предшествующие три в устоявшиеся привычки. Четвертое Соглашение касается действия предыдущих:

Старайся все делать наилучшим образом.

При любых обстоятельствах, всегда старайтесь делать все самым наилучшим образом – не больше и не меньше.

Но имейте в виду, что ваши возможности в этом отношении не постоянны. Все живое, и все изменяется во времени, и порой ваши усилия дают в результате высокое качество, а порой – не очень. Когда вы отдохнете и утром встанете со свежими силами, возможности ваши больше, чем поздним вечером, когда утомлены. Вы больше можете сделать, когда здоровы, чем когда больны; когда трезвы, чем когда пьяны. Ваш потенциал будет зависеть от того, находитесь ли вы в прекрасном и счастливом расположении духа или расстроены, злы, ревнуете.

В зависимости от расположения духа возможности человека могут меняться ежеминутно, час от часу, день ото дня. Они изменяются со временем. В процессе выработки привычки четырех новых Соглашений уровень вашего «наилучшим образом» будет повышаться.

Независимо от этого уровня, прилагайте все усилия – выкладывайтесь полностью. Если перестараетесь, то потратите энергии больше, чем надо, и в итоге сил не хватит. При переработке человек изнуряет тело и вредит себе, и к цели приходится идти дальше. Но, если вы недоусердствуете, появятся отчаяние, самоосуждение, чувство вины, сожаления.

Просто при всех обстоятельствах делайте лучшее, на что способны. Не важно, больны вы или устали, если вы всегда прилагаете максимум сил, на которые способны. И вам не в чем будет себя упрекать. А если так, то не будет чувства вины, укоров совести, самобичевания. Выкладываясь полностью, вы снимете с себя заклятье.

Один человек хотел преодолеть страдания и пошел в буддийский храм, чтобы найти Учителя, который ему поможет. Обратившись к наставнику, он спросил:

– Мастер, если я медитирую по четыре часа в день, сколько потребуется времени на преодоление страдания?

Тот посмотрел на него и сказал:

– Если медитируешь по четыре часа в день, – возможно, ты достигнешь трансформации за десять лет.

Полагая, что мог бы добиться большего успеха, человек спросил:

– О Мастер, а если я буду медитировать по восемь часов в день, сколько потребуется времени на преодоление страдания?

Учитель посмотрел на него и ответил:

– Если ты будешь медитировать по восемь часов в день, возможно, – двадцать лет.

– Но почему понадобится больший срок, если я увеличу время медитации? – спросил человек.

Учитель ответил:

– Ты здесь не для того, чтобы жертвовать радостью или жизнью. Ты здесь, чтобы жить, быть счастливым и любить. Если сможешь, постарайся и уложись в два часа медитации, а ты вместо этого говоришь о восьми. В результате устанешь, отвлечешься от главного, не будешь наслаждаться жизнью. Приложи все усилия и, быть может, поймешь, что, независимо от продолжительности медитации, способен жить, любить и быть счастливым.

* * *

Делая все наилучшим образом, вы сможете прожить насыщенную жизнь. У вас будет высокая работоспособность, многое сделаете для себя, потому что посвятите себя семье, обществу и так далее. Но чувство счастливой и полной жизни появляется в результате высокой активности. Делая лучшее, на что он способен, человек становится активным.

Такая жизнь – это действие из любви к жизни и действию, а не в надежде на вознаграждение. Большинство же людей поступает как раз наоборот: действуют только тогда, когда ожидают поощрения, они не наслаждаются самим процессом. А поэтому и не отдаются ничему целиком.

Например, большинство людей ежедневно идут на службу только с мыслью о зарплате, деньгах, которые получают за выполняемую работу. Они

едва дожидаются пятницы или субботы, когда получают жалование, чтобы расслабиться. Работают за вознаграждение, и в результате труд становится в тягость. Избегают активных действий, работа превращается в обузу, и они особо не усердствуют.

Такие люди тяжело трудятся всю неделю, страдают от перегрузки, от усталости потому, что чувствуют себя обязанными, а не потому, что это им нравится. Они должны работать, ведь надо платить ренту, содержать семью. Их грызет отчаяние. Когда получают вознаграждение уже не рады этому. У них два дня на отдых, чтобы делать то, что хотят. И что же они делают? Стремятся убежать. Напиваются, оттого что в разладе с собой. Им противна собственная жизнь. Когда мы себе отвратительны, находится много способов сделать себе больно.

С другой стороны, когда действие само станет целью, без ожидания поощрения, вы увидите, что наслаждаетесь всем, что делаете. Вознаграждение придет, но вы к нему не привязаны. Не надеясь на поощрение, человек может получить даже больше, чем представлял себе. Если нам нравится работа, если мы всегда делаем самое лучшее, на что способны, то действительно наслаждаемся жизнью. Нам не скучно, радостно, нет отчаянья.

Когда так поступаете, вы не даете «Судье» возможности осудить или обвинять вас. Если выкладываетесь полностью и Судья пробует судить вас по вашему Своду Законов, то есть ответ: «Я сделал все наилучшим образом». Сожалений не остается.

Выполнить это соглашение – не простое дело, но оно действительно освобождает человека.

Когда прилагаете все усилия, учитесь воспринимать себя. Но нужно понимать, что делаете, и учиться на собственных ошибках. Это значит – делать что-то наилучшим образом, честно оценивать результаты и продолжать подобную практику. Это повышает ваше осознание.

«Делать наилучшим образом» не похоже на работу, потому что вы наслаждаетесь тем, что делаете. Когда вам нравится сам процесс и после работы не остается неприятного осадка, вы знаете, что прилагаете все усилия. Стараетесь, потому что хотите этого, а не потому, что обязаны, пытаетесь угодить Судье или окружающим.

Если вы действуете потому, что должны, тогда нет возможности действительно делать лучшее, на что вы способны. Тогда лучше не делать этого. Нет, вы делаете все, на что способны, потому что возможность поступать так делает вас счастливыми. Когда это «наилучшим образом» обусловлено наслаждением от работы, вы действуете, наслаждаясь этим.

Действие – это полнота жизни. Бездействие – ее отрицание.

Пассивность – просиживание годами перед телевизором из-за боязни жить и рискнуть проявить себя. Самовыражение – это действие. В голове у вас может быть уйма чудесных идей, но только действие что-то меняет. Без реализации идеи ничто не проявится, не будет результата и награды.

Хороший пример – история Форреста Гампа. Особых идей у него не было, но он *действовал*. Был счастлив, потому что во всем полностью выкладывался. На поощрение он не надеялся, но был щедро вознагражден.

Действовать – значить жить. Надо рискнуть – собраться с духом и выразить свой сон. Это не навязывание своего сновидения другим, ведь право на самовыражение имеет каждый.

Делать все наилучшим образом – прекрасная привычка. Я отдаюсь всему, что делаю и чувствую. Делать все наилучшим образом в моей жизни стало ритуалом, потому что я поступаю так по собственному выбору.

Это Соглашение, как и всякая вера, принимается по личному выбору. Я все превращаю в ритуал и при этом всегда стараюсь делать это максимально хорошо.

Душ для меня ритуал, этим действием я сообщаю своему телу, насколько люблю его. Чувствую и упиваюсь водой, омывающей мое тело. Я стараюсь выполнять его запросы, отдавать ему должное и получать то, что оно дает мне.

В Индии есть ритуал *пуджа*. Идолов, представляющих различные инкарнации Бога, купают, кормят, посвящают им свою любовь. Даже мантры поют. Сам идол не имеет никакого значения. Важно то, как исполняется ритуал, как люди произносят: «Я люблю Тебя, Господи».

Бог есть жизнь. Он есть жизнь в действии. Лучший способ говорить «Я люблю Тебя, Господи» состоит в том, чтобы прожить свои дни, делая все наилучшим образом. Лучший способ сказать: «Благодарю Тебя, Боже» – это оставить в покое прошлое и жить сиюминутно, здесь и сейчас. Отдайте жизни то, что она требует. Если отпустите и перестанете беспокоить прошлое, вы позволите себе жить настоящим. Оставить прошлое в покое – значит наслаждаться сном, снявшимся сию минуту.

Если вы живете в сне прошлого, вы не наслаждаетесь тем, что происходит прямо сейчас, потому что всегда хотите, чтобы все было не таким, как есть. Вы живете прямо сейчас, в данном мгновении, и у вас просто нет времени на все эти воспоминания. Если не получаете удовольствия от того, что происходит прямо сейчас, вы принадлежите минувшему и *живете только наполовину*. Из-за этого – жалость к себе, страдание, слезы.

Право на счастье у вас есть от рождения. Право любить, испытывать блаженство и разделять любовь. Вы живой человек – так живите и наслаждайтесь. Не сопротивляйтесь жизни, пронизывающей вас, потому что это Бог пронизывает вас. Ваше существование доказывает существование Бога, существование жизни и энергии.

Ничего нам не нужно ни знать, ни улучшать. Важно только бытие, риск и наслаждение жизнью. Говорите «нет», когда хотите сказать «нет», и говорите «да», когда хотите сказать «да». У вас есть право быть самими собой.

Но собой можно быть только тогда, когда делаешь все, на что способен. Если это не так, то ты сам отвергаешь право быть собой. Эти семена надо возвращать в своих мыслях. Вам не нужны знания или громоздкие философские построения. Не нужно, чтобы вас принимали. Вы выражаете свою божественность фактом собственной жизни и любви к себе и другим. Словами «Эй, я люблю тебя» Бог выражает Себя.

Первые Три Соглашения будут работать только в том случае, если вы станете делать все наилучшим образом.

Не надейтесь, что вам сразу удастся всегда быть безупречными в словах. Ваши привычки слишком сильны и крепко засели в мыслях. Но вы можете делать все от вас зависящее.

Не думайте, что никогда ничего не будете принимать на свой счет; просто делайте для этого все возможное.

Не мечтайте, что никогда не будете делать предположения, и все же можно стараться жить именно так.

Если будете делать лучшее из того, на что способны, привычки злоупотреблять словом, принимать все на свой счет и предполагать будут слабеть и понемногу оставлять вас. Не следует судить, чувствовать вину, наказывать себя, если не можете выполнить эти соглашения. Делайте все, что можете, и появится чувство облегчения, даже если продолжаете строить догадки, принимать на свой счет и быть не всегда безупречным в словах.

Если вы всегда выкладываетесь, то овладеете процессом трансформации. Мастер вырастает из практики. Безупречность вас сделает специалистом. Все, что вы когда-либо учили, запоминалось после повторения. Вы учились писать, водить машину и даже ходить при помощи повторения. Благодаря ему вы овладели родным языком. Все дело – в действии.

Если вы безупречны в поиске личной свободы, любви к себе, то обнаружите, что это дело времени, и придете к тому, чего хотите. Дело не в

том, чтобы *видеть* или сидеть, часами погрузившись в медитацию. Вы должны подняться и быть человеком. Надо уважать в себе мужчину или женщину. Почитайте свое тело, наслаждайтесь им, любите, питайте, очищайте и лечите свое тело. Упражняйтесь и делайте все, что ему приятно. Это *пуджа* для вашего тела, завет между вами и Богом.

Не обязательно поклоняться идолам Девы Марии, Христа или Будды. Вы можете делать это, если хотите, если это вам приятно. Ваше тело – проявление Бога, и для вас все изменится, когда вы научитесь уважать его. Если будете одаривать любовью тело и каждый его орган, то посеете семена любви в мыслях и, когда они возрастут, станете безмерно любить, почитать и уважать свое тело.

Тогда каждое действие превратится в ритуал, которым вы почитаете Бога. После этого следующий шаг – почитание Всевышнего всеми помыслами, чувствами, верой, даже каждым «правильно» или «неправильно». Каждая мысль превращается в общение с Богом, и вы начинаете жить во сне без осуждения, жертвенности, без потребности сплетничать и злоупотреблять словом.

* * *

Если выполняете все Четыре Соглашения, то вам не придется жить в аду. Ни в коем случае. Если безупречны в словах, ничего не принимаете на свой счет, не делаете предположений, всегда стараетесь делать все наилучшим образом, то жизнь ваша будет прекрасна. Вы полностью распоряжаетесь ею.

Четыре Соглашения – итог овладения трансформацией – одно из достижений Толтеков. Вы переделываете ад в рай. Сон планеты преобразуется в ваше райское сновидение.

Вот и все знание – берите и пользуйтесь.

Вот вам Четыре Соглашения, просто надо принять и уважать их значение и силу.

Только старайтесь с честью выполнять Соглашения. Можете сегодня же составить такое соглашение:

Я буду наилучшим образом следовать этим Четырем Соглашениям.

* * *

Это настолько просто и логично, что поймет и ребенок. Но надо обладать очень сильной волей, чтобы их выполнить. Почему? Потому, что на нашем пути везде препятствия. Все вокруг вас будут пытаться сорвать выполнение новых соглашений, всё вокруг объединится в том, чтобы мы нарушили их.

Проблема в других соглашениях, составляющих Сон планеты. Они действуют, и они очень сильны.

Поэтому нужно быть великим охотником, великим воином, способным ценой жизни защитить Четыре Соглашения. От этого зависит ваше счастье, свобода, образ жизни. Цель воина – преодолеть этот мир, избежать ада навсегда. Как учат нас Толтеки, награда должна превысить человеческий опыт страдания, стать воплощением Бога. Это и есть награда.

Нам действительно надо напрячь все силы, чтобы выполнить Соглашения. Сначала я не ожидал, что сделаю это. Много раз падал, но вставал и шел вперед. Снова упал и снова – вперед. Я не испытывал жалости к себе. Ни в коем случае. Сказал: «Если упаду, то у меня хватит сил и ума встать. Я все равно сделаю это!» Встал и пошел. Упал, и опять – только вперед. И с каждым разом становилось все легче. Однако вначале было невероятно трудно.

Поэтому, если упадете, – не вините себя. Не доставляйте вашему Судье удовольствие превратить вас в жертву. Нет, будьте требовательны к себе. Встаньте и снова составьте соглашение. «Хорошо, я нарушил договор быть безупречным в словах. Но начну сначала. Сегодня я выполню Четыре Соглашения. Буду безупречен в словах, ничего не стану принимать на свой счет, не буду делать предположений, буду делать все наилучшим образом».

Если нарушите договор, начинайте заново завтра, послезавтра. Сначала будет трудно, но день ото дня легче, пока однажды не обнаружите, что управляете своей жизнью. При помощи Четырех Соглашений. Вы удивитесь тому, как изменилась ваша жизнь.

Не надо быть религиозным человеком или ежедневно ходить в церковь. Внутри вас растет любовь и чувство собственного достоинства. Вы можете это сделать. Если я сделал, то и вы сможете. Не думайте о будущем. Держите свое внимание на сегодня, оставайтесь в настоящем моменте. Просто живите сегодняшним днем. Всегда *наилучшим* образом старайтесь выполнять эти Соглашения, и скоро делать это станет легко.

Сегодня начинается новый Сон.

Глава 6

Толтекский путь к свободе. Отказ от старых соглашений

ВСЕ ГОВОРЯТ О СВОБОДЕ. Во всем мире разные люди, разные расы, разные страны борются за свободу. Но что такое свобода? В Америке мы говорим, что живем в свободной стране. Но действительно ли мы свободны? Свободны ли мы быть самими собой? Ответ – нет, мы не свободны. Истинная свобода имеет отношение к духу человека, это свобода быть самим собой.

Кто не дает нам этого сделать? Мы обвиняем правительство, погоду, родителей, религию, Бога. А на самом деле кто не дает нам быть свободными? Мы сами. Что означает быть свободным? Вот мы женимся и говорим, что потеряли свободу; но мы разводимся, и не становимся свободными. Что же мешает? Почему не можем быть самими собой?

Помним, что давным-давно были независимы, и нам это нравилось, но забыли, что же такое свобода на самом деле.

Мы наблюдаем ребенка двух, трех, четырех лет, – вот свободное человеческое существо. Почему? Да потому, что он делает то, что хочет. Человек – существо дикое. Такое же, как неодомащенный цветок, дерево, животное! У двухлетнего человечка мы видим широкую улыбку на лице – ему весело. Он познает мир. Не страшится играть. В этом возрасте дети боятся боли, голода, боятся, что их желание не выполнят, но их не волнует прошлое, нет забот о будущем, они живут только настоящим.

Очень маленькие дети не боятся выразить свои чувства. Они настолько любящие, что, почувствовав любовь, растворяются в ней. Не боятся любить. Вот вам описание нормального человека. В детстве мы не страшимся будущего и не стыдимся прошлого. Как люди, мы стремимся наслаждаться жизнью, играть, познавать, быть счастливыми, любить.

Но что же происходит со взрослыми? Почему мы не такие? Почему не свободны? Мы можем сказать с точки зрения Жертвы, что нечто грустное произошло с нами, а с точки зрения воина, что случившееся с нами – нормально. Случилось так, что у нас есть Свод Законов, в нас живут великий Судья и Жертва, которые властвуют над нашей жизнью. Мы больше не свободны, потому что Судья, Жертва и система верований не позволяют нам быть самими собой. Как только программа нашего разума

заполнилась этим мусором, мы утратили счастье.

Такое обучение от человека к человеку, от поколения к поколению считается вполне нормальным в человеческом обществе.

Не надо укорять родителей за то, что они воспитали вас по своему подобию. Ведь они учили тому, что сами усвоили! Старались, но если в чем-то ущемили нас, то это результат их приручения, их страхов, их верований. Они не могли повлиять на свое программирование, а поэтому и не умели вести себя по-другому.

Не надо обвинять родителей или тех, кто исказил и твою жизнь, и тебя самого. Но пришло время остановить эту порчу, освободиться от тирании Судьи, перестроив фундамент твоих собственных соглашений. Настал час избавиться от роли Жертвы.

Истинный ты – дитя, которое никогда не повзрослеет. Иногда этот маленький ребенок выходит наружу, когда ты развлекаешься или играешь, когда счастлив, рисуешь, пишешь стихи, играешь на фортепьяно, как-то самовыражаешься. Самые счастливые мгновения твоей жизни те, когда твоя сущность выходит наружу, ты не заботишься о прошлом, тебя не волнует будущее. Когда ты подобен ребенку.

Но есть нечто, что все меняет. Мы называем это *обязанностями*. Судья говорит: «Подожди, ты обязательный человек, тебе есть что делать, надо работать, идти в школу, зарабатывать на жизнь». Об этих обязанностях приходится помнить. Наше лицо меняется и снова становится серьезным. Если присмотреться, как дети играют во взрослых, то можно заметить, как у них меняется мимика. «Я буду адвокатом» – и сразу лицо взрослеет. Мы идем в суд и видим именно такие лица, – вот такие мы и есть. Еще дети, но уже утратили свободу.

Желанная свобода – свобода быть самими собой, самовыражаться. Но если взглянем на свою жизнь, то увидим, что большую часть времени мы угождаем другим, чтобы они нас приняли; не живем в свое удовольствие. Вот что произошло с нашей свободой. И в нашем обществе и во всех других в целом мире мы видим, что из тысячи людей девятьсот девяносто девять полностью «одомашнены».

Хуже всего, что большинство из нас даже не знают, что мы не свободны. Что-то внутри подсказывает, что это так, но мы не осознаем, в чем дело и почему.

Большинство людей живут и не понимают, что Судья и Жертва направляют их разум, и поэтому у них нет шанса быть свободными. Осознание этого – первый шаг к независимости. Чтобы быть свободными, нам надо знать, что мы не свободны. Прежде чем решать задачу, надо

осознать, в чем она состоит.

Осознание – всегда первый шаг, потому что, если нет осознания, ничего нельзя изменить. Если не знаете, что ваш разум изранен и полон эмоционального яда, нельзя начинать очищение и исцеление ран, и тогда вы будете продолжать мучиться.

В страдании нет смысла. Понимая это, вы можете возмутиться и сказать: «Хватит!» Можете начать поиск способа исцеления и преобразования своего сна. Сон планеты – просто видение. Он даже не реален. Если вы войдете в него и бросите вызов своим верованиям, то увидите, что большинство установок, изранивших ваш разум, далеки от истины. Увидите, что годы страданий потрачены впустую. Почему? Да потому, что заложенная вам в голову система верований основана на лжи.

Поэтому так важно стать хозяином собственного Сна. Именно поэтому Толтеки – мастера *сновидения*. Ваша жизнь – проявление вашего собственного сновидения; это – искусство. Вы в любое время можете изменить свою жизнь, если сон не в радость. Повелители снов создают шедевр из своей жизни; управляют грезами, делая выбор. Все имеет следствия, и мастер сновидения осознает эти следствия.

Быть Толтеком – образ жизни. В этом пути нет лидеров и последователей. У Толтека своя правда, и вы по ней живете. Толтек становится мудрым, становится диким и становится снова свободным.

Есть три Искусства, которые позволяют людям стать Толтеками. Первое – Искусство Осознания. Это значит осознавать то, кем мы в действительности являемся. Второе – Искусство Трансформации, преобразования себя. Это способность измениться, освободиться от прирученности. Третье – Искусство Намерения. Намерение, с толтекской точки зрения, – часть жизни, которая делает возможным трансформировать энергию. Это живое существо, незримо вмещающее в себе всю энергию, то, что мы называем «Богом». Намерение – сама жизнь, это безусловная любовь. Следовательно, Искусство Намерения есть Искусство Любви.

Когда говорим о толтекском пути к свободе, мы подразумеваем, что существует карта освобождения от прирученности, одомашнивания. Толтеки сравнивают Судью, Жертву и систему верований с паразитом, вторгающимся в человеческий разум. С их точки зрения, все одомашненные люди нездоровы. Они больны, потому что паразит управляет их сознанием и мозгом. Он питается отрицательными эмоциями, порождаемыми страхом.

Если мы взглянем на описание паразита, мы увидим, что это существо живет за счет других созданий, высасывая их энергию, ничего не давая

взамен и постепенно разрушая *хозяина*. Под это описание прекрасно подходят Судья, Жертва и система верований. Вместе они представляют собой существо, состоящее из душевной, или эмоциональной энергии, и эта энергия живая. Конечно, она не материальна, но ведь и эмоции – нематериальная энергия. И наши сны – нематериальная энергия, но мы знаем, что они существуют.

Одна из функций мозга – преобразование материальной энергии в эмоциональную. Наш разум – фабрика эмоций. И мы говорим, что видеть сны – главная функция мозга.

Толтеки считают, что паразит – Судья, Жертва и система верований – завладел вашим разумом и управляет сном. Паразит видит сон посредством вашего сознания и живет, используя ваше тело. Он существует за счет эмоций, вызванных страхом, паразитирует на горе и страдании.

Наша свобода состоит в том, чтобы самим использовать разум и тело, жить своей жизнью, а не жизнью системы верований.

Когда мы обнаруживаем, что разум управляется Судьей и Жертвой, а наше «я» загнано в угол, у нас есть только два выбора.

Первый – продолжать так жить, сдавшись на милость Судьи и Жертвы, существовать в рамках Сна планеты.

Второй – поступать как дети, когда родители пробуют их одомашнивать. Мы способны восстать и сказать: «Нет!» Можем объявить войну паразиту – Судье и Жертве, – войну за нашу независимость, войну за право использовать собственное сознание и мозг.

Вот почему во всех шаманистских традициях в Америке – от Канады до Аргентины – люди называют себя *воинами*. Они находятся в состоянии войны с паразитом в собственном сознании. Это – действительное предназначение воителя. Воин – тот, кто борется против вторжения паразита. Он восстает и объявляет войну.

Но быть воином не означает всегда выигрывать войну: мы можем победить или проиграть, но всегда делаем наилучшим образом все, на что только способны, и имеем хотя бы шанс снова стать свободными.

Выбор этого пути дарит по крайней мере достоинство бунта и гарантирует, что мы не станем беспомощными жертвами собственных пристрастий или чужих ядовитых эмоций. Даже если ты уступаешь врагу, паразиту, ты не будешь жертвой непротивления.

В лучшем случае принадлежность к касте воинов дает возможность преодолеть Сон планеты и превратить индивидуальный сон – в *райский*.

Небеса, как и преисподняя, существуют в пределах нашего сознания. Это место радости, там мы счастливы и можем по своему желанию любить

и быть самими собой. Человек способен достичь рая еще при жизни, для этого не надо ждать смерти. Бог вездесущ, и Царство Небесное – повсюду, но сначала нам понадобятся глаза и уши, чтобы увидеть и услышать эту истину.

Нужно освободиться от паразита.

Его можно сравнить с тысячеглавым чудовищем. Каждая голова паразита соответствует одному нашему страху. Если хотим быть свободными, нужно уничтожить его. Можно, например, пойти в лобовую атаку и разобраться с каждым страхом по очереди. Это медленно, но верно. С каждой победой мы становимся немного свободнее.

Второй подход состоит в том, чтобы прекратить подпитывать паразита.

Не давая паразиту пищи, мы уморим его голодом. Для этого надо совладать с эмоциями, не поддаваться чувствам, порождаемым страхом.

Конечно, проще сказать, чем сделать. А все потому, что Судья и Жертва правят нашим разумом.

Третье решение называется *Инициацией Смертью*. Посвящение смертью встречается во многих традициях и эзотерических школах всего мира.

Этот ритуал можно обнаружить в Египте, Индии, Греции, Америке. Это символическая смерть, которая убивает паразита, не повреждая тело человека. Когда мы символически «умираем», должен умереть и паразит. Это срабатывает быстрее, чем первые два метода, но сделать это намного труднее. Необходимо большое мужество, чтобы стать перед ангелом смерти. Надо быть очень сильным.

Теперь давайте рассмотрим каждый метод более детально.

Искусство трансформации: сон второго внимания

Вы уже знаете, что сновидение, в котором сейчас пребываете, – результат внешнего Сна, завладевшего вашим вниманием и снабжающего вас верованиями. Процесс приручения можно назвать *сном первого внимания*, потому что именно таким образом ваше внимание впервые использовалось для создания первого сна в вашей жизни.

Один из способов изменения себя состоит в том, чтобы сфокусировать внимание на соглашениях и верованиях, изменить соглашение с самим собой.

Делая это, вы вторично используете внимание, создавая *сон второго внимания*, или новый сон.

Различие в том, что вы уже не невинны. В детстве было по-другому: у вас не было выбора. Но вы уже не ребенок. Теперь – вам выбирать, во что верить, а во что нет. Включая и веру в самого себя.

Вначале следует обратить внимание на туман, присутствующий в вашем разуме. Понять, что вы все время видите сон. Только в этом случае сможете преобразовать его. Если вы понимаете, что вся беда в вашей жизни – от веры, а то, во что верите, – нереально, то можно начинать все менять.

Однако для того, чтобы действительно изменить веру, нужно сосредоточиться на том, что именно хотите трансформировать. Следует знать, какие соглашения преобразовывать, прежде чем вы сможете изменить их.

Следующий шаг – понять, какие самоограничительные верования, основанные на страхе, делают вас несчастными. Вы пересматриваете всю систему установок и соглашений, начиная в процессе этого что-то менять. Толтеки назвали это Искусством Трансформации, и это – истинное мастерство. Вы овладеваете им, изменяя основанные на страхе соглашения – соглашения, заставляющие вас страдать, – и по своему выбору программируете собственный разум.

Это можно сделать, изучив и приняв альтернативную веру вроде наших Четырех Соглашений.

Решение принять Четыре Соглашения – это объявление войны за освобождение от паразита. Они дают возможность положить конец эмоциональной боли, после чего вы сможете насладиться жизнью и начать видеть новый сон. Основанный на вашем выборе, вашем собственном желании.

Четыре Соглашения призваны помочь вам в Искусстве Трансформации, помочь отказаться от ограничительных условностей, расширить собственные возможности, стать более сильным. Чем вы сильнее, тем от большего количества соглашений можете отказаться, пока не настанет момент, когда доберетесь до основы основ всех соглашений.

Продвижение к основам я называю *уходом в пустыню*. Там вы встречаетесь с демонами лицом к лицу. После возвращения из пустыни злые духи станут ангелами.

Четыре новых Соглашения дают огромную силу. Снятие с вашего разума заклятия черной магии требует больших личных усилий.

Всякий раз, когда отказываетесь от очередного старого соглашения, вы становитесь сильнее. Начинать надо с отказа от мелких договоров, что требует меньших усилий. Когда с ними будет покончено, ваши силы увеличатся настолько, что вы сможете приняться за главных демонов в вашем разуме.

Например, маленькая девочка, которой запретили петь, выросла. Теперь ей двадцать лет. С тех пор она не поет. Девушка способна преодолеть убеждение в том, что у нее скверный голос, сказав себе: «Я все равно попробую петь, даже если у меня это выходит ужасно». Затем она может представить, что кто-то хлопает в ладоши и говорит ей: «О! Это было прекрасно». Так можно подорвать мелкое подростковое соглашение, но не ликвидировать его. Однако теперь у нее немного больше сил и отваги, чтобы пытаться еще и еще, пока соглашение наконец не исчезнет.

Это один из способов выхода из адского сна. Но, отказываясь от соглашения, которое заставляет вас страдать, надо заменять его новым, которое сделает вас счастливее. Это защитит от возвращения прежнего соглашения. Если новое полностью заменило предыдущее, то старому нет пути назад, и отныне будет действовать сознательно заключенное соглашение.

У нас в голове есть немало устоявшихся верований, из-за которых этот процесс может показаться безнадежным. Поэтому нужно набраться терпения и идти шаг за шагом, не спеша. Нынешняя ваша жизнь – результат многих лет приручения. И за один день не удастся переломить порядок вещей.

Отказ от соглашений – дело очень сложное, ведь в каждое мы вкладывали силу слова (которая является силой нашей *воли*).

Столько же энергии потребуется и для изменения соглашения. У нас ничего не получится, если мы вложим меньше силы в его трансформацию, чем в его заключение, ведь вся мощь нашей личности вложена в

выполнение уже существующих соглашений.

Здесь дело обстоит так же, как с сильной привычкой: мы сживаемся с индивидуальным состоянием, каким бы ужасным оно ни было. Привыкаем к гневу, ревности, жалости к себе. К верованиям, которые говорят нам: «Я не достоин, я недостаточно умен. Нечего и пытаться. Пусть другие пробуют – они лучше меня».

Все эти старые договоры, которые правят нашим жизненным Сном, – результат неоднократного их повторения. Поэтому для принятия Четырех Соглашений тоже необходимо запустить механизм повторения. Постоянное обращение к новым Соглашениям расширяет ваши возможности. Повторение – мать ученья.

Дисциплина воина: контроль вашего собственного поведения

Представьте себе, что как-то рано утром просыпаетесь, вас переполняет энтузиазм. Настроение прекрасное. Вы счастливы, у вас отличный заряд на весь день. И вот за завтраком вышла крупная ссора с супругом, у вас испортилось настроение. Вы сходите с ума, и большая часть сил тратится на гнев. После стычки ощущаете опустошенность, хочется только пойти и выплакаться. Вы чувствуете такую усталость, что идете к себе в комнату, валитесь с ног и пытаетесь привести свои чувства в порядок. День проходит в терзаниях. Нет сил за что-либо браться, хочется от всего спрятаться.

Каждое утро мы просыпаемся с каким-то зарядом умственных, эмоциональных и физических сил, которые тратим в течение дня. Если позволим чувствам истощать наши силы, у нас их не хватит ни для себя, ни для других.

Ваш взгляд на мир будет зависеть от эмоций. Когда вы расстроены, все вокруг не так, не по-вашему. Все не по душе, включая погоду: то ли дождь, то ли солнце сияет, – одинаково худо. Когда вам грустно, окружающее вызывает тоску, хочется плакать. Смотрите на деревья, и они навевают грусть; видите дождь, и мир выглядит безысходно. Возможно, вы испытываете чувство безнадежности, и хочется защитить себя, ведь вы не знаете, откуда ждать удара. Вы никому и ничему не верите. А все потому, что смотрите на мир глазами страха!

Вообразите, что человеческий разум подобен вашей коже. Прикосновение к здоровой коже – прекрасное ощущение. Поверхность тела создана для восприятия, и ощущение касания замечательно. Теперь вообразите, что у вас травма – инфицированный порез. Стоит дотронуться – вспышка боли, вы пытаетесь прикрыть и защитить рану. Любое прикосновение неприятно, поскольку вызывает страдание.

Теперь вообразите, что у всех людей кожные заболевания. Никто ни к кому не может прикоснуться, потому что будет больно. Раны у всех, так что инфекция считается нормальным явлением, страдание тоже; вот так и с нами.

Вы представляете себе наше общение, если бы у всех людей в мире был такой кожный недуг? Больно было бы даже заключить кого-нибудь в объятия. Пришлось бы держаться подальше друг от друга.

Человеческий разум в точности подобен инфицированной коже. У каждого – свое тело, покрытое зараженными ранами. Каждая инфицирована эмоциональной отравой – ядом тех чувств, что заставляют страдать. Например, ненависть, гнев, зависть, печаль.

Несправедливость открывает раны сознания, и мы отвечаем эмоциональным ядом, руководствуясь нашими верованиями и понятиями о том, что хорошо и что плохо. Разум настолько изранен и насыщен ядом в процессе приручения, что люди находят его нормальным.

Все так считают, а я – нет.

Мы имеем дело с дисфункциональным Сном планеты, а психическая дисфункция называется СТРАХ. Симптомы болезни включают все эмоции, заставляющие людей страдать: гнев, ненависть, печаль, зависть, ревность, предательство. Когда страх слишком велик, мыслящий разум начинает сдавать, и это называют душевным расстройством. Психотическое поведение проявляется, когда разум так испуган и раны так болят, что, кажется, лучше отрешиться от внешнего мира.

Если мы осознаем, что у нас болезненное состояние ума, то поймем, что есть и средство лечения. Хватит страдать. Сначала потребуется правда, чтобы открыть эмоциональные раны, удалить яд и исцелить язвы. Как это делается? Мы должны *простить* тех, кто обидел нас. Не потому что они этого заслуживают, а потому, что мы настолько себя любим, что больше не хотим платить за несправедливость.

Прощение – единственный способ исцелиться. Мы прибегаем к нему, потому что сострадаем себе. Можем прекратить негодовать и объявить: «Хватит! Я больше не верховный Судья сам себе. Перестану укорять и доводить себя терзаниями. Я больше не буду Жертвой!»

Сначала нужно простить наших родителей, братьев, сестер, друзей, Бога.

Прощая Всевышнему, вы можете наконец и себя простить. Как только прощаете себя, с саморефлексией в вашем разуме покончено. Вы начинаете принимать себя, и любовь к себе будет становиться настолько сильной, что вы наконец примете себя такими, как есть. Так начинается свобода. И ключ к ней – *Прощение*.

О том, что простили кого-то, вы узнаете, когда увидите его и не испытаете никаких чувств. Услышите имя и не отреагируете. Когда прикоснутся к тому, что было у вас раной, и не будет больно, вы поймете, что действительно простили.

Правда подобна скальпелю. Она болезненна, потому что вскрывает покрытые корочкой неправды язвы, чтобы исцелить их. Ложь – это то, что

мы называем *системой отрицания*. Хорошо, что она у нас есть, поскольку позволяет прикрыть раны и продолжать действовать. Но, как только исчезают раны и отравы, больше нет нужды врать. И система отрицания не нужна, ибо к здоровому рассудку, как и к здоровой коже, можно прикасаться и боли не будет. Когда сознание очистится, прикосновение приятно.

Проблема большинства людей в том, что они не контролируют свои эмоции. Поведением человека управляют чувства, а не человек управляет своими чувствами. Теряя самообладание, мы говорим то, чего не хотим, и делаем то, чего не желаем.

Поэтому так важно быть безупречным в словах и стать духовным воином. Надо научиться контролировать свои эмоции, чтобы хватило сил изменить соглашения, основанные на страхе, бежать из преисподней, создать свой собственный рай.

Как нам стать воинами? У воинов всего мира есть общие черты. Они осознают. Это очень важно. Мы знаем, что в нашем разуме идет война, и она требует дисциплины. Но дисциплины не солдата, а воина. Не навязанной извне дисциплины, касающейся того, что делать и что не делать, а дисциплины *в любой ситуации быть самими собой*.

У воина есть контроль. Не контроль над другим человеком, а контроль над собственными эмоциями, своей сущностью. Вы утрачиваете контроль, когда подавляете эмоции, считая, что подавлять – значит контролировать. Основное различие между воином и жертвой в том, что последняя подавляет, а первый – обуздывает свои эмоции. Жертвы подавляют, потому что боятся показывать чувства, говорить то, что хотят. Другое дело – обуздывать. Это означает придержать эмоции и выразить их в нужное время – не раньше и не позже. Именно поэтому воины безупречны. Они полностью контролируют свои эмоции и, следовательно, свое поведение.

Инициация смертью: заключить ангела смерти в объятия

Последний способ достичь личной свободы состоит в том, чтобы подготовиться к *Инициации смертью*, саму Смерть сделать своим учителем. Ангел смерти может научить нас, как жить. Мы узнаем, что можем прекратить существование в любой момент; у нас для жизни – только настоящее. Мы действительно не ведаем, умрем ли мы через сто лет или завтра. Не известно. Нам кажется, что впереди еще много лет. Но так ли это?

Если человек идет в больницу, и врач говорит, что ему жить осталось одну неделю, что делать? Как уже говорилось, есть два выбора. Поскольку человек умрет, он должен страдать и всем рассказывать: «Горе мне – я умру», – и разыгрывать целую драму.

Другой выбор – использовать каждое мгновение, чтобы быть счастливым, делать то, что по душе. Если осталась только неделя жизни, давайте ею наслаждаться. Испытывать полноту бытия.

Мы можем сказать: «Я буду самим собой. Больше не собираюсь прозябать, угождая другим. Меня не будет заботить, что они обо мне думают. Если я через неделю умру, это не имеет значения. Я продолжаю быть самим собой».

Ангел смерти может научить нас жить каждый день так, будто это последний день нашей жизни и завтра уже не будет. Каждое утро можно начинать словами: «Я проснулся, вижу солнце. Я благодарен ему, всему и всем за то, что живу, могу еще один день быть самим собой».

Вот так я вижу жизнь.

Ангел смерти научил меня быть полностью открытым, знать, что бояться нечего. И, конечно, к близким я отношусь с любовью, потому что это может быть последний день, когда я могу сказать им, как я их люблю. Не знаю, увидимся ли снова, и поэтому не хочу ссориться с вами.

Что было бы, если бы я серьезно поссорился с вами, выплеснул всю накопившуюся эмоциональную отраву, а вы на другой день умерли? Р-раз! О Боже, Судья не оставит меня в покое, и я буду укорять себя за все, что наговорил вам. Буду упрекать даже за то, что не сказал, как люблю вас.

Я могу разделить с вами любовь, делающую меня счастливым. Зачем мне отрицать, что люблю вас? Не важно, есть ли взаимность. Кто-то из нас может завтра умереть. Я счастлив, что именно сейчас могу сказать, как

люблю вас.

Вы можете выбрать именно такой способ жизни. И подготовить себя к *Инициации смертью*. В процессе Посвящения ваш старый сон должен умереть навсегда. Да, у вас останутся воспоминания о *паразите*: Судье, Жертве и прежних верованиях, – но он умрет.

Инициация смертью нужна для того, чтобы паразит умер. И дело это непростое, потому что Судья и Жертва будут бороться до последнего. Они не хотят уходить в небытие. А мы чувствуем, что вот-вот умрем, и боимся смерти.

Жизнь во Сне планеты подобна смерти. Переживший *Инициацию смертью* получает замечательный дар: воскресение. Для этого надо восстать из мертвых, жить, снова быть самим собой. Воскреснуть – значит быть, подобно ребенку, неприрученным, безудержным и свободным.

Но есть и отличие. Оно заключается в том, что свобода у нас сочетается с мудростью, а не с наивностью. Наш разум исцелен, мы снова независимы и можем отвергнуть приручение. Мы сдаемся ангелу смерти, зная, что паразит умрет, а мы будем жить со здравым рассудком и совершенным разумом. Мы свободны использовать собственный разум и жить своей собственной жизнью.

Вот чему, по мнению Толтеков, нас учит ангел смерти. Он приходит к нам и говорит: «Вы видите, что все сущее принадлежит мне, а не вам. Ваш дом, супруг или супруга, дети, машина, карьера, деньги – все мое. Если захочу, могу это забрать, а пока – пользуйтесь».

Если мы сдадимся ангелу смерти, то будем счастливы всегда и навсегда. Почему?

Потому что он забирает прошлое, давая возможность продолжаться жизни. В каждое мгновение минувшего ангел смерти забирает себе умершую частичку, а мы живем настоящим.

Паразит хочет, чтобы мы тащили за собой прошлое, и поэтому так трудно оставаться живыми.

Как можно наслаждаться настоящим, пытаясь жить в прошлом?

Зачем нам бремя минувшего, если мы живем во сне будущего?

Когда же мы собираемся жить настоящим?

Именно этому учит нас ангел смерти. Не грезьте о будущем, сосредоточьтесь на сегодняшнем дне и живите настоящим. Одним днем. Делайте все, чтобы выполнить эти Соглашения, и скоро это не составит для вас труда.

Сегодня – начало нового Сна.

Глава 7

Новый сон. Рай на Земле

Я хочу, чтобы вы забыли все, чему научились в жизни. Это начало нового понимания, нового Сна.

Сновидение, в котором вы живете, – ваше собственное творение. Это восприятие действительности, которое человек может изменить в любое время. В вашей власти создать ад и рай. Почему бы не изменить свой сон? Почему бы не использовать разум, воображение, эмоции, чтобы видеть райское сновидение?

Включите фантазию, и произойдут удивительные события. Представьте, что у вас есть возможность видеть мир другими глазами, видеть то, что вы выбираете сами. Всякий раз, открывая глаза, вы будете видеть мир совершенно по-иному.

Закройте глаза, затем откройте и посмотрите.

Вы увидите любовь, исходящую от деревьев, любовь, струящуюся с небес, любовь, переполняющую свет. Вы будете выпитывать любовь от всего вокруг вас. Это состояние блаженства. Вы непосредственно воспринимаете любовь от всего окружающего, включая вас самих и других людей. Даже когда люди вокруг вас грустны или злы, и за этими чувствами вы способны распознать любовь.

Я хочу, чтобы, используя воображение и обновленное восприятие, вы увидели свою новую жизнь, новый сон, жизнь, в которой не надо оправдывать свое существование и в которой вы можете быть собой.

Представьте, что вам разрешили быть счастливыми и наслаждаться жизнью. Ваша жизнь не конфликтует с жизнью других.

Вообразите, что живете и без страха выражаете свои сны. Вы знаете, чего хотите, когда хотите этого и чего не хотите. Вы можете по своему желанию изменять свою жизнь. Вы не боитесь просить о том, что вам нужно, говорить «да» или «нет».

Представьте, будто вам все равно, что скажут другие. Вы больше не подстраиваете свое поведение под чьи-то пересуды. Ни за чье мнение не отвечаете. Вам не нужно никого контролировать, и вас никто не контролирует.

Вообразите, что живете и никого не осуждаете. Легко всех прощаете и отказываетесь от суждений по чьему бы то ни было адресу. Вам не нужно

бороться за то, чтобы вы были правы, а кто-то – нет. Вы уважаете себя и других, а они уважают вас.

Представьте, что живете без страха любить и не быть любимым. Не боитесь быть отвергнутыми, и вам не нужно, чтобы вас принимали. Вы без стыда и необходимости оправдываться можете сказать: «Я люблю тебя». Можете шагать по миру с открытым сердцем и не бояться оскорблений.

Вообразите, что не страшитесь рисковать и познавать жизнь. Не боитесь что-то потерять, жить в этом мире и умереть.

Вообразите, что любите себя такими, какие есть. Любите свое тело, чувства такими, каковы они есть. Знайте, что вы совершенны в таком виде, как есть.

Причина, по которой я прошу вас сделать это, заключается в том, что *все это вполне возможно!* Вы способны жить в состоянии благодати, счастья, в райском сне. Но, чтобы испытать этот сон, нужно вначале понять, что это такое.

Только любовь приносит такое блаженство. Блаженство синонимично любви. Быть влюбленным – значит блаженствовать. Вы парите в облаках. Всюду видите любовь. И так можно жить всегда. Можно, потому что другие так сделали, а они – такие же, как вы. Они блаженствуют, потому что изменили свои соглашения, и у них другой Сон.

Как только почувствуете, что означает жить в блаженстве, вам понравится это. Вы поймете, что рай на земле – это истина, он действительно существует.

Как только осознаете, что рай есть и в нем можно жить, – от вас будет зависеть, стремиться к нему или нет.

Две тысячи лет назад Иисус рассказал нам о Царстве Небесном, царстве любви, но люди не были готовы услышать это. Они говорили: «О чем это Ты? Мое сердце пусто, я не чувствую любви, о которой Ты говоришь; не чувствую мира, который несешь с собой».

Не нужно ничего делать. Только представьте, что это послание любви возможно, и вы найдете в себе его отзвук.

Мир прекрасен и полон чудес. Жизнь может оказаться очень простой, когда любовь станет способом существования.

Можете любить всегда. Выбор за вами. Может, у вас нет причины любить, но вы способны на это, потому что любовь делает вас блаженным. Активная любовь дарит счастье. Она дает умиротворение. Изменяет ваше восприятие.

На все можно смотреть любящими глазами. Вы осознаете, что вокруг вас – любовь. При такой жизни рассеивается туман в мыслях. *Memento*

навсегда оставляет вас в покое. Люди столетиями стремились к этому. Тысячелетиями искали счастье. Счастье – потерянный рай. Люди во имя этого так тяжело работали, и это – часть эволюции разума. Это будущее человечества.

Такой образ жизни возможен, и он – в ваших руках. Моисей называл это Землей Обетованной, Будда – нирваной, Иисус – раем, Толтеки – Новым Сном.

К сожалению, ваша личность искажена отождествлением себя со Сном планеты. Все верования и соглашения окутаны туманом. Вы ощущаете присутствие паразита и полагаете, что это – вы. Потому-то и сложно отделаться от него и создать пространство любви. Вы привыкли к Судье, Жертве. Страдание вам слишком знакомо и поэтому вызывает чувство защищенности.

Но нет оснований страдать. Ваш выбор – единственная причина страданий. Посмотрев на свою жизнь, вы найдете много поводов для терзания, но серьезного основания не отыщете. То же касается и счастья.

Единственное его обоснование – ваш выбор. И счастье, и страдание – вопрос вашего выбора.

Возможно, мы не в силах избежать судьбы человека на земле, но у нас есть выбор: судьба страдальца или счастливая судьба.

Страдать или любить и быть счастливым.

Жить в аду или в раю.

Я выбираю рай.

А вы?

МОЛИТВЫ

Пожалуйста, выбери момент, закрой глаза, открой сердце и ощути исходящую из него любовь.

Я хочу, чтобы ты умом и сердцем понял мои слова и почувствовал властное присутствие любви. Вместе мы создадим необыкновенную молитву, чтобы пообщаться с нашим Творцом.

Сосредоточь свое внимание на легких, – будто у тебя есть только они. Ощути удовольствие от того, как легкие расширяются, чтобы обеспечить самую большую потребность человеческого тела – потребность в дыхании.

Глубоко вдохни и почувствуй, как воздух заполняет легкие. Ощути его как любовь. Обрати внимание на связь между воздухом и легкими – это любовная связь.

Пусть они наполняются воздухом до тех пор, пока у тела не появится желание его вытолкнуть.

И тогда – выдох – снова блаженство. Ведь наслаждение испытывается при удовлетворении любых потребностей человеческого тела. Дышать – огромное удовольствие. Достаточно одного дыхания, чтобы всегда быть счастливым, наслаждаться жизнью. Достаточно быть живым.

Чувствуешь, как чудесно быть живым, чудесно ощущать любовь?..

Молитва о свободе

Сегодня, Творец Вселенной, мы просим Тебя прийти и принять с нами причастие любви. Мы знаем, что настоящее Твое имя – Любовь, что общаться с Тобой – значит разделить Твою вибрацию и ее частоту, потому что Ты – единственная Сущность во Вселенной.

Сегодня помоги нам уподобиться Тебе, полюбить жизнь, быть жизнью, быть любовью.

Помоги нам любить так, как Ты, без условий, ожиданий, обязательств, безусловно.

Помоги любить и принимать себя, не думая, что Ты считаешь нас виновными и мы ожидаем наказания.

Помоги безоговорочно полюбить каждое Твое творение, особенно других людей, прежде всего тех, которые живут рядом: близких и людей, которых мы так стараемся любить. Ведь отвергая их, мы отвергаем себя, а отвергая себя, мы отвергаем Тебя.

Помоги без всяких условий любить других такими, какие они есть. Помоги принять такими, какие они есть, без суда, ибо если судим их, то находим виновными, обвиняем и хотим наказать.

Ныне очисти наши сердца от эмоционального яда, освободи наш разум от любого суда так, чтобы мы могли жить в совершенном мире и любви.

Сегодня особый день. Мы снова открываем наши сердца для любви, чтобы искренне и без страха сказать друг другу: «Я люблю вас».

Ныне мы отдаем себя в руки Твои. Приди к нам, стань нашим голосом, глазами, руками, сердцами, чтобы вместе со всеми причаститься любви.

Сегодня, Творец, помоги нам уподобиться Тебе. Спасибо тебе за все дары сегодня, особенно за свободу быть собой. Аминь.

Молитва о любви

Мы собираемся разделить прекрасный сон – сон, который вы навсегда полюбите.

В разгаре прекрасный теплый, солнечный день. Вы слышите птиц, ветер, речушку. Идете к воде. У самого берега медитирует старец, и вы видите, как от его головы исходит чудесное разноцветное сияние. Вы стараетесь не потревожить его, но он замечает ваше присутствие и открывает глаза. Они исполнены любви и улыбаются.

Вы спрашиваете старца, как ему удастся излучать такое прекрасное сияние. Спрашиваете, может ли он и вас научить делать то же. Он отвечает, что много-много лет назад попросил своего учителя о том же.

Старец начинает рассказывать вам о себе: «Мой учитель открыл свою грудь, вынул сердце и добыл из него прекрасное пламя. Затем отворил мою грудь, мое сердце, и поместил в него маленький огонек. Он снова вставил сердце в мою грудь, и я тотчас ощутил прилив любви, ибо пламя, которое он поместил в мое сердце, было его собственной любовью.

Огонь в моем сердце разрастался и превратился в огромный пожар; однако то пламя не жгло, а очистило все, к чему прикоснулось. Оно тронуло каждую клеточку моего тела, и тело ответило любовью. Я стал одним целым со своим телом, но любовь моя была больше. Огонь коснулся всех моих чувств, и они превратились в сильную и интенсивную любовь. Я любил себя – полностью и безоговорочно.

Но огонь продолжал гореть, и у меня появилась потребность разделить свое чувство. Я решил вложить по частице любви в каждое дерево. Они ответили мне взаимностью, и я стал единым целым с деревьями, но моя любовь не останавливалась и разрасталась.

Я вложил частицу любви в каждый цветок, травинку, землю, они откликнулись любовью, и мы стали едины.

Моя любовь продолжала расти и распространилась на всех животных в мире. Они отозвались любовью, и мы стали едины. Но любовь продолжала разрастаться.

Я поместил ее частицу в каждый кристалл, камешек на земле, в прах, в металлы, они ответили мне любовью, и мы стали едины с землей. Потом я решил вложить свое чувство в воду, океаны, реки, дождь, снег. Они отозвались взаимностью, и мы стали едины.

А моя любовь все росла. Я решил дать ее воздуху, ветру. Я чувствовал

сильное единение с землей, ветром, океанами, природой, а моя любовь все разрасталась.

Я обратил голову к небу, солнцу, звездам, вложил по частице любви в каждую звезду, в Луну, в Солнце, и они ответили мне тем же. Мы стали едины с Луной, Солнцем, звездами, а моя любовь все разрасталась.

Я вложил частицу своего чувства в каждого человека, и мы стали едины со всем человечеством. Куда бы я ни пошел, кого бы ни встретил, вижу в их глазах себя, ведь я – часть всего, потому что люблю».

Затем старик открыл свою грудь, вынул сердце с тем чудесным пламенем внутри и поместил огонек в твое сердце. Теперь эта любовь растет внутри тебя.

Отныне ты един с ветром, водой, звездами, природой, со всеми животными и людьми. Ты чувствуешь жар и излучение света от пламени в твоём сердце.

Твоя голова излучает чудесное многоцветие. От тебя исходит сияние любви, и ты молишься:

Спасибо, Творец Вселенной, за Твой дар жизни. Благодарю за то, что дал мне все, в чем я когда-либо нуждался. Спасибо за возможность ощущать это прекрасное тело и этот замечательный разум. Благодарю за то, что живешь во мне своей любовью, чистым и безграничным духом, теплым и лучистым светом.

Спасибо за использование моих слов, глаз, сердца, чтобы уделить от щедрот Твоей любви всюду, где я появляюсь. Люблю Тебя таким, какой Ты есть, а ведь я – твоё творение, и я люблю себя таким, какой есть. Помоги мне сохранить любовь и мир в моем сердце. Сделать любовь своей новой жизнью, чтобы жить в любви до конца моих дней. Аминь.

Выражение признательности

Я хотел бы выразить искреннюю признательность своей матери Сарите, которая научила меня беззаветной любви; своему отцу Хосе Луису, научившему меня послушанию; своему деду Леонардо Масиасу, дававшему мне ключ к толтекским таинствам; а также своим сыновьям Мигелю, Хосе Луису и Леонардо.

Хочу выразить восхищение и признательность Гайе Дженкинсу и Трей Дженкинс за их преданность. От всей души благодарю Джанет Миллс – издателя и редактора, которая поверила в меня. Также признателен Рею Чемберсу, указавшему мне путь.

Я хотел бы отдать должное моему дорогому другу Джини Джентри, чьи идеи и вера покорили мое сердце.

Я хотел бы отдать дань признательности многим людям, дарившим мне свое свободное время, вкладывавшим душу и силы в поддержку учения. В первую очередь это Гэ Бакли, Тед и Пэгги Рэсс, Кристина Джонсон, «Рыжая» Джуди Фрубауэр, Вики Молинар, Давид и Линда Диббл, Бернадетт Виджил, Синтия Вуттон, Алан Кларк, Рита Ривера, Кэтрин Чейс, Стефани Бюро, Тодд Каприлиан, Гленна Квигли, Аллан и Рэнди Хардмен, Синди Паско, Тинк и Чак Каугилл, Роберто и Дайян Пез, Сири Джан Сингх Хальса, Хитер Эш, Ларри Эндрюс, Джуди Силвер, Кэролин Хипп, Ким Хофер, Мерседех Херадманд, Дайана и Скай Фергюсон, Кери Кропидловски, Стив Хасенбург, Дара Салур, Хоакин Гальван, Вуди Бобб, Рейчел Герреро, Марк Гершон, Колетт Мичаан, Брандт Морган, Кэтрин Килгор (Китти Каур),

Майкл Гиларди, Лора Хейни, Марк Клоптин, Венди Бобб, Эд Фокс, Яри Джеда, Мери Кэрролл Нельсон, Амари Магделана, Джейн-Энн Доу, Русс Винейбл, Гу и Майя Халса, Матаджи Росита, Фред и Мэрион Ватинелли, Дайан Лоран, В. Дж. Полич, Гейл Доун Прайс, Барбара Саймон, Патти Торрес, Кей Томпсон, Рамин Яздани, Линда Лайтфут, Тэрри Гортон, Дороти Ли, Дж. Дж. Фрэнк, Дженнифер и Джин Дженкинс, Джордж Гортон, Тита Вимс, Шелли Вулф, Джиджи Бойс, Морган Дрэсмин, Эдди Фон Зонн, Сидней ди Джонг, Пег Хэкетт Кэнсин, Жермен Ботиста, Пилар Мендоза, Дебби Рунд Колдвелл, Би Ла Скалла, Эдуардо Рабаса, Ковбой.