

Оглавление



Луиза Хей. Предисловие. Когда ученики подготовлены, появляется учитель!.....	13
Джерри Хикс. Предисловие.....	16
Эстер Хикс. Введение в учение Абрахама.....	26

ЧАСТЬ I

Глава 1. Новый взгляд на жизнь.....	32
Вас слышат — вам отвечают.....	34
Вы — могущественный Творец Передового Края.....	35
Глава 2. Жизнь на планете Земля становится все лучше и лучше.....	36
Сознательное Созидание — это огромное удовольствие.....	37
Искусство Принятия осознанных намерений....	38
Удивительная сила осознанного намерения.....	39
Глава 3. Смерть как новое начало.....	41
Вы пришли сюда по собственному желанию....	42
...Для того чтобы желать.....	45
Глава 4. Вы являетесь вибрационным продолжением Нефизического измерения.....	46
Эмоции — показатель вибрационного баланса или дисбаланса.....	47
Соединение с Исходной Энергией — самое естественное для вас состояние.....	48
Глава 5. Ваша цель — сотворение собственной жизни.....	50
Вибрационное соответствие со своим истинным «я».....	51

Внутренняя Сущность и Эмоциональная Руководящая Система.....	52
Как почувствовать состояние сбалансированности Энергии.....	53
Глава 6. Притягивающая сила творческих мыслей.....	55
Великий и могущественный Закон Притяжения	56
Ваша жизнь уникальна и неповторима.....	57
Глава 7. Вы получаете именно то, о чем думаете.....	59
Каждый объект обладает широким вибрационным диапазоном.....	60
Какие эмоции пробуждает в вас та или иная мысль?.....	61
Никогда не поздно изменить направление.....	62
Глава 8. Когда вы просите — вам всегда дается ответ.....	63
Вы посылаете Ракету Желания, но...?.....	64
Глава 9. Правда зависит только от вас.....	66
Вы — творец собственной правды.....	67
Глава 10. Осведомленность как ключ к Сознательному Созиданию.....	69
Можете ли вы добиться вибрационного соответствия новому желанию?.....	70
Глава 11. Вибрационная относительность и энергетический баланс.....	74
Что поможет найти лучший путь к выбранной цели?.....	75
У вас есть собственная Эмоциональная Руководящая Система.....	76
Ваш Источник немедленно присоединяется к каждому желанию.....	78
Глава 12. Поиск соответствия с Исходной Энергией.....	80
Усиление внимания увеличивает интенсивность эмоций.....	81
Фокусируетесь ли вы на том, чего хотите?.....	82
Глава 13. Вибрационная относительность и ваше физическое тело.....	84

Глава 14. Вибрационная относительность и ваш дом	91
Глава 15. Вибрационная относительность и ваша работа	96
Глава 16. Вибрационная относительность и ваши взаимоотношения	101
Глава 17. Вибрационная относительность и ваше финансовое благополучие	106
Глава 18. Вибрационная относительность и ваш мир	110
Глава 19. Вибрационная относительность и ваше правительство	114
Глава 20. Как прийти в соответствие с вибрацией Блага	119
Вибрационный баланс между желанием и убеждением	120
Наивысшее проявление энергетического баланса	121
Глава 21. Поиск вибрационного соответствия со своей Внутренней Сущностью	123
Принимаю или противодействую?	124
Самое важное решение	125
Свобода или ее отсутствие как восприятие	126
Глава 22. Точка притяжения и фактор освобождения	128
Эмоциональная Руководящая Шкала — от принятия до противодействия	129
Шкала ваших эмоций	130
Все время освобождайтесь от противодействия ..	131
Источника нежелательного не существует	132
Глава 23. Баланс Энергий — это радость творчества	133
Приведение контрастных вибрационных частот к балансу	134
Глава 24. Ваше тело	136
Контрастная ситуация «Вес»	136
Контрастная ситуация «Здоровье»	137

Контрастная ситуация «Хроническая усталость»	138
Контрастная ситуация «Упадок физических сил»	139
Глава 25. Ваш дом	140
Контрастная ситуация «Жизненное пространство»	140
Контрастная ситуация «Ухудшение состояния дома»	141
Контрастная ситуация «Соседи»	142
Контрастная ситуация «Ремонт дома».....	143
Глава 26. Ваши взаимоотношения	144
Контрастная ситуация «Взрослые—дети».....	144
Контрастная ситуация «Одиночество».....	145
Контрастная ситуация «Брак».....	146
Контрастная ситуация «Вмешательство родителей»	147
Глава 27. Ваша работа	149
Контрастная ситуация «Служивцы».....	149
Контрастная ситуация «Работа».....	150
Контрастная ситуация «Карьера».....	151
Контрастная ситуация «Материальный достаток».....	152
Глава 28. Ваши деньги	154
Контрастная ситуация «Финансовая нестабильность»	154
Контрастная ситуация «Бракованный автомобиль».....	155
Контрастная ситуация «Финансовая безопасность».....	156
Контрастная ситуация «Долги».....	157
Глава 29. Ваш мир	159
Контрастная ситуация «Конфликты и голод»	159
Контрастная ситуация «Планета».....	160
Контрастная ситуация «Путешествия»	161
Контрастная ситуация «Окружающая среда»....	162
Глава 30. Ваше правительство	164
Контрастная ситуация «Государственные органы».....	164
Контрастная ситуация «Дефицит финансов».....	165

Контрастная ситуация «Чувство национальной гордости».....	166
Контрастная ситуация «Гражданские права и свободы»	167
Глава 31. Насколько важно улучшение Вибрационной Относительности	169
Вы творили осознанно или просто плыли по течению?.....	170
Два путешествия вашей жизни.....	172
Глава 32. Действительное путешествие и Эмоциональное путешествие	174

ЧАСТЬ II

Глава 33. Применение процесса «Книга Положительных Аспектов»	178
Ситуация «Дом».....	180
Ситуация «Сослуживцы»	181
Ситуация «Государственные органы»	182
Глава 34. Применение процесса «Намерение на отрезок времени»	184
Ситуация «Хроническая усталость»	186
Ситуация «Работа»	186
Глава 35. Применение процесса «Было бы здорово, если...»	189
Ситуация «Жизненное пространство».....	190
Ситуация «Дом».....	191
Ситуация «Соседи».....	192
Ситуация «Ремонт дома»	192
Ситуация «Взрослые—дети»	193
Ситуация «Брак»	194
Ситуация «Вмешательство родителей»	194
Ситуация «Долги»	195
Ситуация «Конфликты и голод».....	196
Ситуация «Государственные органы»	196
Ситуация «Дефицит финансов»	197
Глава 36. Применение процесса «От какой мысли я чувствую себя лучше?»	199
Ситуация «Упадок физических сил»	201

Ситуация «Карьера».....	202
Ситуация «Бракованный автомобиль».....	203
Ситуация «Финансовая безопасность».....	204
Ситуация «Планета»	205
Ситуация «Окружающая среда»	206
Ситуация «Дефицит финансов»	207
Ситуация «Чувство национальной гордости».....	208
Глава 37. Применение процесса «Кошелек».	210
Ситуация «Материальный достаток»	213
Глава 38. Применение процесса	
«Колесо Внимания»	216
Ситуация «Хроническая усталость».....	219
Ситуация «Одиночество»	221
Ситуация «Сослуживцы»	223
Ситуация «Карьера».....	224
Глава 39. Применение процесса «Изменение	
Эмоциональной Позиции»	228
Ситуация «Брак»	230
Ситуация «Материальный достаток»	232
Ситуация «Планета»	233
Глава 40. Применение процесса	
«Освобождение от долгов».....	236
Глава 41. Применение процесса «Передайте	
дела Управляющему».....	241
Ситуация «Соседи».....	243
Ситуация «Ремонт дома»	243
Ситуация «Взрослые—дети»	244
Ситуация «Материальный достаток»	245
Ситуация «Одиночество»	246
Ситуация «Вмешательство родителей»	246
Ситуация «Карьера».....	247
Ситуация «Финансовая нестабильность».....	248
Ситуация «Финансовая безопасность».....	249
Ситуация «Путешествия».....	250
Ситуация «Окружающая среда»	251
Ситуация «Государственные органы».....	251
Ситуация «Дефицит финансов»	252
Ситуация «Чувство национальной гордости».....	253

Глава 42. Применение процесса «Восстановление естественного состояния здоровья»	256
Ситуация «Упадок физических сил»	259
Глава 43. Применение процесса «Подъем по Эмоциональной Руководящей Шкале»	262
Ситуация «Вмешательство родителей»	265
Ситуация «Финансовая безопасность».....	268
Ситуация «Конфликты и голод».....	271
Ситуация «Окружающая среда»	273
Ситуация «Гражданские свободы»	275
Глава 44. Почему эти процессы так для вас важны	278
Глава 45. Девяносто девять процентов работы сделано еще до того, как виден результат	280
Глава 46. Удивительная сила осознанного намерения	287
Диалоги с Авраамом: вопросы и ответы	295
Священник считает, что учение Авраама похоже на учение Иисуса	300
Любительница кошек и ее проблемы с мясоедами	307
Как успокоить партнера, если он серьезно заболел?	312
Вундеркинд не хочет слушаться учительницу	320
Как надежда может вылечить от диабета.....	332
Почему учение Авраама не дошло до Египта.	339
Хочу, ничего не делая, получить миллион долларов	343
Отвечаем ли мы за других людей?	348
Можно ли внушать ребенку, что он хуже других	350
Благодарю за свой успех.....	358
Как полюбить себя	362
Нужно ли сознанию физическое тело?.....	367
Сын не разговаривает с матерью	370
Доволен собой или завидуешь другим?	373
Авраам мертв... Мертвее всех мертвых	377
Авраам заканчивает классический семинар	
Искусства Принятия.....	381
Об авторах	383

Глава 12



Поиск соответствия с Исходной Энергией



Вы являетесь продолжением Нефизической Исходной Энергии, пока сосредоточены в своем физическом теле. Здесь, в этом физическом теле, сфокусирована ваша Вечная Сущность. Все понимающая, мудрая и счастливая Сущность того, кем вы являетесь на самом деле. Она течет к вам и сквозь вас. Но ваша Внутренняя Сущность, или Источник, не принимает решений за вас. Вы не безвольная марионетка, послушно выполняющая приказы этого Расширенного «Я». Вы — Сознательный Творец, свободно выражающий собственные желания в этой пространственно-временной реальности. **Вы можете сами выбрать направление своих мыслей.**

Итак, ваша Эмоциональная Руководящая Система помогает вам определять и регулировать отношения между текущими вибрациями и перспективами Внутренней Сущности. Именно в этом и заключается ее предназначение.

После воплощения в этом физическом теле вы только и делаете, что сталкиваетесь с многочисленными жизненными контрастами, которые запускают очередные Ракеты Желаний. Эти желания ждут своей реализации в будущем. Исходная Энергия сохраняет их для вас как своего рода вибрационный депонент. Это ваши творения. Они принадлежат только вам и терпеливо ждут, когда вы придете с ними в вибрационное соответствие. *И теперь перед вами стоит задача — почувствовать свой путь к этому соответствию.*

Ваша Эмоциональная Руководящая Система (то, что вы чувствуете) является постоянным и точным индикатором соответствия между активной или доминантной вибрацией (убеждением) и посланным желанием, ждущим своего исполнения. *Когда вы фокусируетесь на самом желании, то легко можете почувствовать вибрационную гармонию или несовпадение: чем лучше ваше настроение, тем в большем соответствии вы находитесь со своим желанием. Чем настроение хуже, тем дальше вы отдаляетесь от этого соответствия.*

Усиление внимания увеличивает интенсивность эмоций

Ваше внимание, направленное на объект желания, активизирует его вибрацию. В этот момент вы можете почувствовать, в каком месте вибрационной шкалы находитесь. Вы способны чувствовать, движетесь ли вы к получению желаемого или, наоборот, к его отсутствию. *Ваши эмоции служат показателем отношений между желаниями и убеждениями.*

Если жизнь вынуждает вас посылать во Вселенную большое количество ракет одного и того же желания,

то поток Исходной Энергии по направлению к нему усиливается. В этом случае эмоции, которые вы испытываете, будут гораздо более сильными. Чем больше внимания вы уделяете тому или иному желанию, тем активнее *Закон Притяжения* отвечает на него, тем быстрее движется Энергия. Увеличение скорости потока Энергии можно распознать по таким эмоциям, как энтузиазм, страсть, восторг или радость.

Но что же происходит с вами, когда вы испытываете сильные негативные эмоции: гнев, ненависть или страх? Они также сигнализируют о высокой скорости течения Энергии. (Другими словами, многообразие вашей жизни явилось причиной того, что вы отправили во Вселенную Ракеты сильных Желаний, и Исходная Энергия потекла по направлению к ним). Но негативные эмоции возникли у вас по причине вибрационной относительности между активным желанием (которое со всем вниманием встречено Источником) и вашими активными вибрациями (тем, на что *вы* обращаете внимание в данный момент).

Фокусируетесь ли вы на том, чего хотите?

Таким образом, *Эмоциональная Руководящая Система* поддерживает с вами обратную связь, опираясь на два существенных фактора. *Первый* из них — сила вашего желания (или вибрационная скорость желания), обусловленная множеством контрастных впечатлений и тем количеством Ракет Желания, которые вы посылаете по определенному вопросу. *Второй* — направление вашего внимания в данную минуту. То есть ваша *Эмоциональная Руководящая Система*, рассматривая вибрационные отношения между вашим теперешним положением и желаемым

результатом, дает вам наиболее точные и грамотные руководящие указания.


Итак, жизненный опыт послужил причиной возникновения в вас сильного желания. Если вы в определенные моменты начнете фокусироваться на противоположности своему желанию, то испытаете *негативные* эмоции. Но если ваше желание очень сильно, и мысли находятся с ним в вибрационном соответствии, то это вызовет *позитивные* эмоции. Ваши эмоции — точные показатели вибрационной относительности между желаемым и действительным. При этом ваша замечательная *Эмоциональная Руководящая Система* доступна вам в любое время и в любом месте.



Глава 13



Вибрационная относительность и ваше физическое тело



Сейчас нам хотелось бы привести несколько примеров вибрационной относительности между наиболее распространенными *желаниями и убеждениями*, которые, по нашим наблюдениям, характерны для многих людей по отношению к своим физическим телам. Вначале мы будем формулировать стандартное *желание*, которое большинство из вас испытывает при мысли о своем физическом теле, затем приводить перечень привычных *убеждений*, которые, как правило, складываются по отношению к этому желанию. И, наконец, в скобках, после перечня убеждений, обозначим степень вибрационной совместимости между *желанием и убеждением*.

Обязательным условием для исполнения любого желания является его вибрационная совместимость с вашими убеждениями.

При чтении перечней обращайтесь внимание на то, как ослабевает противодействие (или улучшаются

вибрационные отношения) между высказанным желанием и привычными в большинстве случаев убеждениями.

Желание: *Я хочу прожить долгую жизнь в этом теле, оставаясь здоровым.*

Убеждение: Не думаю, что мне удастся прожить долгую жизнь, оставаясь здоровым, потому что в моей семье частыми были случаи смертельных болезней. [Данное утверждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Все-таки сейчас совсем другие времена. Они сильно отличаются от тех, когда жили мои родители, их родители и другие мои предки. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: В наши дни и питание лучше, и полезной информации больше. Все это поможет мне поддерживать здоровье. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу прожить долгую жизнь в этом теле, оставаясь здоровым.*

Убеждение: У моих родителей было не очень крепкое здоровье. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Мои родители и я ведем совершенно разную жизнь. В окружающем мире произошло множество перемен, изменилась наша пища, другим стало и наше восприятие самих себя. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Не вижу никакой связи между здоровьем родителей и моим собственным самочувствием. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу прожить долгую жизнь в этом теле, оставаясь здоровым.*

Убеждение: Слишком много серьезных, опасных для жизни болезней существует в мире на сегодняшний день. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Вокруг меня столько самых разнообразных хворей, я много раз сталкивался с риском заболеть, но пока ничего страшного со мной не случилось. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: То, что болезни существуют, еще не означает, что лично я ими заболею. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Мое умное тело довольно часто вступало в контакт с болезнями и всегда разбиралось с ними само, без какого-либо моего осознанного участия. [Данное убеждение вибрационно в еще большей степени, чем предыдущее, совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу прожить долгую жизнь в этом теле, оставаясь здоровым.*

Убеждение: Ну и что из того, что ученые изобретают новые лекарства? Ведь в мире появляются все новые и новые болезни. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Уровень физического здоровья во всем мире продолжает возрастать. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Болезни одолевают человека при *отсутствии* вибрационного соответствия. Они не могут коснуться того, кто *находится* в вибрационном

соответствии. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Противодействие других людей *своему* Благу не может негативно повлиять на *мое* Благо. [Данное убеждение вибрационно в еще большей степени, чем предыдущее, совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу прожить долгую жизнь в этом теле, оставаясь здоровым.*

Убеждение: Большинство людей со временем становятся слабыми и болезненными. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Все мы по-разному встречаем старость. Вовсе не обязательно быть больным и беспомощным в преклонные годы. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Продолжительность жизни в физическом теле и упадок сил никак между собой не взаимосвязаны. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу сохранить активность и энергию в течение всей моей физической жизни.*

Убеждение: Когда мое физическое тело постареет, его сила и выносливость неизбежно пойдут на спад. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Когда я вижу немощного человека, то не знаю всех подробностей его жизни. [Данное убеждение более вибрационно совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Вне зависимости от возраста есть люди сильные и активные, а есть слабые и больные. Возраст

не является здесь определяющим фактором. [Данное убеждение еще более вибрационно совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу обрести и поддерживать идеальный вес. Я хочу иметь хорошую фигуру.*

Убеждение: Очень трудно поддерживать вес, о котором я мечтаю, не занимаясь ежедневно усиленными тренировками и не изнуря себя диетами. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Мои наблюдения за окружающими свидетельствуют о том, что существует множество вариантов физической активности и диет, ведущих к самым разнообразным результатам. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Я могу найти для себя приемлемый и удобный стиль жизни, который позволит мне добиться желаемых результатов. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу, чтобы мое тело было гибким. Я хочу легко и изящно двигаться, чувствуя себя при этом комфортно и уверенно.*

Убеждение: Когда я постарею, мои мышцы и суставы неизбежно утратят гибкость и подвижность. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Вокруг так много бодрых, активных и прекрасно чувствующих себя пожилых людей, которым молодежь в подметки не годится. Возраст не является определяющим фактором. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Я знаю, что, когда начинаю заниматься собой, состояние моего тела неизменно улучшается — каждый раз, всегда! [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу добиться ясности мышления. Я хочу, чтобы учеба и запоминание знаний давались мне легко.*

Убеждение: Мои мысли путаются, и я не могу запомнить то, что учу или читаю. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Я знаю: память никогда меня не подводит, если речь идет о том, что по-настоящему меня интересует. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Когда мне действительно нужна ясность мышления, я могу ее достичь. Нужно только осознанно сфокусироваться на этом. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

Желание: *Я хочу добиться ясности мышления. Я хочу помнить, куда кладу свои вещи.*

Убеждение: Я никогда не смогу запомнить, куда кладу свои вещи. [Данное убеждение вибрационно полностью несовместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Даже если я порой не помню, где лежит та или иная вещь, то рано или поздно нахожу ее. [Данное убеждение вибрационно более совместимо с высказанным желанием.]

Убеждение: Для начала я решу, какое место наиболее подходит для того, чтобы положить ту или иную вещь. Затем я подумаю, почему оно подходит для этой цели больше, чем другие. И тогда мне будет

легко его запомнить. [Данное убеждение вибрационно еще более совместимо с высказанным желанием.]

У вас, несомненно, сложилось множество убеждений по колоссальному количеству самых разнообразных вопросов. Некоторые из них нашли свое отражение в примерах, которые вы только что прочли. Но самым важным вопросом, который вы должны задать самому себе, является следующий: *совместимы или не совместимы вибрации того или иного убеждения с моим желанием?* Если нет — это желание никогда не исполнится. Попробуйте подумать о чем-нибудь другом. Главное, чтобы мысли вызывали у вас положительные эмоции. Если вы не будете останавливаться на полпути, то обязательно найдете мысли, которые подарят вам хорошее настроение. А регулярно практикуясь в обретении положительных эмоций, вы переведете свои вибрации (а заодно и точку притяжения) на тот уровень, с которого к вам будут приходить только хорошие впечатления и события.

Некоторые из ваших убеждений служат вам добрую службу, другие — вредят. Ваше знание вибрационной относительности между активными желаниями и активными убеждениями поможет вам отделить зерна от плевел. Вы обнаружите, что не так уж и трудно найти и активизировать убеждения, которые находятся в гармонии с желанием. И если вы делаете это, ваше желание постепенно становится реальностью.

