

## Олег Георгиевич Гадецкий

### «Свобода и самореализация: трансформация негативных убеждений»

#### 2-ой день семинара

#### Тема: «Работа по своему внутреннему исцелению»

.....

##### Тезисы

1. Душа – источник бескорыстия.
2. Ложная духовность.
3. Три вопроса русского человека.
4. Два качества ученика.
5. Ограничения в нашей жизни.
6. Ограничивающее убеждение.
7. Реальная работа с чувствами. Зал, Татьяна, Маргарита.
8. Домашнее задание.

Поднимите, пожалуйста, руку, кто замечает, что у него возрастают здесь на фестивале стрессы и беспокойства. Это тоже позиция ученика, когда он сознает свое состояние. Он вступает во взаимоотношения с другим человеком, и если у него есть какая-то трудность, он задает вопросы, что-то уточняет или просит о помощи. Ученик – это слабость, но в этом и сила. Потому, что сила возникает тогда, когда мы получаем поддержку и руководство. Поднимите руку, кто чувствует радость и умиротворение здесь. (Много рук). Я сегодня встретился с несколькими людьми. Один мужчина на мой вопрос о том, как его дела, ответил, что совсем плохо. Я спросил, а с чем это связано?

- Не знаю. Все из меня полезло.

Я сказал, что это нормально. Намного лучше, чтобы все полезло именно здесь, чтобы все это вылезло наконец. Другая женщина стала говорить о своих трудностях, что ее жизненные проблемы были раньше в вяло текущей форме, а здесь все обострилось. Стало невозможно жить. Я сказал, что это хорошо. И попросил их обоих придти на этот семинар, который мы сейчас начинаем.

Итак, я хочу напомнить, что наш тренинг называется «Трансформация негативных убеждений. Свобода и самореализация». Мы работаем с пространством свободы. Обратите внимание, в жизни мы очень часто имеем границы, в которые упираемся. Мы не можем преодолеть какие-то свои эмоции, которые возникают вновь и вновь и не пускают к другим переживаниям. Или обида, которая постоянно появляется или гнев. Или чувство неуверенности или страх. Или просто потеря себя в жизни, - я не знаю, зачем я живу.

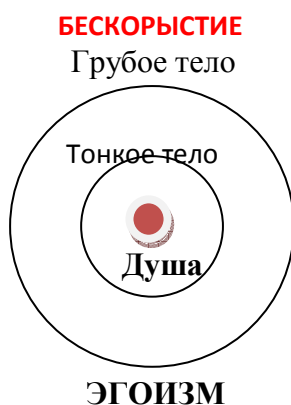
**Также на внешнем плане мы имеем различные ограничения, которые приходят в виде различных ограничений судьбы.** Некие повторяющиеся эпизоды сжимают нас, как в тисках, появляясь вновь и вновь. Поднимите руку, кто сознает, что в вашей жизни есть подобные ограничения. Как будто вы живете в тюрьме или матрице. Свободы не было бы, если бы не было тюрьмы. Вы никогда об этом не думали? В древних трактатах описано, что душа никогда по-настоящему не оценит духовную реальность, если она не будет знать о возможности ее потери. Кажется, у Льва Толстого есть выражение: «Любить по-настоящему можно лишь то, что мы действительно можем потерять». Поразмышляйте над этим. Говорится, что этот материальный мир, куда приходит душа – обусловленная душа, это мир, где мы по-настоящему можем оценить, что такое духовная реальность, столкнувшись с различными трудностями в этом мире.

Мы сегодня начнем очень важную работу. Вчера у нас была вводная встреча. Мы говорили о том, что **внутри нас есть некие ограничивающие убеждения, которые собственно и создают эти границы судьбы.** Очень важно понять, что эти ограничения судьбы, как во внутреннем мире, в виде ограничивающих нас эмоций, чувств, переживаний, так и ограничения, которые присутствуют во внешнем пространстве, в виде различных ограничивающих обстоятельств... А, кстати, какие ограничивающие обстоятельства вы можете назвать? О чем идет речь? Как вы это понимаете?

Из зала:

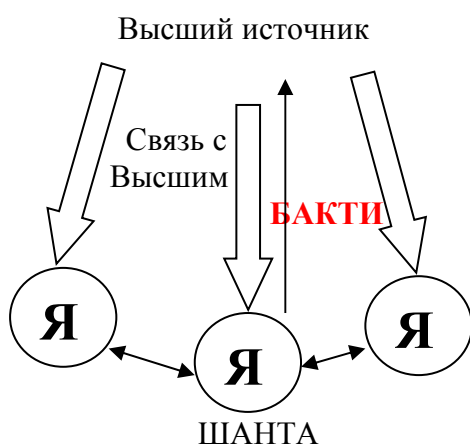
- Наше тело. Дети, родители.

Это что, ограничивающие обстоятельства? Давайте-ка представим себе, что ваши близкие стали для вас ограничивающим обстоятельством. Что вы чувствуете? Напряжение. Поднимите руку, кто почувствовал неприятные ощущения. (Очень много рук). Я хочу вам кое-что рассказать. В древних ведических трактатах мудрецы описывают структуру личности. Они говорят о том, что личность – это душа, которая покрыта двумя оболочками. Оболочкой тонкого тела или тела психики, которое покрывает душу. Это эмоции, мысли, переживания – это все реальность тонкой материи или психической материи. И, наконец, физическое тело или грубое тело, как он называется, грубая материя.



**Мы с вами должны понять, что душа – это источник бескорыстия. Желание бескорыстно что-то делать для других. Не жить для себя. Это природа души. Но соответственно природа тела, как тонкого, так и грубого – это природа эгоизма. Это две реальности нашей с вами судьбы. (0:08:51) Итак, ЭГОИЗМ или ЛЮБОВЬ. Бескорыстие, любовь – это слова синонимы. Я хотел бы показать вам некий корень. Мы с вами говорили о детях, родителях, жене, муже. Мы попробовали посмотреть на них с платформы эгоизма. Что значит ограничивающее? Это означает, что он мне в чем-то мешает. Мешает наслаждаться, лишает меня какой-то свободы, лишает меня чего-то.**

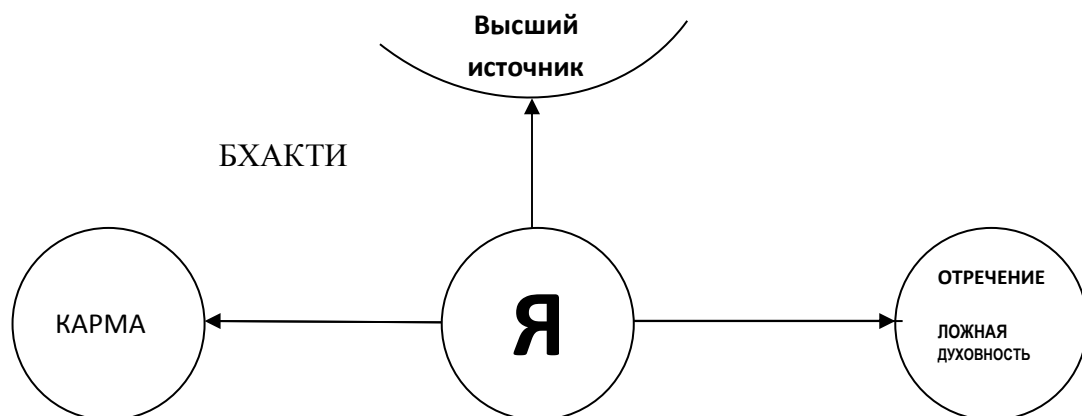
Итак, эгоизм создает определенные представления о жизни, и обратите внимание, когда через эти представления мы смотрим на реальность, нам становится очень плохо. Поднимите руку, кто заметил это. (Меньше половины зала). Не все заметили. Хорошо. Давайте сейчас через сравнение попробуем обнаружить это лучше. Итак, у нас есть душа и это означает другие представления о жизни. Потому, что эти представления или убеждения возникают в энергии любви. Я прошу вас сейчас понять вот какой момент, это то, что мудрецы объясняют в древних текстах. Это то, что мы с вами рисовали вчера. Что душа, личность связана с Высшим целым, и эта связь на санскрите называется БАКТИ.



Но помимо этой связи есть еще и другие, в которые душа вступает, - это отношения с другими живыми существами. И мудрецы в древних текстах описывают, что смысл жизни в том, чтобы душа раскрывала эту энергию любви. Чтобы эта сила любви усиливалась в нас, раскрывался потенциал души. И одновременно это будет открываться в таких же наших отношениях с другими живыми существами. Смотрите, одна и та же задача жизни. Помните? Мы вчера говорили об этой удивительной истории Клиффа Янга, у которого была своя цель, своя личная задача. Он ни с кем не соперничал в этом мире, потому, что он поставил себе

задачу в отношениях с Высшим началом, перед Богом. **Ему было интересно проверить самого себя.** Его не интересовало мнение других людей, ни насмешки, ни молитвы, ни страхи других за него. Он решал эту, свою задачу. Но одновременно, он был в отношениях с другим, здесь не было разрыва. И это два критерия, которые являются двумя параметрами экологичности личности, экологичности поступков в нашей жизни. Т.е. усиливается наша любовь к Высшему, и усиливается наша любовь к другим живым существам. Проверьте, есть ли такое в вашей жизни. Сделайте мысленно эту проверку. И так же по этим параметрам вы можете оценивать насколько верно вы действуете в достижении каких-то текущих целей. Смотрите, если вы сосредоточились на достижении какой-то цели и потеряли взаимоотношения с другими, то никакого толку в этом нет, вы оторвались от целого. Если вы сосредоточились на других и строите отношения с ними, но потеряли связь с Высшим, то вы опять запутались. Итак, вот эти два критерия, два типа взаимоотношений, которые всегда должны быть. Ложная духовность состоит в том, что вы пытаетесь идти к Богу, но при этом отрицаете этот мир. Не видите в своих детях, жене, муже, в родителях духовные существа, которые являются частичками абсолюта. И ту духовную энергию, которая будет накапливаться в вашей духовной практике, вы не проявляете в отношениях с этим миром. Это ложная духовность. И такая ложная духовность проявляется, как ритуал и как фанатизм, когда человек просто сосредотачивается на внешней духовной практике, и не понимает ее сути. Суть духовной практики в отношениях между людьми, которые мы видим на рисунке. (0:13:42)

Другая крайность называется КАРМА или желание наслаждаться в этом мире, а первая отречение или ложная духовность. Теперь смотрите. Когда я просто взаимодействую с этой горизонтальной реальностью (см. первый рисунок), т.е. с другими живыми существами, я просто пытаюсь извлечь какие-то чувственные удовольствия для себя, и **забываю о вертикальных отношениях с Высшим.**



Это другая потеря. Мудрецы в древних текстах объясняют, что есть центральный путь души, который называется БАКТИ или путь любви к Высшему источнику. И есть две дороги, которые уводят нас с этого центрального пути жизни. Первый способ самый распространенный – это путь кармы, путь наслаждений, когда я привязываюсь в этом мире к тем радостям и удовольствиям, которые он мне дает. Живу своими текущими интересами, забывая о высшем смысле жизни. Но другое отклонение – это то, что называется ложная духовность, это отречение. Когда я отрекаюсь от этого мира, когда меня не интересует, что в этом мире. (0:15:15)

Мне очень запомнилась одна реальная история про одного великого учителя, которого звали Рамануджа. Однажды к нему пришел человек, поклонился его стопам, как стопам духовного учителя, и сказал: «Великий учитель, я пришел к тебе, чтобы постичь высшую истину жизни. Обучай меня. Рамануджа внимательно на него посмотрел и спросил: «А ты любил кого-нибудь в этом мире?» Человек не понял этого вопроса и пояснил: «Я оставил все в этом мире. Я пришел к тебе, чтобы постичь высшую истину жизни, обучай меня». Рамануджа повторил свой вопрос. Человек опять не понял вопроса. «Учитель, вы не поняли. Я оставил все, чтобы придти к вам, чтобы вы обучали меня и постиг высший смысл жизни». Говорится, что, когда Рамануджа в третий раз услышал это настойчивое желание этого человека получить духовные знания от него, он заплакал. Потом взглянул на него и сказал от всего сердца: «Как ты можешь придти к высшей любви, если ты не сделал самые первые шаги к ней в этом мире? Иди, вернись в этот мир. Научись кого-то любить, а потом приходи».

Очень важно понять, что этот мир и все взаимоотношения, в которые мы вступаем в этом мире, это не что иное, как проявление духовного опыта. И истинная духовность, когда мы с одной стороны сосредотачиваемся на духовном процессе, молитва, медитация, разные другие практики раскрытия потенциала души. Какое-то время мы тратим на это. Говорится, что утреннее время – самое благоприятное для этого. Т.е. должна быть концентрация, сосредоточенность. Это то, что называется духовная работа. Обратите внимание, что, когда мы хотим достичь какой-то цели в этом мире, нам нужно трудиться, нам нудно сосредотачиваться, нам нужно быть энергичными. Но духовное пространство, оно так же предполагает работу. Или вы думаете, что все само собою случится? Это разные современные школы, школа т.н. Нью Эйдж, которые говорят: «Везде вселенская любовь, она есть в моем сердце, работать не нужно». Нет. Давайте внимательно заглянем в свое сердце. И мы обнаружим, что помимо этой божественной любви, которой в действительности в нашем сердце сейчас и нет, там есть только эгоизм. Наше сердце сейчас закрыто этим облаком эгоизма. И где-то очень глубоко находится этот чистый родник. Но чтобы он пробудился и раскрыл свою энергию, чтобы из нашего сердца забил фонтан божественной любви, нам нужно очень усердно потрудиться. Духовная работа, так православные старцы называли молитву. Это не просто какая-то сентиментальность. Зачем я стал об этом говорить?

Я говорил о том, что в нашей жизни обязательно должна быть эта духовная работа. И здесь на этом фестивале у нас есть утренние классы медитации, чтобы мы привыкали к опыту, что день должен начинаться правильно. Когда мы вспоминаем себя, свою духовную природу. Вспоминаем свои взаимоотношения с Высшим. Но что дальше? И что такое правильная духовность? Дальше, когда ваша духовная практика закончилась, вы должны выйти в жизнь, и вот теперь всю эту духовную энергию, которая пробудилась в вас, вам нужно отдать другим. Вам нужно помнить, что этот мир не что иное, как проявление божественных энергий. Поэтому говорится, что одно из самых главных качеств духовного человека – это качество благодарности. Он помнит, что Бог заботится о нем. Есть одно прекрасное стихотворение Бориса Пастернака, его название «Иней». Я не помню его целиком. Борис Пастернак написал это стихотворение, кажется, в 1947 году. Он ехал из Москвы на электричке. Он жил в Переделкино, поселке литераторов, и на дорогу уходило несколько часов. Это была зима. Когда он вышел из вагона электрички, он вдруг неожиданно увидел... Вы когда-нибудь видели мохнатый иней? Очень пушистый, легкий. Все деревья были в таком инее. Он, как человек искусства, остановился. Он не мог пройти мимо, потому что он увидел эту божественную картину. Мы очень часто в этом мире пропускаем божественные картины, мы не видим Бога в этом мире. В этом наша

беда. Мы идем либо путем кармы, либо ложной духовности. Мы постоянно мечемся, как маятник, который качается в разные стороны. Иногда мы привязываемся к этому миру очень сильно. Иногда отрекаемся от него. Но вы знаете, чем всегда заканчивается отречение? Не знаете. Всегда, когда маятник очень сильно отклонился в одну сторону, он набирает энергию для того, чтобы с еще большей силой отклониться в другую сторону. Говорится, жизнь обычного человека, который не имеет духовного знания, подобна этому раскачивающемуся маятнику. Разве это не так? (0:21:17)

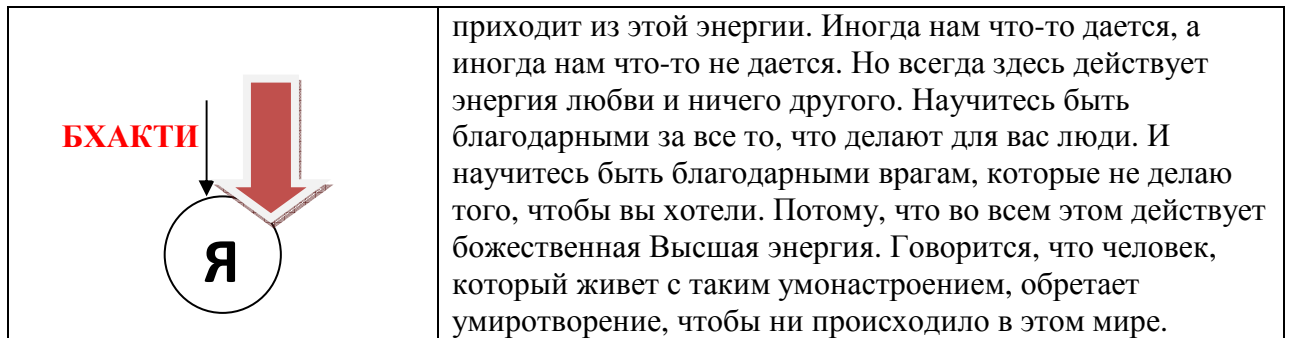
Иногда мы очень любим кого-то очень сильно, а что потом? А потом появляется ненависть. Отречение. Я не хочу с этим человеком ничего общего иметь. Все! И когда вы отрелись от чего-то, что будет потом? У вас появляется энергия и сила для того, чтобы чем-то очень сильно наслаждаться. Говорится, что, от любви до ненависти – один шаг. Мы возвращаемся к стихотворению. Он увидел эту удивительную картину, и что-то внутри него стало происходить. Когда он пришел на свою дачу в Переделкино, он сел и на одном дыхании записал это стихотворение, где он описывает увиденную им божественную красоту. Вот как заканчивается это стихотворение. Самое важное всегда в конце и в начале. Это две самые важные точки. Рождение и смерть. А между ними весь процесс жизни.

*И белому, мертвому царству, бросавшему мысленно в дрожь.  
Я тихо шепчу – благодарствуй. Ты выше, чем просят, даешь.*

Духовный человек живет вот с этим чувством жизни. Он постоянно чувствует присутствие Бога. Это и есть истинная духовность. Когда в мантре, молитве, в духовной практике, мы накапливаем ощущение связи с Высшим, мы потом всегда в жизни видим проявления божественных реалий. В энергиях этого мира нам нужно уметь чувствовать Бога. Уметь быть благодарным всему тому, что приходит в нашу жизнь. Смотрите, вы женились, вышли замуж, у вас появились дети. Вы когда-нибудь благодарили Бога за то, что Он послал вам детей. У огромного числа людей нет детей. Вы никогда не сталкивались с людьми, которые хотят, чтобы в их семье был ребенок, но у них ничего не получается? Это огромный подарок от Бога. Ребенок. Вы никогда не благодарили Бога за то, что у вас есть родители? У многих людей их нет. Вы никогда не благодарили Бога за то, что у вас есть муж, жена? Если вы смотрите глазами претензии на что-то, уже сразу становится плохо. Чтобы вы не имели, все равно внутри пустота. Помните сказку о старухе? Там было три персонажа. Старуха, ее муж и золотая рыбка. Старик был не очень квалифицирован, как мужчина. Потому, что мужчина никогда не подстраивается под женщину. **Если мужчина подстраивается под женщину, она начинает звереть и превращаться из женщины в старуху.** Мужчина должен безусловно быть внимательным к женщине, но также и независимым.

Итак, мы говорим о том, что нужно относиться с благодарностью к этому миру за все то, что пришло в нашу жизнь. **И за все то, что не пришло.** Здесь сложнее быть благодарным. Но вы же не знаете, что бы было, если бы пришло. Как мне рассказывал один бизнесмен, которого «кинули» его партнеры по бизнесу. В итоге его лишили всего и даже посадили в тюрьму. Он рассказывал, что первые три месяца у него было состояние ненависти к этим своим бывшим партнерам, друзьям. Потом, когда в нем пробудился ученик, и он стал размышлять о произошедшем, он неожиданно понял, что, если бы он не был в тюрьме, то его просто убили. Он понял, что получил на много больше, хотя до этого он три месяца думал только о том, что он потерял. Нам нужно быть благодарным и за то, что не пришло в нашу жизнь. Почему? Потому, что есть изначальная некая ситуация жизни, о которой нужно помнить всегда. И эта ситуация состоит в том, что есть мы (личность) и есть

Абсолют, Высший источник, из которого по отношению к нам исходит огромный поток любви - БХАКТИ. Что это означает? Это означает, что все, что приходит в нашу жизнь,

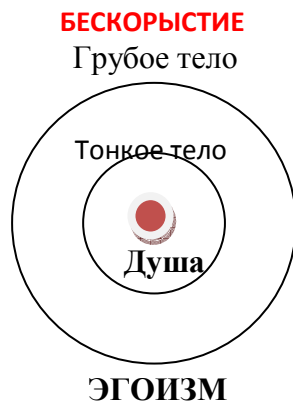


Итак, мы с вами назвали секрет свободы. В чем он состоит, как вы это поняли? Он состоит в том, чтобы быть благодарным. Всегда хранить это чувство, помнить о том, что из Высшего источника исходит эта огромная энергия любви. И все, что приходит в нашу жизнь, дается этой энергией.

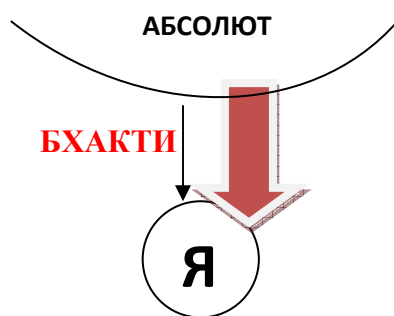
Мы с вами подошли к тому небольшому упражнению, с которого начали. Мы попробовали посмотреть на своих близких, как на ограничивающие обстоятельства нашей жизни. Это означает взгляд претензии или взгляд эгоизма. Когда мы смотрим на жизнь, как на некое пространство, которое нас лишает чего-то, некий агрессивный мир, который на нас нападает и нас не любит. Это взгляд эгоизма, претензии. Ничего другого здесь нет. Чтобы не случилось дальше, вам уже стало больно от этого взгляда. Пожалуйста, просто проверьте это. **Я прошу вас сейчас посмотреть на свою жизнь с платформы внутреннего недовольства, что жизнь вас чего-то лишает. Вы чего-то хотели, а этого нет. Пожалуйста, взгляните так на жизнь. Посмотрите, посмотрите.** Взгляните на жизнь с платформы претензии, недовольства, обиды, раздражения, гнева. Поднимите руку, кто почувствовал, что внутренне становится все хуже и хуже, когда вы так смотрите. (почти весь зал) Это не что иное, как научное доказательство верности того, о чем мы сейчас говорим. Что взгляд эгоизма, прежде всего, причиняет боль нам. И так же он будет причинять боль другим, поэтому еще хуже станет нам потом. Потому, что человек, которого мы обидели, вернет нам эту боль, так или иначе.

Я хочу вас сейчас посмотреть на вашу жизнь вот этими вот глазами. Только что мы пробовали смотреть глазами тела, которое пропитано эгоизмом. Тело же все время хочет все для себя. Хочет есть для себя. У вас никогда такого не было? Вы сидите с друзьями за столом, и там торт нарезан на разные кусочки. Вы смотрите на торт и думаете, а какой кусочек самый лучший? И вы так тихонько этот кусочек, в процессе беседы, кладете себе на тарелку. Поднимите руку, кто так делал? (Много рук). Это же приговор для вас. Потому, что большинство людей, к сожалению, так и действуют в современном мире. Они пытаются стать счастливыми, знаете как? Жизнь на самом деле не очень сложна, если мы знаем ее основные законы. Они пытаются стать счастливыми на уровне внешних оболочек – грубое и тонкое тело. См. рисунок ниже. Не на уровне личности, души, а на уровне материальных оболочек, которые пропитаны эгоизмом. Смотрите, мое тело хочет есть, причем так, как никто никогда не ел. Я так ем. Выделиться нужно. **Природа материального счастья построено на сравнениях.** Один китайский император пришел к великому мудрецу-отшельнику, который жил в горах, и принес ему в дар мантию, обшитую алмазами. Этого императора звали Нам Инь. Он положил мантию к его ногам. Отшельник удивленно посмотрел на царя и сказал: «Зачем мне это? Я живу, где есть только олени и тигры. Они никогда не оценят, если я и одену эту мантию. Забери ее. Она

нужна в мире людей, в мире сравнений. Вот там, где есть зависть и жадность, эту мантию оценят по-настоящему. Забирай ее и носи там», - сказал мудрец.



Я хочу вас попросить взглянуть на мир не с точки зрения этих телесных оболочек, которые пропитаны эгоизмом, которые требуют себе. Смотрите, тело хочет есть, спать, наслаждаться. Есть разные грубые потребности, и все это сосредоточено на себе. Тонкое тело также, потому что мы требуем внимания, мы требуем, чтобы нас заметили, мы требуем, чтобы нас уважали. Как еще эгоизм проявляется? Любили. Да, и только меня и больше никого. Мы с вами делаем мысленный, духовный эксперимент. Я хочу вас сейчас представить мысленно вот эту ситуацию жизни, см. картинку ниже. Что есть вы в этом мире, и помимо вас есть еще одна личность – Высшая личность.



И эти вечные отношения любви. В одном древнем трактате Шри Ишопанишад описываются качества высшего источника, Абсолюта. Говорится, что Он философ, который с незапамятных времен служит каждому в этом мире. Хочу вас попросить вспомнить сейчас, что вы являетесь душой. Мысленно почувствуйте энергию связи с Высшим. Я хочу обратить ваше внимание, что эта энергия – это энергия любви. Итак, мысленно ее представьте. И сейчас, мысленно представляя свою связь с Высшим, иначе говоря, этот огромный поток любви, который идет в вашу жизнь. Представляйте, представляйте... (0:35:00)

Мысленно посмотрите на какие-то трудности, которые есть сейчас в вашей жизни, которые, возможно, появились здесь на этом фестивале. Взгляните на них, но сохраняя чувство связи с этой Высшей энергией. (Пауза несколько секунд).

Я хочу вас спросить несколько человек. Что вы сейчас почувствовали, когда делали это?

Из зала:

- Я почувствовала благодарность, любовь. Мне больше ничего не надо.
- А как вы воспринимали трудности и беды, которые есть в вашей жизни?
- Они показались мне какой-то мелочью, как камушек, попавший в туфлю.

Из зала:

- У меня по поводу одной ситуации постоянно возникает беспокойство. И я все время стараюсь этого избежать. И сейчас мне кажется, что если я и не смогу разобраться с этой ситуацией, то Абсолют все организует так, чтобы я смогла найти решение.
- Итак, в чем разница? Что было раньше и какое чувство возникло сейчас?
- Беспокойство сменилось покоем и умиротворением.
- Заметьте эту разницу.

Одна женщина вчера спросила меня: «Что мне делать? У моей дочери болит голова». Девочка лет десяти стояла рядом с мамой. Я спросил ее: «А как ты думаешь, зачем у тебя болит голова?» Вы научитесь этим вопросам. Есть один вопрос – ПОЧЕМУ? Обычно мы задаем именно этот вопрос, когда в нашу жизнь приходят испытания. Это вопрос претензии, недовольства, обиды. Это вопрос, который возникает из точки эгоизма. Почему, и почему именно со мной? Почему мне места не хватило и т.д. Следующий вопрос после «почему» - это кто в этом виноват? Это два знаменитых русских вопроса.

Правда, есть еще третий. Когда мы нашли ответы на первые два вопроса, сразу возникает третий вопрос. Что делать? Что делать с теми, кто виноват? Убить их сразу или пусть немного помучаются? Это все выбор эгоизма. Проверьте, где в вашей жизни он действует. Выбор любви – это уметь задавать вопрос – ЗАЧЕМ? Как вы понимаете, какая разница между вопросом почему и зачем?

Почему нас задерживает. Мы начинаем копаться в причинах. Далее возникают следующие вопросы: кто виноват и что с этим делать? Мы полностью сосредотачиваемся на карме, и только еще больше запутываемся. Но вопрос ЗАЧЕМ, означает, что я помню свою духовную природу. Я помню, что в этом мире действует только высшая энергия Абсолюта. ЗАЧЕМ – это, что мне дается через эти обстоятельства, через боль и страдания.

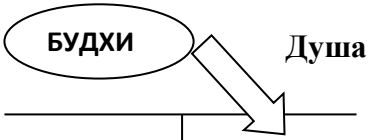
Я спросил эту девочку: «А зачем у тебя есть эта боль? Или, иначе говоря, как тебе кажется, чему она тебя обучает? Зачем она дается тебе сейчас?» Она не смогла ответить. И вдруг она заплакала. Я ей сказал: «Поноси этот вопрос в себе. Потому, что в твоём сердце есть Бог, и там есть ответ на этот вопрос». Она стала плакать еще сильнее. Я понял, что ей ничего говорить не нужно потому, что она вдруг соприкоснулась с настоящей реальностью жизни. Что любая боль, которая приходит в нашей жизни, она нас чему-то обучает и для чего-то нам дается. Я почувствовал в ее сердце эту связь. Научитесь задавать этот вопрос – ЗАЧЕМ? Зачем – это означает, что вы помните, что есть Высший источник, и Он руководит вашей жизнью.

Итак, мы сформулировали первые базисные понятия, чтобы стресс, недовольство, боль, которые возможно вскрылись в вашем сердце в течение первого дня нашего фестиваля, постепенно успокоились. Поднимите руку, кто чувствует сейчас умиротворение. (много рук). **Если люди просто получают духовные знания, этот мир перестает влиять на них, они обретают свободу.** Первое, что мы должны сделать - это вспомнить свою духовную природу, вспомнить связь с Высшим. Так сразу обретается свобода. Но есть второй очень важный момент. Свобода – это не цель жизни. А вы думали, что это цель жизни? Нет. Эгоисты тоже мечтают о свободе. Поэтому им нужно много денег, много власти, нужно, чтобы у них все было, а им за это ничего не было. Свобода – это не цель жизни. Мы с вами сейчас почувствовали эту точку свободы, но я еще раз хочу сказать, что цель жизни не в этом. **А в чем цель жизни? Как вы это понимаете? Как можно пользоваться этой свободой? Для чего?**

Высшая цель жизни – это ЛЮБОВЬ.

Я хотел бы, чтобы вы получили некоторый практический опыт, но для этого мне нужно кое-что еще нарисовать. Когда мудрецы объясняют строение личности, они говорят о существовании трех планов. План души, как высший план. План тонкого тела и план физического тела. На этих трех планах действуют различные энергии. На физическом плане действуют чувства. Например, чувство сытости, зрение слух. Это грубые чувства. Психический план имеет несколько реальностей, несколько подуровней. Это ум, и на уровне ума проявляются эмоции. Эмоции радости, эмоции печали. Это все проявление психического тела. Следующий элемент, который есть в тонком теле, называется БУДХИ или разум. И разум проявляется в нашей жизни, как убеждения, представления. Обратите внимание, что это, собственно говоря, не имеет никакого отношения к нашему семинару. Но я хочу обратить ваше внимание, что этот план УБЕЖДЕНИЙ, он самый близкий к душе. Выше начинается уже духовная реальность, душа и ее связь с Абсолютом. И я хочу вам сказать, что эта реальность разума или реальность убеждений – это некая



		промежуточная точка, где мы либо падаем в материальную реальность, либо можем стартовать в духовную реальность. И поэтому мудрецы говорят, что духовный путь называется БУДХИ ЙОГА – йога разума. Т.е. именно работа с разумом с ценностями, с представлениями о жизни – это то, что является ключом, который вводит нас в истинную реальность жизни или сваливает нас в ложную реальность. Итак убеждения – это тот самый ключ, и возвращаясь к истории о Клиффе Янге, вы можете вспомнить, что у него были определенные убеждения о жизни. Он был добр к каждому человеку, не имел ненависти и не соперничал ни с кем. И он ставил свои личные цели в этом мире, помня о том, что есть его путь в этом мире и его личные задачи. Он не сравнивал себя ни с кем. (0:47:05)
Убеждения	Тонкое тело	
Эмоции	Ум	
Физическое тело		
Чувства		

**Я хочу вас сейчас попросить подумать о каких-то ограничениях, которые вы имеете в жизни.** Эти ограничения могут быть на внешнем пространстве в виде каких-то повторяющихся эпизодов. Или эти ограничения могут быть в виде каких-то эмоций, которые властвуют над вами. Пожалуйста, подумайте каждый. (00:47:26)

**Здесь прерываемся. Это будет домашним заданием.**

Вчера ко мне подошла женщина и выразила недовольство тем, что ей плохо на этом фестивале. Что я мог ей сказать? Важно понять, что путь очищения – это путь боли. Если мы не умеем принимать боль, если мы не умеем с ней работать, то мы не сможем очиститься. Если мы отвергаем боль в себе, мы только закрепляем ее в себе. Это очень простой механизм психики. Подумайте, пожалуйста, о не-яблоке. Думайте. Думайте. О чем вы сейчас думаете? Вы можете о чем угодно думать, но я обращаю ваше внимание, что если думать не о чем, т.е. я не хочу, чтобы эта боль была, то вы все время медитируете на эту боль. Вы развиваете контакт с ней. Понимаете? Что такое не-яблоко? Вы должны все время представлять яблоко и отрицать его. Не-яблоко! Не-яблоко! Не-яблоко! Понимаете в чем процесс? Поэтому, само отрицание боли, только сильнее привязывает к этому. У нас сейчас начинается глубокая работа, но я прошу вас очень осознанно в нее войти. (0:49:09)

Что значит осознанно? Я прошу откликаться на мои вопросы лишь тех, кто готов быть учениками, кто готов понять, чему вас обучали эти ограничивающие обстоятельства жизни. Или эти болезненные чувства, которые у вас были. Пожалуйста, включитесь в эту работу все сейчас, кто готов к этому. Это первый момент!

Второй момент. Кто готов быть терпеливым. Это означает, что вы не будете ожидать, что к концу сегодняшнего тренинга все будет хорошо. Я этого не обещаю. Я обещаю начало серьезного процесса. И если вы сохраните позицию ученика, есть очень большая вероятность того, что к концу фестиваля вы проработаете все это очень глубоко. **Ученик – это два качества.** Первое качество – это смирение, что означает, что я умею принимать реальность, т.е. быть с миром в единении. Я принимаю, а не отвергаю реальность.

Смирение – это открытость и доверие к жизни. Это первое качество ученика.

Второе качество ученика – это терпение. Когда он терпеливо работает, ждет, ожидает, просит о помощи, обсуждает, наблюдает себя, осознает что-то. Ученик есть там, где есть эти два качества. Я прошу сейчас включиться в работу тех, кто готов сейчас пойти путем ученика. (0:51:01)

Итак, моя просьба прежняя, подумайте, пожалуйста, о разнообразных ограничениях,

которые вы имеете в жизни. Вчера, когда мы обсуждали эту историю, в самом начале мы прервались. Я спросил вас, а как вы чувствуете себя там на старте с номером 64? Некоторые говорили, что они уже сошли с дистанции, некоторые осознали, что они всю жизнь зачем-то бегают, и поэтому решили не бежать этот марафон вообще. Некоторые испугались, что над ними насмеются. **Я прошу вас сейчас, возьмите самые принципиальные ограничения в своей жизни.** Подумайте о различных ограничивающих обстоятельствах своей жизни. Неважно, из какой сферы вы их возьмете. Или подумайте об ограничивающих чувствах, болезненных, которые периодически у вас появляются. Поднимите руку, кто нашел это сейчас внутри себя. (Половина зала). Спасибо! Кто из вас хотел бы поработать с этим публично? Нужен один человек. (0:52:48)

Из зала – Маргарита, Литва. Я хочу пояснить, что у нас сейчас будет. Мы сейчас пойдем дорогой ученика, чтобы она могла лучше понять те уроки, которые ей преподаются в жизни, этой Высшей божественной любовью. Какие задачи и уроки ей даются. Возможно, мы пройдем через боль, через разные другие испытания. Вы готовы к этому, Маргарита? Я с Маргаритой будем следовать впереди, а все вы следом за нами. Мы будем показывать вам, как вы можете работать сами с собой, со своими собственными задачами. Поэтому я буду периодически останавливаться и комментировать что-то. Наша задача с Маргаритой показать всем нам, что ограничивающие убеждения причиняют нам боль. Они создают разные ограничения в судьбе. Это то самое звено, через которое размыкается судьба. Говорится, что посеешь мысль, получишь привычку. Посеешь привычку, получишь поступок. Посеешь поступок, получишь характер. Посеешь характер, получишь судьбу. Строчка началась с мысли, с убеждения, с представления. Темы мысли и убеждения, которые мы носим в себе, и создают нашу реальность жизни. Наша задача показать вам эту точку свободы в себе. Применяйте, пожалуйста, все, что вы будете сейчас слышать в себе.

Маргарита, опишите, пожалуйста, коротко те обстоятельства, в которых вы сейчас застряли в жизни. В чем они? (0:55:45)

- В 33 года я поняла, что моя жизнь бессмысленна. Нет цели, нет перспектив.

Я хочу знать в чем эти повторяющиеся обстоятельства есть сейчас? Т.е. как они сейчас проявляются?

- Сейчас эти обстоятельства появляются вопреки, назло.

Т.е. часто в жизни вы замечаете, как действуете вопреки, назло? Это повторяющиеся ситуации. А в чем они повторяющиеся? Опишите их суть.

- Когда меня не понимает социум, я пытаюсь доказать, что я права.

Всякий раз, когда вы встречаете непонимание, вы принимаете некий вызов, и стремитесь что-то доказать.

Я хочу рассказать одну историю, которая будет важна для всех. Эта история женщины описана в моей книге лучшие психологические методики. Я ее коротко напомню. Мы работали на тренинге с пониманием личных задач. Мы должны в жизни всегда оценивать, что для нас самое важное, а что второстепенное. Всегда делать выбор в пользу самого важного. Одна женщина на следующий после того занятия рассказала, что с ней случилось. Она вернулась домой, посмотрела, каких продуктов не хватает дома, взяла сумку и направилась в магазин. На встречу ей шла соседка по лестничной площадке. Соседка выглядела хмурой, недовольной. Но наша героиня истории, участница тренинга чувствовала себя очень счастливой. Она подумала, что ей необходимо поделиться этим замечательным чувством с этой соседкой, которая выглядела такой несчастной. Помочь ей измениться. Примерно на расстоянии восьми метров она поздоровалась со своей соседкой.

Сделал это очень дружелюбно, желая передать через приветствие свой хорошее отношение. Соседка на это никак не отреагировала.

Когда дистанция стала около четырех метров, наша героиня подумала, что это женщине нужно обязательно помочь. Поэтому она поздоровалась с ней очень громко, вложив в слова еще больше своей энергии любви. Выражение лица соседки не изменилось. Оно было по-прежнему безучастным. Она просто продолжала идти. Когда расстояние между женщинами стало уже 1.5 метра, она еще громче и с еще большей любовью поздоровалась с соседкой. Она вложило туда буквально всю любовь, которую она накопила на семинаре.

У соседки оставалось каменное выражение лица. Она даже не посмотрела в сторону того, кто с ней здоровался, и продолжала свой путь. И тут случилось самое важное. Когда соседка уже проходила мимо, наша героиня подумала, что ею пренебрегают. И из области нижней чакры начала подниматься горячая энергия. Эта горячая энергия стала входить в ее плечи, руки, начали автоматически сжиматься кулаки, напрягаться скулы. Ею пренебрегают, не замечают! А она, ведь, так хорошо к ней относилась. А тут такое равнодушие к ней самой. Когда соседка проходила мимо нее, у нашей героини в голове стали проходить картины того, что она сейчас будет делать. Там была картина, как она сейчас догонит ее, и еще раз очень громко скажет ей в самое ухо: «Здравствуйте!» И если та ей снова не ответит, то она схватит ее за шею и начнет душить. Она почувствовала, что она готова к атаке. Все ее тело само уже было готово к этому. И вдруг в ее голове возник вопрос, который вам тоже следует запомнить. Это вопрос нашего семинара. **А какая твоя цель сейчас?** Всплыл этот вопрос. И тут она заметила свое состояние, состояние своего тела, готового уже приступить к атаке. Но тут изнутри возник ответ на ее вопрос о цели. Иди в магазин за хлебом.

Далее она пишет. Тело было в боевой готовности, но после пришедшего изнутри ответа на вопрос, волна, пришедшая из нижних чакр, стала возвращаться, откуда пришла, освобождая различные части тела от энергии агрессии. Соседка удалялась. Наша героиня посмотрела на свои руки. Там была сумка, с которой она направлялась в магазин. Ну да, мне же надо в магазин за хлебом! И пошла за хлебом.

Я хочу вас спросить, Маргарита. О чем вы думали, когда слушали эту историю. Чему вас научила эта история?

*- Я всегда знала, что что-то есть свыше. Я много искала что это? Искала своего Бога, и я Его нашла. Я не знаю Его имени, но я знаю, какой Он. Я думаю, что эта история учит ненасильственной любви. Любви, от которой человек не захочет повеситься.*

Итак, вы говорили, что когда кто-то не принимал того, что вы хотите сделать, проявлял к вам невнимание, в вас вспыхивал вызов, потребность доказать. Я сейчас прошу все быть очень внимательными к себе. Вспомните, Маргарита, какие чувства у вас автоматически включались в такие моменты. Эти разные эмоции, которые возникают в подобных ситуациях. Наблюдайте. Ничего не меняйте сейчас. Пусть эти чувства будут. Вспоминайте и наблюдайте их. (1:05:40)

В этом облаке ваших негативных эмоций в самом его центре находится некое убеждение. Точнее ОГРАНИЧИВАЮЩЕЕ УБЕЖДЕНИЕ. Т.е. некое ваше представление о том, каким вы должны быть. Пожалуйста, сейчас, наблюдая это чувство в себе, постарайтесь осознать, что это за чувство. Что это за представление о самом себе? Как у вас, Маргарита, раскрывается?

*- Раскрывается то, что я все время пыталась что-то кому-то доказать. Чтобы кто-то заметил, что это сделала именно я. Тогда я была удовлетворена собою.*

Что это за убеждение? Убеждение – это что? Я вот это. Я должна действовать так. Я такая.

Что это за убеждение, что за представление о самой себе? Вспомните ваши чувства вновь.

Что это за чувства?

- *Злость.*

Хорошо. А теперь просто наблюдайте эту злость. Смотрите, внутри этой злости есть некое представление о том, какой вы должны быть. О чем это представление?

- *Злость ведет меня к конечному результату, деньгам.*

Т.е. я должна доказать, что у меня больше всех денег.

- *Да, это так. Вы попали в цель.*

Может быть там еще какие-то убеждения есть? Я, это какая?

- *Сильная. Манипулятор. Пойду по трупам, если надо.*

Я сильная. Я имею право и умею манипулировать другими. Что еще?

- *Я женщина.*

Что это значит?

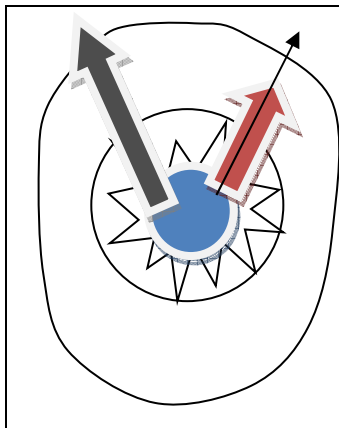
- *Женщина много может, особенно в бизнесе. Когда тебя окружают только мужчины.*

Подробнее.

- *В моем бизнесе все мои конкуренты – это мужчины. В Литве я единственная женщина в этом бизнесе. Я умела ими играть. В то время это было так.*

Итак, я привлекательная женщина, которая имеет власть над мужчинами. И я использую эту власть, чтобы расчистить себе дорогу. Это так?

- *Да.*



Итак, повторим. Я сильная, я властная, я привлекательная, и все мои конкуренты - мужчины. См. рисунок. Уважаемая, Маргарита! Это все представление о себе, но это внешний план. Я прошу вас заглянуть в это ядро, которое еще глубже внешнего плана. Что там? Мы сейчас вновь возвращаемся к чувствам.

- *Я чувствую, что все это игра, что это маска, что это не Я. Жизнь бросила мне вызов, и я должна уничтожить все, кто мешает достижению моей цели. Я сейчас обращаюсь ко всем. Какие убеждения вы обнаружили в себе? Что это за ядро внутри? Что вы обнаружили?*

Из зала Татьяна:

- *До сегодняшнего дня я жила с убеждением, что я должна быть покорной и послушной. Тогда я смогу избежать боли и унижений в моей жизни.*

Я правильно понимаю, что в вашей жизни присутствует огромное количество боли?

- *Да.*

**Обратите внимание. Именно это убеждение, которое рождает ваше определенное поведение, привлекает все эти ситуации в вашу жизнь.** У вас есть сейчас это понимание? Вы обнаружили этот подсознательный корень, который создает ваши сценарии жизни. Сейчас, Татьяна, я прошу вас просто наблюдать. Очень хорошо, что вы вспомнили этот изначальный эпизод, из-за которого возникло это убеждение. А, что это за эпизод? Я прошу все и вас, Татьяна, пожалуйста, не останавливайте процесс. Процесс состоит в том, что, возможно, в вас сейчас будет вскрываться боль, с которой вы живете, отрицая ее в себе. Мы с вами сегодня начинаем работу по своему внутреннему исцелению. Еще, кто может сказать о своих внутренних убеждениях? (1:12:49)

Из зала Наталия:

- У меня убеждение, что мне не на кого в этой жизни положиться, поэтому я вынуждена быть сильной.

Спасибо большое. Очень точная формулировка. **Мне не на кого в этой жизни положиться. Поэтому я должна быть сильной и независимой. А с какими чувствами связано это убеждение?**

- Я вспомнила эпизод в жизни, откуда это пошло. Это рождение первого ребенка и беда, которая с ним случилась в роддоме. Девочки на третий день обожгли ногу, что воззвало серьезные последствия. Мне было 20 лет, и вопрос стоял о том, уходить мне из этого роддома или оставаться. Там было очень холодно и не было надлежащего ухода. Я чувствовала себя беспомощной. Я спросила совета у мужа, мол, что мне делать. Я увидела его глаза. Он был совершенно растерян, беспомощен. Он был на много старше меня. Я выходила замуж, чтобы спрятаться за него, а в тот момент я поняла, что мне не на кого положиться. Что мне самой придется принимать решения по жизни и спасать своего ребенка.

Как имя вашего мужа?

- Сергей.

Сергей всегда так реагировал на ваши просьбы? Растерянностью или беспомощностью.

Или это было всего один раз?

- Его нет в живых, и я не помню, но это было самое сильное.

Он давал вам защиту в других случаях? (1:14:49)

- Нет.

Т.е. это был еще один из эпизодов, когда вы утвердились, что вы не можете на него положиться?

- Да.

И отсюда возник вывод, который сформировался как убеждение: я всегда должна быть сильной, мне не на кого положиться?

- Да.

Я хочу рассказать вашу жизнь, которую я до этого не знал. Но жизнь, судьба вырастают из убеждений, которые внутри нас. Послушайте, пожалуйста.

Вы не умеете принимать заботу по жизни. Вы не умеете расслабляться. Вы боитесь подарков, которые вам иногда дарят. И вы постоянно находитесь в этой ментальной точке, думая о том, как обезопасить свою жизнь. Вы живете под огромным стрессом и чувством огромного внутреннего напряжения. Вы очень часто срываетесь на других, обвиняя их в чем-то, кричите на них. И внутри вы чувствуете огромную внутреннюю незащищенность. Это похоже на вашу жизнь?

- Все именно так.

Я просто описал вам реальность, которая вырастает из вашего убеждения. Потому, что оно – корень, а все остальное - это просто дерево. Я не буду описывать другие эпизоды из вашей жизни. Я хочу, чтобы вы поняли, что у этого дерева, которое доставляет столько беспокойства в жизни, есть корень. И вот этот корень – это эти ваши убеждения. Спасибо за то, что вы это рассказали. Сейчас у вас будет возможность это проработать. (1:16:49)

Поднимите руки, кто сейчас осознал эти корни ограничивающих убеждений, что сейчас они вскрылись. (Полный зал рук). Моя просьба, пожалуйста, не останавливайте процесс. Что это означает? Вы просто наблюдайте. Какая бы боль не была, вы просто наблюдайте ее в себе. Сейчас мы вернемся к Маргарите. Что вы, Маргарита, сейчас чувствуете?

- Я почувствовала боль этой женщины, которой не на кого было опереться. Я знаю как это тяжело.

Я хочу вас попросить поделиться теми чувствами, которые управляют вами, когда вы начинаете сражаться со своими соперниками, раскидывая их в стороны. Опишите эмоции. Я прошу вас не просто абстрактно вспоминать эти чувства, а переживать их. Пусть они сейчас будут внутри вас.

- Тогда я буду говорить о мыслях, которые у меня были в тот момент.

Секундочку, Маргарита. Мысли – это вторичные переживания. Сначала возникают переживания. Я спрашиваю вас, что вы чувствовали, когда вас провоцировали? Это был страх, боль?

- Обида. Очень глубокая обида, что списали тебя, как человека. Не верят в тебя.

Не верят – это представление. А чувство какое?

- Обида.

А где она в вашем теле находится?

- В сердце.

Вы же сказали, что у вас до сих пор находится эта реактивная реакция в жизни или я вас не правильно понял?

- Да, да.

Нам нет смысла работать с тем, что вы уже проработали. Я прошу вас взять реальные ситуации, которые у вас есть сейчас в жизни. Что вы в них чувствуете? Когда я задаю эти вопросы Маргарите, что я ожидаю от всех остальных? Я ожидаю, что вы также на них отвечаете, продолжая быть в этом процессе. Есть одно интересное обстоятельство. **Наше тело, наша личность исцеляются сами.** И поэтому, этот процесс у многих из вас может идти уже сам собою. Вы просто не останавливайтесь. Будьте в контакте с тем, о чем мы говорим, и одновременно позволяйте происходить внутри себе всему, что там сейчас происходит.

Итак, в этих повторяющихся эпизодах, когда вас кто-то на что-то провоцирует, что вы чувствуете?

- Я чувствую неуверенность. Неуверенности в правильности пути. Неуверенность в своих силах.

Неуверенность. Т.е. вас провоцирует что-то, не дает вам поддержку, и вы чувствуете неуверенность. И к чему это приводит?

- Это приводит к разочарованию и отступлению от цели.

И что вы начинаете делать, отступая от цели?

- Я последние пять лет не отступаю от цели.

Т.е. это не ваша реальность. Поэтому, когда вы чувствуете разочарование и неуверенность, то какое чувство рождается дальше?

- Смирение.

Смирение перед чем?

- Поскольку это все происходит через людей, и если человек недоволен мною, не верит в меня, то думаю, что человек не понимает, и я не могу донести до него то, что я хочу. И тогда я с ним общаюсь, но я держу дистанцию.

И в чем здесь ваша трудность?

- Трудность в том, что этим сужаю круг общения.

Правильно ли я понимаю, что всех людей, которые вас не понимают, вы отдаляете и с ними больше близко не общаетесь? Вы их держите на дальней дистанции. Таких людей много?

- В данный момент немного, но они есть.

Чтобы вы хотели сейчас от нашего общения?

- Мне уже всего достаточно.

А достаточно чего?

- Я достаточно верю вам.

Это хорошо. Но я спрашиваю вас, в чем итог нашего общения вот сейчас?

- Я абсолютно уверена, что Бог проявляется через вас.

Я оказался в сложном положении. Маргарита, меня интересует, что вы хотите от обсуждения этого эпизода вашей жизни? Ладно, давайте вернемся к Наталье. Наталия, что вы сейчас чувствуете?

Наталия из зала:

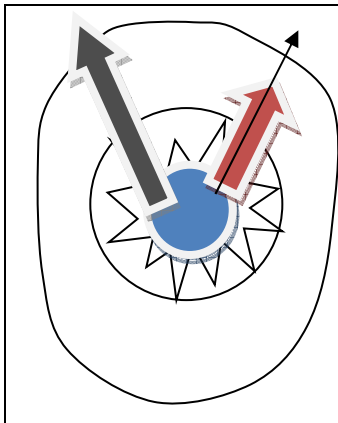
- Я чувствую сейчас успокоение.

Что случилось с вашим ограничивающим убеждение, которое вы нашли в себе?

- Я с ним работаю, и даже начала принимать подарки. Но у меня пока еще внутри жалость к самой себе.

Хорошо. Я хочу сказать вам и всем остальным. На чем мы с вами сегодня остановимся? **Я прошу вас их наблюдать в себе и заметить, как эти ограничивающие убеждения будут вами сегодня управлять.** Потому, что эти убеждения создают ваши поступки в виде речи, в виде умонастроения, в виде решений, которые вы принимаете. Поднимите руку, кто сейчас замечает, как эти убеждения, этот ограничивающий корень проявляется в повседневной реальности вашей жизни, управляя вашим выбором. (Не очень много рук).

**Прошу вас первое: наблюдать это сегодня. Как это происходит. Второе, когда вы наблюдаете это, у вас возникает выбор не делать так, не подчиняться этому убеждению.** Иначе говоря, я хочу вам сказать, что из этого ядра, из этой зоны есть некий импульс, который вас толкает к определенным поступкам. Когда вы замечаете это ядро, это убеждение, у вас возникает свобода либо пойти сюда, что хочется сделать. Потому, что есть уже некая протоптанная дорожка. Вы много раз уже это делали, и чувства вас просто тянут туда. Например, если есть обида, то обидеться, обвинить другого, замкнуться, что-то не делать, быть недовольным, высказать претензию. Вот они протоптанные дорожки. Я прошу вас сегодня наблюдать эти ограничивающие убеждения. Когда вы будете их в себе наблюдать, я прошу вас поразмышлять;- а в чем ваша альтернатива? Потому, что у нас всегда есть выбор. Это природа души. Ей дается выбор. Итак, наблюдайте в себе, куда вас тянут эти убеждения, к каким протоптанным тропинкам. И так же наблюдайте, а какая альтернатива. Некоторые из вас могут даже что-то сделать в плане этой альтернативы. Принять какие-то решения. Выбрать что-то иное.



Помните вчера, когда мы описывали историю Клиффа Янга, несколько участников нашей работы сказали, что они испытывают стыд, слабость, неуверенность. Когда я их спросил: «Что вы делаете?» Они сказали, что мы все равно бежим. Бежим, не смотря на стыд и неуверенность. Это и есть альтернатива. Итак, ограничивающие убеждения тянут нас в определенную сторону. Наблюдайте их в себе. Потому, что само наблюдение лишает их силы. Хотя здесь может быть очень сильная инерция, и вы не всегда справитесь. Наблюдение – это есть остановка. И поразмышляйте, а в чем альтернатива?

Давайте поймем простой факт. То, что мы начинаем совершать новые поступки, означает, что они начинают разрушать эти ядра ограничивающих убеждений. Наташа начала принимать подарки. Потому, что в этих новых поступках я начинаю реализовывать новое настроение жизни или создавать новые представления о жизни, новые убеждения.(1:29:30)

Я сейчас хочу попросить несколько человек рассказать, что вам дала сегодняшняя работа? Любой результат, не давая оценки.

Выступления из зала.

Поднимите руку, у кого началась какая-то глубокая работа, что-то начало происходить. У кого есть такое ощущение себя? (Почти весь зал)

КОНЕЦ ВТОРОГО ДНЯ СЕМИНАРА. (1:32:20)