

# Введение в учение Абрахама

Эстер Хикс

«Она разговаривает с духами! — сообщили наши друзья. — Она придет на следующей неделе, и тогда вы сможете встретиться с ней и спросить о чем угодно!»

«Менее всего на свете мне хочется это делать», — подумала я и тут же услышала, как Джерри, мой муж, говорит: «Было бы здорово встретиться с ней. Как нам это устроить?»

\*\*\*

Это было в 1984 году. За четыре года нашего брака мы ни разу не поругались и даже не повздорили. Мы были полны радости и счастливо жили бок о бок, соглашаясь друг с другом практически по всем вопросам. Единственное, что мне не очень нравилось, — это когда Джерри начинал рассказывать друзьям о своих опытах со спиритической доской (история двадцатилетней давности). Если мы находились в ресторане или в другом общественном месте, то, чувствуя при-

ближение подобных разговоров, я вежливо (а порой, и не слишком вежливо) извинялась и удалялась в дамскую комнату, шла к бару или прогуливалась до машины, возвращаясь только по истечении некоторого времени, когда, по моим представлениям, надоевшая мне тема должна была иссякнуть. К счастью, Джерри, в конечном итоге, перестал поднимать этот вопрос в моем присутствии.

Меня трудно было назвать религиозной, однако занятия в Воскресной школе не прошли даром — меня страшно пугали зло и дьявол. Вспоминая свои занятия годы спустя, я думаю, что вряд ли наши учителя уделяли чрезмерное внимание тому, чтобы внушить нам страх перед дьяволом, и не могу сказать, что этот страх все время преследовал меня. Просто этот страх наиболее сильно «отпечатался» у меня в мозгу, и я пронесла его через всю свою жизнь.

Поэтому я свято следовала данным мне когда-то наставлениям и тщательно избегала всего, что может иметь хоть какое-то отношение к дьяволу. Однажды, еще совсем молодой девушкой, я находилась в кинотеатре под открытым небом и, случайно взглянув сквозь заднее стекло машины, увидела, что на соседнем экране показывают «Изгоняющего дьявола». Просмотра этого фильма я всегда целенаправленно избегала — и увиденная ужасная сцена, даже без звука, настолько меня шокировала, что следующие несколько недель я каждую ночь видела во сне кошмары.

\*\*\*

«Ее зовут Шейла, — сказал Джерри один наш общий друг. — Я вам устрою встречу и все сообщу». В течение следующих нескольких дней Джерри записывал свои вопросы. Он сказал, что у него накопи-

лась их целая куча еще с раннего детства. Я не делала списка. Напротив, меня ужасала подобная идея.

Я помню, о чем думала, когда мы подъезжали к красивому дому в самом сердце Феникса, штат Аризона: «Во что я ввязываюсь?!» Мы поднялись к парадной двери. Нам открыла приятная женщина, поприветствовала нас и проводила в уютную гостиную, где следовало дожидаться назначенного времени.

Большой и очень тихий дом был обставлен просто и со вкусом. Я помню, что меня охватило чувство благоговения, как в церкви.

Затем отворилась большая дверь, и в комнату вошли две симпатичные женщины, одетые в яркие оригинальные рубашки и юбки из хлопка. Очевидно, мы были первыми гостями после ланча. Обе женщины выглядели довольными и освеженными. Я немного расслабилась. Возможно, все будет не так уж и сверхъестественно...

Вскоре нас пригласили в аккуратную спальню. В изножье кровати стояло три стула. Шейла сидела на краю кровати, ее помощница примостилась на стуле рядом со столиком с диктофоном. Мы с Джерри заняли оставшиеся два стула, и я собралась встретить то, что должно было сейчас случиться.

Помощница объяснила, что Шейла должна расслабиться и освободить свое сознание, и тогда Тео, Нефизическая сущность, обратится к ней. После этого можно говорить обо всем, что угодно.

Шейла улеглась поперек кровати, всего в каком-нибудь метре от того места, где мы сидели, и стала глубоко дышать. Через некоторое время странный голос произнес: «Можно начинать. У вас есть вопросы?»

Я посмотрела на Джерри в надежде, что он может начать, потому что я-то *не была* готова разговаривать с этим существом, кем бы оно ни было.

Джерри слегка подался вперед, ему не терпелось задать свой первый вопрос.

Я расслабилась под звуки голоса Тео, исходящего изо рта Шейлы. Я знала, что мы слышим голос Шейлы, но также было понятно, что блестящие ответы дает совсем не она.

Джерри сказал, что его вопросы накопились с тех пор, как ему было пять лет. Теперь он задавал их с невероятной скоростью. Положенные нам тридцать минут пролетели незаметно. Однако, хотя я не произнесла ни слова, за это время мой страх перед нашим странным экспериментом улетучился, и я испытывала удивительное благодушие и спокойствие, какого никогда прежде не знала.

Когда мы уже сидели в машине, я сказала Джерри: «Мне очень хочется прийти еще раз завтра. Есть кое-что, о чем я хотела бы спросить». Джерри был рад назначить вторую встречу, потому что и его собственный список вопросов еще не иссяк.

На следующий день, примерно в середине нашей встречи, Джерри неохотно уступил оставшиеся минуты мне, и я спросила Тео: «Как более эффективно достигать своих целей?»

Ответ был такой: «Медитация и аффирмация».

Мысль о медитации меня совершенно не вдохновляла. Я не знала никого, кто практиковал бы медитацию. В сущности, само это слово вызывало в моем воображении образы людей, которые лежат на гвоздях, ходят по раскаленным углям, стоят на одной ноге в течение целого года или (самое ужасное) просят милостыню в аэропорту. Поэтому я спросила: «Что вы подразумеваете под словом *медитация*?»

Полученный короткий ответ понравился мне. «Вы сидите в тихой комнате. В комфортной одежде. И концентрируетесь на своем дыхании. Ваши мысли

блуждают. Освободите мозг и сконцентрируйтесь на дыхании. Можете медитировать вдвоем. Так гораздо эффективнее».

«Вы можете предложить подходящую нам аффирмацию?» — спросили мы.

«Я (произнесите ваше имя) *с помощью божественной любви вижу и привлекаю к себе тех, кто ищет просветления через развитие. Помощь другим духовно возвысит каждого из нас*».

Я чувствовала, что исходящие из уст Шейлы-Тео слова проникают в самую глубину моего существа. Ко мне и через меня текло ни с чем не сравнимое ощущение любви. Страх ушел. Мы с Джерри чувствовали себя превосходно.

«Стоит ли привести к тебе мою дочь Трейси?» — спросила я.

«Можно — если этого хочет она. Но не обязательно, ведь вы оба тоже обладаете возможностями ченнелинга».

Это утверждение не имело для меня никакого смысла. Я не могла себе представить, что можно дожить до тридцати лет и не знать о себе такую важную вещь (если, конечно, это правда).

Диктофон выключился, и мы оба испытали легкое разочарование, что это необычное приключение закончилось. Помощница Шейлы спросила, нет ли у нас последнего вопроса. «Не хотели бы вы узнать имя своего духовного проводника?» — вдруг неожиданно сказала она.

Я бы никогда не задала подобный вопрос, ведь я никогда не слышала термин *духовный проводник*, но сам вопрос при этом мне понравился. Меня всегда вдохновляла идея об ангелах-хранителях. Поэтому я произнесла: «Да, пожалуйста, сообщите имя моего духовного проводника».

## Вступление к описанию 22 процессов, улучшающих вашу точку притяжения



**И**так, теперь, когда вы дошли до этого места в книге, то, наверное, уже вспомнили многое из того, что знали всегда. Вы знали и знаете, что являетесь продолжением Исходной Энергии и пришли в свое физическое тело, на передовой край этой пространственно-временной реальности с целью радостно идти вперед в своих мыслях и желаниях.

Теперь вы вспомнили, что обладаете руководящей системой, которая позволяет в любой момент знать о том, насколько сильна ваша связь с Источником.

Вы помните, что чем счастливее себя чувствуете, тем больше ваше соответствие со своим истинным «я». Вы знаете, что чем хуже настроение, тем больше противодействия оказывается этому важному соединению.

Вы вспомнили, что на свете нет ничего невозможного. Если ваша главная цель состоит в том, чтобы чувствовать себя счастливым, если вы стараетесь извлекать максимум удовольствия из своего положения,

то обязательно должны достигнуть естественного для человека состояния радости.

Теперь вы знаете, что абсолютно свободны (свободны настолько, что можете сами выбирать себе цепи, в которые решите себя заковать), и все происходящее в этой жизни зависит только от мыслей, которые вы выбираете.

Вы помните, что, о чем бы вы ни думали — о своем прошлом, настоящем или будущем, — во Вселенную посылается вибрация, тождественная вашей точке притяжения.

Вы помните, что *Закон Притяжения* всегда честен и справедлив. Все происходящее в вашей жизни привлечено излучаемой вами вибрацией, которая, в свою очередь, зависит от ваших мыслей.

И, наконец, что представляется наиболее важным, вы помните, что Благо составляет основу мироздания и если человек сам не закроет себе доступ к нему, оно станет проявляться во всех сферах жизни. Вы можете принимать Благо или противодействовать ему, но этот Поток добра, изобилия, чистоты и любых ваших желаний будет течь всегда.

И еще одно. Теперь вы знаете, что как не бывает черного света, так нет и никакого Источника «зла» или Источника болезней и несчастья. *Вы можете принимать Благо или противодействовать ему, но все, что происходит с вами, — это исключительно ваших рук дело.*

### **«Хочу ли я что-нибудь улучшить?»**

Если то, как на данный момент складывается ваша жизнь, полностью вас удовлетворяет, вам, наверное, можно и не читать эту книгу дальше. Однако если вы хотите что-либо изменить в своей жизни в лучшую

сторону, если вам чего-то не хватает до полного удовлетворения или, наоборот, вы бы с удовольствием от чего-либо избавились, то следующие процессы будут весьма полезны.

Ваша привычка к мысленному противодействию — вот единственная причина, по которой в жизни все происходит не совсем так, как вам хотелось бы. И хотя вы, конечно, не собирались осознанно развивать в себе подобный образ мыслей, но, тем не менее, понемногу, шаг за шагом продолжали непрерывно накапливать противодействие в течение всего своего физического пути. Но одно мы можем сказать совершенно определенно: *если вы не предпримете никаких попыток, чтобы изменить собственные вибрации, то в вашей жизни все останется по-прежнему.*

Процессы, описанные на следующих страницах, предназначены специально для того, чтобы вы смогли последовательно избавляться от любых форм противодействия. Именно последовательно, поскольку, если говорить начистоту, вы ведь не развивали все виды противодействия одновременно. Поэтому избавиться от них сразу, как говорится, «одним махом», тоже не получится — но вы непременно сделаете это, рано или поздно. Процесс за процессом, игра за игрой (эти слова в нашем случае взаимозаменяемы), день за днем, вы будете постепенно, но неуклонно становиться самим собой, то есть тем, кто принимает собственное Благо и позволяет ему течь свободно и беспрепятственно.

Окружающие вас люди будут поражены. Они с изумлением станут наблюдать, как ваша жизнь меняется к лучшему, как много радости и счастья вы излучаете на родных и друзей. И тогда можно будет всем вокруг объяснить, со знанием дела и увереннос-

тью в собственной правоте, присущим вам от рождения: «Я нашел путь к естественному для меня Благу. Я научился *Искусству Принятия*».

### **Совет по использованию процессов**

Итак, мы предлагаем вашему вниманию данные процессы и делаем это с огромным энтузиазмом, питая большие надежды. Вам осталось ждать уже недолго. Если у вас достаточно времени, то мы рекомендуем для начала прочитать описание каждого процесса, не пытаясь выполнить то, о чем в нем говорится. Когда вы прочтете обо всех процессах подряд и поймете, насколько они важны, то сами немедленно захотите приступить к занятиям. Вы почувствуете небывалый энтузиазм. Если у вас есть время для выполнения данных процессов, мы советуем начать с того, который вызывает наибольшее желание им заняться. Такое начало представляется нам наилучшим.

Можете выбрать процесс наугад, если вам так больше нравится. Но, занимаясь, обязательно старайтесь замечать улучшение, которое наступает при выполнении того или иного процесса. Каждый из процессов, представленных в этой книге, поможет вам преодолеть собственное противодействие и улучшит содержание вибраций. Однако сила вашего желания, а также степень оказываемого на данный момент противодействия могут сделать одни процессы более значимыми для вас, нежели другие.

Когда вы будете читать описание данных процессов, а также примеры и приложения, которые их сопровождают, то можете заметить некоторое сходство с тем, что происходило и в вашей жизни. В этом случае будет особенно полезно использовать именно тот процесс, в котором содержится пример,

сходный с вашим собственным опытом. Тем не менее, поскольку жизнь предоставляет вам богатейший выбор событий, а также и широчайший спектр разнообразных эмоций, то жестких правил, определяющих, какой именно из процессов окажется для вас на данный момент наилучшим, не существует.

### **Давайте уберем «деревья» с нашего пути**

Некоторые из процессов помогут более четко сфокусироваться на желании и усилят вашу точку притяжения. Но если вы по какой-либо причине оказываете желанию очень сильное противодействие, то в данном случае будут весьма полезны процессы, способствующие накоплению большего количества Энергии.

Ранее мы приводили вам в качестве примера историю об автомобиле, едущем со скоростью сто двадцать километров в час, и дереве, в которое он, наконец, врежется. Мы говорили, что при скорости десять километров в час риск получить серьезные повреждения значительно снижается. Теперь, согласно данной аналогии, представьте, что скорость автомобиля подобна Созидательной Энергии, которую собирает ваше желание. Дерево в данном случае представляет собой мысли, противоречащие желанию, или, другими словами, противодействие. Часто люди считают, что единственный способ обезопасить свою жизнь — это максимально снизить скорость автомобиля. Но не лучше ли было бы вам убрать со своей дороги деревья?

Процессы, представленные в данной книге, созданы специально для того, чтобы убрать с вашего пути все препятствия, поскольку нет более волнующего и прекрасного ощущения, чем стремительно двигаться вперед в потоке жизни, не наталкиваясь постоянно на «деревья».