

# Предисловие

У всех нас возникают вопросы о таинственных, удивительных, необъяснимых и, казалось бы, невероятных явлениях, происходящих в нашей жизни; это случается на различных этапах жизни, иногда вопросы зреют медленно, а иногда появляются как «гром среди ясного неба», когда мы сталкиваемся с явлениями, выходящими за рамки привычного повседневного опыта. Подобные происшествия заставляют задуматься о смысле и цели нашего существования: «Почему я здесь? Откуда я пришел? Куда я отправлюсь после смерти?». Столь же часто мы размышляем на экзистенциальные темы, вроде следующих: «Почему это происходит? Что это значит? Почему я?». Подчас подобные вопросы так и не утрачивают своей актуальности на протяжении всей нашей жизни; как однажды выразилась поэтесса Эмили Дикинсон, они словно зубы, которые «вгрызаются в душу», не давая ей покоя. Что нам с ними делать? Как ответить на них? Как нам жить и примириться с ними?

Безусловно, все мы так или иначе должны ответить на эти вопросы, и каждый ответит на них по-своему, однако когда мы начинаем задумываться над ними и начинаем замечать, что происходит внутри и вокруг нас, мы также замечаем, что не одиноки в своих исканиях. В конце концов, мы же не изолированы от мира! Мы узнаем истории людей, с

которыми знакомимся, и эти люди задаются теми же вопросами, что и мы сами. Весьма вероятно, что и вы относитесь к таким людям — тем, кто испытывает потребность заглядывать глубже и исследовать, тем, кому недостаточно того, что он знает, кому просто необходимо знать больше. Я тоже отношусь к этому типу людей: с ранних лет я размышлял о природе существования и его цели и интересовался всем, кто лежит за гранью обыденного. В результате мне посчастливилось испытать множество фантастических переживаний и встретить замечательных людей, которых я слушал, с которыми так или иначе вместе работал, с которыми беседовал и делился опытом, у которых я учился и продолжаю учиться. Трудно выразить, насколько я благодарен им!

Хейди Сойер как раз относится к этим замечательным людям. Узнав о Хейди и ее работе, я удостоился чести познакомиться с ней, благодаря содействию одного моего уважаемого друга и коллеги, который сказал, что мы просто обязаны встретиться. Сначала мы беседовали по телефону, и это была одна из тех «встреч», когда сразу кажется, что вы давно знакомы с человеком, возникает ощущение близости и уважения, несмотря на то что «встречались» лишь наши голоса. Наши телефонные разговоры быстро породили желание встретиться лично. Интуитивно, инстинктивно и всей душой я чувствовал, что эта встреча перевернет мой мир и приведет к таким переменам и последствиям, которые повлияют не только на наши жизни, но также и бесчисленное множество жизней других.

Когда мы встретились в одном из моих консультационных кабинетов в клинике диагностики на Нью-Кавендиш стрит в Лондоне, мое первое впечатление сразу подтвердилось: я оказался в присутствии необыкновенно одаренной, умной и волевой женщины, преданной идее настоящей жизни; ее несгибаемая честность и смелость были очевидны с первого взгляда. На своем пути от болезни к укреплению здоровья и обретению целостности Хейди прошла через всевозможные страдания: физические, эмоциональные, интеллектуальные и духовные.

Когда мы начали анализировать ситуации, сложившиеся в наших жизнях, нам обоим стало очевидно, что в дальнейшем от нас требовалось ни много ни мало — полностью посвятить себя делу. Работа, о которой Хейди рассказывает в своей книге, ее труд, являет собой результат этой преданности; это не пустое теоретизирование и не игра ума, это результат пути, посвященного этой работе, долгого обучения, практики и глубокой внутренней целеустремленности; это плоды дерева, заботливо и тщательно выращенного и ухоженного.

В течение более чем тридцати последних лет я работал врачом, научным исследователем, редактором журнала, стал академиком и целителем. С раннего детства меня интересовало все «магическое» и таинственное, меня буквально завораживало превращение одной вещи в другую, как, например, метаморфоза гусеницы в бабочку. Я остро ощущал целительное воздействие ладоней моей матери, которые становились такими горячими и чудесным образом улучшали мое состояние, когда она прикасалась ко мне во время болезни. Мне всегда не давал покоя тот факт, что некоторые люди способны «прикоснуться» ко мне и «узнать» обо мне гораздо больше, чем это можно сделать обычными средствами. Вскоре я узнал, что традиционная медицина не способна ответить на интересующие меня вопросы, и тем не менее я сознавал необходимость выучить ее язык, чтобы работать и продвигаться в познании жизни, соединяя противоположности: сверхчувственные, как Рудольф Отто называл «совершенно иные» невидимые миры, и материальный, видимый, физический мир ежедневного существования. Обучение в области традиционной науки в период бытности моей студентом медицинского факультета ограничивало мои изыскания в области парапсихологии и целительства, однако во мне всегда присутствовало стремление поддерживать свои неординарные способности: я культивировал их, накапливал опыт и намеревался однажды связать это все воедино и употребить во благо других людей. Книга Хейди являет

собой великолепное руководство к действию для тех, кто стремится к тому же — понять, что к чему, исследовать и развивать подобные навыки; эта книга — сборник инструкций, необходимый не только для начала работы, но и для дальнейшего развития.

За годы профессиональной деятельности в качестве врача-консультанта и гомеопата в сфере интегральной медицины и здравоохранения, а также специалиста в области юнгианской аналитической психологии и целительства, мне приходилось сталкиваться с множеством людей, не только по-настоящему мудрых, знающих и проницательных, но и с шарлатанами, заявляющими о своих экстрасенсорных способностях, даре целительства и владении мистическим знанием. Да, мир профессионального целительства — это минное поле. Среди всех этих людей Хейди Сойер — настоящий самородок и истинно порядочный человек. Ее книга написана в простой, приземленной, практической и совершенно серьезной манере, что явственно свидетельствует о ее назначении — помогать и содействовать индивидуальному и коллективному процессу исцеления. Эта книга — научная работа, со своими принципами и своей системой определенных правил. Советы и рекомендации автора, при условии следования им, помогут ищущим найти свой путь и пробудить свои чувства, особенно шестое! Эти многовековые знания сегодня не менее актуальны, чем в самой глубокой древности. Даже если бы Хейди ограничилась внешним описанием и классификацией явлений, с которыми можно столкнуться в этой сфере, уже одним этим она оказала бы всем огромную услугу.

Однако Хейди делает в своей книге гораздо большее: она предлагает нам взглянуть на подробную карту местности, где отмечены все маршруты, прилагая к ней путеводитель, предупреждающий об опасных ловушках и указывающий на скрытые возможности, которые иначе можно и не заметить. Тем самым она оказывает услугу, которая пробудит чувство благодарности во многих сердцах и умах, особенно в нынешнее

время, когда столь многие открывают в себе неожиданные дарования и стремятся понять, как ими пользоваться и как их развивать. В каждой главе просто и понятно описывается, что человек может почувствовать и испытать, что можно сделать и чего ожидать при прохождении через различные стадии эволюции психики. В этом смысле данная книга — бесценный источник информации. Читайте, узнавайте новое и получайте удовольствие. Прочтите эту книгу целиком или откройте в любом месте, зная, что обо всем том, что могло бы вам понадобиться в данный момент, будет написано на тех страницах, которые предстанут вашему взгляду!

*Профессор Ким А. Джобст*  
*Сентябрь 2008*

# Введение

Будь то в школе, колледже, университете или на работе, когда я прислушивалась к своему шестому чувству и действовала соответственно, результаты были просто феноменальные, но как только я поддавалась своему эго, я тут же теряла уверенность в себе, что отражалось на результатах. У всех есть шестое чувство, но многие из нас либо не знают о нем, либо игнорируют его проявления. Экстрасенсорное развитие — самый ранний этап на пути к очень глубоким и серьезным изменениям в нашем внутреннем мире, ибо это и есть процесс познания самих себя. Если мы с вами похожи, вы тоже захотите пойти коротким безболезненным путем и получить устойчивые результаты.

Когда я только начала осознавать в себе некоторые интуитивные и экстрасенсорные способности, помню, как стала задаваться определенными вопросами. Эти ключевые вопросы не изменились с годами, и мне до сих пор задают их каждый день:

- Как узнать, что ты экстрасенс?
- У меня были странные и непонятные ощущения, можете ли вы объяснить, что они значат?
- Как мне исследовать свои экстрасенсорные способности?

- Что значит быть экстрасенсом?
- Как вы с этим живете?
- Кто стоит у края моей кровати и как мне заставить его уйти?

Эта книга является результатом моей жизни на сегодняшний момент, многих лет обучения людей раскрытию в себе сверхъестественных способностей и результатом моего личного пути от отказа к принятию. Это книга о раскрытии внутреннего «Я». К тому времени, когда вы закончите чтение, вы будете иметь отличное представление о своем шестом чувстве и о том, как использовать его наилучшим образом. Парапсихическая чувствительность позволяет нам «настраиваться» на энергии, окружающие нас; освоение этого навыка является ключом и возможностью нового опыта. Однако мой вам совет: экстрасенсорные способности — дело нешуточное и раскрытие себя с этой стороны создает огромный потенциал для развития вашего восприятия и чувствительности.

Эта книга задумана так, чтобы вы могли либо прочесть ее подряд целиком, либо заглядывать в нее, чтобы узнать о чем-то. Разнообразие реальных историй подогреет ваш интерес к более глубокой, духовной ипостаси своей натуры.

# Глава 1

## Раскрытие — начало проявления врожденных экстрасенсорных способностей

*«Те, кому удалось развить в себе „экстрасенсорные способности“, просто избавились от некоторых ограничений, установленных ими для собственного сознания».*

Курс Чудес

Я очень ясно помню, когда впервые столкнулась с проявлением мира духов. Как-то раз, когда я выезжала задним ходом с подъездной дороги у своего дома, направляясь в супермаркет, мое внимание привлекла странная фигура, которая метнулась из гостиной и, как мне показалось, была одета во все черное. Я сидела в машине напуганная, полагая, что это вор, который дожидался, пока я покину дом, чтобы выбраться из укрытия.

Продолжая наблюдать, я подумала: «Воры не проходят сквозь стены и не стоят столбом, глядя на вас». Фигура приблизилась к входной двери, и я разглядела в ней очень счастливого вида женщину, лет семидесяти. Женщина махала мне рукой. Это была моя бабушка, которая вот уже несколько лет как отошла в мир духов. Почувствовав облегчение оттого, что это не вор, я все же поехала в супермаркет. В течение нескольких месяцев с этого момента я пребывала

в сильном смятении; я никак не могла понять, что произошло, и никто из моего тогдашнего окружения тоже этого не понимал: многие сочли, что я на время утратила рассудок, или вообще не желали обсуждать это, поскольку подобные вещи пугали их.

Подобно мне после этого первого случая, люди в большинстве своем страшатся неведомого, и все, что выходит за рамки обыденного, часто причиняет им страдания. Мы воспитаны в рамках линейного, логического мышления, а наше духовное и сверхчувственное начало подавляется еще в раннем детстве как проявление излишне бурного воображения. Мы забываем о том, что от природы обладаем удивительными способностями, прячем их в глубину своей личности, пока не начинается ломка прежних структур, внутри не загорается пламя и не появляется стремление к развитию. У многих это проявляется в регулярных и вдохновенных проблесках интуиции, сильном желании меняться и расти, в любви к ярким цветам вроде розового, пурпурного и белого; люди видят духов (как было в моем случае) или слышат, как их зовут по имени, когда в помещении больше никого нет.

Подобные явления знаменуют начало серьезных перемен в вашей жизни либо являются последствием эмоциональной травмы. Психологи и психиатры называют это состояние не самым приятным словом, но я замечала такие симптомы у множества людей за многие годы обучения экстрасенсорному развитию. То, что я называю «Раскрытием», начинается у большинства людей почти одинаково.

## Первая стадия раскрытия: характерные признаки

- В вашей жизни происходит много случайных совпадений.
- Вы начинаете видеть боковым зрением.

- Ощущаете «движение воздуха» или присутствие.
- Всерьез увлекаетесь сверхъестественным и духовными знаниями.
- Получаете во сне «послания» от умерших друзей или родственников.
- Видите вещие сны.
- Наяву видите тех, кого уже нет в живых.
- Слышите снова и снова повторяющиеся «в голове» фразы.
- Люди охотно рассказывают вам истории своей жизни и то, о чем редко кому говорили, даже если вы едва знакомы.
- Вы хорошо «видите» тех людей, с которыми встретились лишь недавно.
- Вы четко ощущаете, каково состояние здоровья других людей, и впоследствии ваши ощущения подтверждаются.
- Вы чувствительны к шуму.
- Вы чувствительны к настроениям окружающих.
- Вы испытываете внезапные и сильные побуждения заняться своим здоровьем и изменить режим питания.
- Вас очаровывают ангелы или феи.
- Вас необъяснимо притягивают такие цвета как сиреневый (лиловый), розовый или белый.
- У вас часто чешется лоб и вам хочется убрать волосы от лица; вы испытываете странное потягивание в области лба (напряжение «третьего глаза»).
- Вы стремитесь «спасать» других людей и планету.

### Изддержки первой стадии раскрытия

- Повышенная раздражительность.
- Нетерпимость к тому, что раньше вас не волновало.
- Стремление высказываться там, где раньше вы бы промолчали.
- Временная необязательность.

Первая стадия раскрытия формирует основу для последующей работы; многие проходят первую стадию задолго до того, как вообще решают заняться этим вопросом. Первая стадия может сопровождаться страхом и существенными переменами в жизни человека: это происходит потому, что пробуждение внутреннего мира и духовные изменения могут вступить в конфликт с эго. Эго — это ипостась вашего существа, которая принимает решения, основываясь на субъективных представлениях и логике, оставляя без внимания «нутряное» чувство, которое часто оказывается правдивым, даже если эта правда неприглядна и заставляет противиться переменам.

Настоящей проблемой при игнорировании симптомов первой стадии раскрытия может стать усиление давления со стороны мира духов и активности ваших сверхчувственных каналов; это не пройдет и будет с возрастом лишь усугубляться. В процессе раскрытия, когда вы крайне восприимчивы к сверхчувственным и интуитивным импульсам, вам может показаться, что жизнь враждебна к вам. Это происходит не потому, что вам противостоит некий злокозненный дух, а потому, что определенная часть вас, которая жаждет развития и трансформации физической, эмоциональной и духовной, подавляется при каждой попытке о себе заявить. Страх будет пытаться подавить ваше сверхчувственное развитие: вы можете испытывать страх неведомого, страх перемен и развития, поскольку ваше тонкое «Я» переживает изменения, не подвластные вашей воле. Но есть и хорошая новость — если всем сердцем принять все происходящее на первой стадии и довериться процессу, давление со стороны мира духов ослабит или вообще исчезнет, позволяя процессу раскрытия продолжиться в вашем собственном темпе.

На протяжении многих лет мне довелось наблюдать, как одна женщина отчаянно пыталась избежать первой стадии раскрытия: она была чрезмерно занята работой и запуталась в межличностных проблемах. В ее случае раскрытие сверх-

чувственного и интуитивного начала было связано с самооценкой. Как только она приняла в себе сверхчувственную сторону и начала развивать свои способности, она поняла, что ее отношения разваливались потому, что она переживала напряженную и непрерывную внутреннюю трансформацию, и едва она обрела внутренний баланс, как встретила мужчину, с которым счастлива вот уже несколько лет. Она позволила себе сбавить темп в достаточной степени для того, чтобы осознать, что с принятием своих инстинктов ей удалось совершить храбрый шаг на новую территорию, хотя с виду казалось, что это произошло совершенно естественно. Визиты из мира духов, которые ранее беспокоили ее, прекратились, и она начала давать очень ценные советы своим друзьям и родственникам в ситуациях, в которых прежде она боялась, что случится что-нибудь «плохое».

## Вторая стадия раскрытия

- Внезапное ощущение, что вам неуютно в этом мире и хочется пойти «домой», хотя непонятно, где этот «дом» находится.
- Вы разрешаете сильные эмоции посредством необъяснимых слез.
- Повышенная чувствительность к воздействию алкоголя.
- Усиление аллергических реакций.
- Сильное желание бывать в тишине и уединении.
- Сильное стремление найти свое «предназначение».
- Потребность в глубине и проникновенности отношений и стремление держаться подальше от того, что все больше кажется вам поверхностным и фальшивым.
- Глубокое внутреннее убеждение в том, что должна произойти какая-то перемена, но непонятно какая.
- Вы испытываете желание сделать нечто, что существенно поможет другим.

## Издержки второй стадии раскрытия

- Желание «помогать» всем и вся.
- «Комплекс Мессии», когда вы чувствуете себя, так сказать, «избранным» и убеждены, что ваши методы помощи и принимаемые решения лучше, чем у других. Чаще всего это временное состояние, являющееся реакцией на усиление энергетического потока.
- Нежелание предаваться чревоугодию и распитию алкоголя — друзья и родственники могут расценить это как необщительность.
- Ощущение ослабления связи с друзьями, близкими и родственниками; вам может казаться, как будто они исчезают из вашей жизни или что у вас осталось мало общего с ними, потому что вы «изменились». И опять-таки это временная ситуация и реакция на энергетические изменения.

Для некоторых людей вторая стадия раскрытия сопутствует первой. С одной стороны, вторая стадия может переживаться совершенно спокойно, с другой же — очень тревожно. Вторая стадия раскрытия позволяет установить более глубокую связь с вашим внутренним миром и постичь то, что действительно важно для вас. Яркие проблески интуиции позволяют произойти глубоким и запоминающимся трансформациям. Это может касаться условий вашей внешней жизни — смена карьеры, переезд, новые отношения, а зачастую все вместе взятое. Так происходит, когда некая часть вас самих отныне не согласуется с вашим предназначением и вас необходимо «подтолкнуть» к дальнейшему его воплощению. Самый тревожный аспект этой стадии, который переживают некоторые, но не все люди, заключается в прохождении через процесс «очищения», который заключается в избавлении от всего лишнего в вашей жизни, от того, что поглощает вашу энергию, и это необходимый (даже если неприятный) этап вашего сверхчувственного развития.

Сильное чувство неприютности и желание уйти «домой» может у некоторых людей проявляться довольно интенсивно. Это означает, что человек подвергается удивительной трансформации сознания и что его душа начинает верить во что-то большее, чем его собственная личность. К счастью, слезы без причины не всегда сопровождают депрессивные состояния, а если это и так, то возникшая депрессия временная. Есть весьма существенное различие между раскрытием и клинической депрессией: при раскрытии не наблюдаются типичные симптомы депрессии, наоборот, на второй его стадии случаются лишь кратковременные эмоциональные разрядки, во время которых тело избавляется от сильного эмоционального напряжения.

Один парень, приходивший ко мне на консультации несколько раз, имел типичные симптомы второй стадии. Как и многие люди на этой стадии, он хотел произвести какие-то изменения в своей жизни и работе: он хотел помогать людям и обрести свое предназначение. У него также наблюдались симптомы первой стадии, такие как усиление давления тонкого мира, желание убрать волосы от лица и постоянное стягивающее ощущение в области лба. Я начала проводить определенную работу с этим человеком и передавать ему энергию того уровня, которая соответствовала требованиям его тела; вскоре его тело стало извиваться и изгибаться, а из его горла вырвался такой звук, как будто он задышался. Продолжая процесс исцеления, я заметила, как серый туман сначала появился, а затем рассеялся в области его горла и головы, после чего он не мог сдерживать рыданий. Этот бедняга был в глубоком смятении, так как не плакал целых тридцать лет, и не мог понять, что происходит и почему. Через несколько минут он перестал плакать и почувствовал себя прекрасно; он признался, что его тело стало необыкновенно легким, и после ушел.

При следующей встрече он рассказал, как внезапно изменилась его жизнь; он поведал о том, как охотно принял эти перемены и свои способности, и о том, что его уверенность

в себе и работоспособность настолько увеличились, что он получил повышение, заняв очень высокую должность в одной из крупнейших компаний в мире. Он помогал окружающим людям находить лучшее в себе; он продолжает признавать сверхчувственную и тонкую, интуитивную часть своей натуры, всецело доверяясь ей, когда эта часть его самого дает о себе знать или побуждает его так отреагировать на события его жизни, как другие, возможно, боялись бы и подумать.

Для некоторых людей обратная сторона второй стадии может стать поводом для усиления бдительности, в особенности в том случае, если вы пережили яркий духовный или сверхчувственный опыт и испытываете желание рассказать об этом, — лучше держать это при себе или тщательно выбирать людей, с которыми можно поделиться. Люди, переживающие вторую стадию, часто стремятся «исправлять» всех вокруг или убеждены, что их метод исцеления или духовного развития является единственно верным путем, а не одним из многих. Как правило, эта ситуация временная и впоследствии все улаживается.

У иных людей на этой стадии появляется «комплекс Мессии», что должно несколько беспокоить, так как порождает ощущение причастности ко Второму пришествию, и эта убежденность может сопровождаться яркими проявлениями новообретенных экстрасенсорных способностей. Люди с симптомами «комплекса Мессии», в чем мне приходилось убеждаться, действительно демонстрируют некоторые энергии уровня вознесенных владык, но на деле они лишь заимствуют эти энергии. Зачастую это личность или эго человека навязывает ему представление о том, что он является перевоплощением Христа или Марии Магдалины, и это наваждение часто сопутствует периоду понижения самооценки. Возможно, это лишь совпадение, но люди, наблюдаемые мной при прохождении данного аспекта второй стадии, сталкивались с проблемами в личных отношениях.

### Третья стадия раскрытия

- Сильная связь с интуицией и инстинктом.
- Доверие интуиции и инстинкту.
- Растущее чувство бесстрашия (вы делаете то, что хотите, даже если вам страшно).
- Твердая решимость заниматься саморазвитием, чего бы это ни стоило.
- Исчезновение вредных привычек, вроде злоупотребления алкоголем и курением.
- Жесткая самодисциплина.
- Появление в жизни стабильных отношений, основанных на взаимной преданности.
- Вы говорите правду легко и с удовольствием.
- Вы ощущаете «резкие вибрации» энергетического поля, когда кто-то произносит недобрые слова.
- У вас усиливается ощущение внутреннего равновесия в тех ситуациях, в которых ранее вы испытывали сильные эмоции — сталкиваясь с враждебностью, страхом, подозрениями.
- Вы видите людей такими, какие они есть, не ожидая, что они изменятся в нужную вам сторону.
- Вы стремитесь и способны выйти из ситуаций, которые вас больше не устраивают.
- Исчезает страх одиночества; вам комфортно с самим собой, и вы больше не боитесь, что вас покинут, а возможно, и предпочитаете одиночество.
- Чрезвычайно повышенная чувствительность к энергетическим полям других людей.
- Вы даете четкие и точные интерпретации эмоциональных состояний других людей, лишены предвзятости и страха.
- Ваш эмоциональный фон выравнивается — нет никаких резких скачков и падений.
- Люди удивляются, как это все складывается в вашу пользу.

- Вас считают везучим человеком.
- Вас считают мудрым человеком.
- Вы имеете огромное доверие к жизненному процессу.
- Вы легко «отпускаете» вещи, людей, чувства и ситуации, особенно негативного свойства.
- Вы извлекаете уроки из жизненных неурядиц, вам легко удается не поддаваться возмущению и негодованию.
- Ваше представление о себе заметно улучшается.
- У вас больше нет потребности «спасать» мир, вместо этого вы делаете существенный вклад в развитие других (и у вас нет желания сообщать об этом).
- Вы прикладываете сознательные усилия к тому, чтобы продлить и улучшить жизнь планеты, поддерживая методы экономии энергии, но больше не стремитесь «спасать планету» в одиночку.
- Исчезает страх «темноты», вслед за осознанием того, что это просто отсутствие света.
- Вы с невероятной точностью и, прилагая минимум усилий, угадываете подсознательные мотивации других людей.
- Вы стремитесь к дальнейшей самореализации, а не к тому, чтобы кому-то что-то доказать.

### Издержки третьей стадии раскрытия

Люди, проходящие третью стадию, могут казаться холодными и равнодушными. Окружающим может не понравиться реакция на их слова или у них могут возникнуть подозрения о попытках манипуляции. Кроме того, отсутствие чувства вины у такого человека означает, что окружающим будет трудно апеллировать к его долгу; в общем, непонимание на раннем этапе этой стадии может оказаться довольно интенсивным, пока окружающие вас люди не привыкнут к вашему новому поведению.

Вышеописанные стадии я выделила лишь на основе своих наблюдений за время обучения экстрасенсорному развитию

(с 1996 года); иногда стадии могут пересекаться, таким образом, вы можете испытывать лишь некоторые, а не все симптомы, соответствующие различным стадиям; однако у тех, кто достиг третьей стадии, картина вырисовывается совершенно ясная и стабильная. Ни одна из стадий не лучше других — каждая является лишь продолжением предыдущей. Безусловно, те, кто перешел на третью стадию, перестают воспринимать себя с позиции «эго» и полагаются на более надежную опору внутри себя. Это не значит, что они становятся идеальными — они склонны демонстрировать многие «издержки», причем регулярно, что может привести к кратковременному мини-кризису, особенно в глазах близких людей, незнакомых при общении с этим «новым» человеком.

Как бы то ни было, люди, проходящие третью стадию раскрытия, демонстрируют и весьма заметные признаки позитивных изменений в своем взаимодействии с другими людьми. Иногда эти «стадии пробуждения» могут сначала привести вас в замешательство, но мой опыт убеждает в том, что подобные замешательство и страх будут лишь усугубляться, пока вы не признаете и не начнете развивать свое интуитивное начало. Как только вы примете его в себе, многие негативные побочные эффекты уйдут.

Вернемся к моему опыту. После того как я увидела дух своей бабушки, я все пыталась забыть об этом, но, к своему ужасу, обнаружила, что потусторонняя активность в доме чрезвычайно усилилась; я часто ощущала присутствие бабушки, чувствовала запах сигарет, которые она курила, и слышала, как она громко зовет меня по имени; этот голос звучал не у меня в голове, это был настойчивый женский голос, пытавшийся привлечь мое внимание; было ощущение, как будто кто-то невидимый стоял рядом со мной. Я также слышала громкий стук чьих-то пальцев по подоконнику, но упорно пыталась игнорировать все эти явления.

Когда мне стало уже совсем не по себе и страшно, я наконец рассказала все своей матери — в конце концов, все это происходило в доме моих родителей. В то время

паранормальные явления не обсуждались так свободно, как сейчас; моя мать была вне себя от ужаса — она подумала, что я на грани вступления в «какую-то секту», как она выразилась, и был поставлен вопрос о необходимости психиатрической помощи для меня. Поэтому я решила больше не обсуждать происходящее со мной с кем бы то ни было; я лишь мысленно попросила прощения у бабушки — я не знала, что еще сделать и как быть дальше.

Моя история очень похожа на множество других, которые мне доводилось слышать за эти годы: многие тоже сначала испытывали страх и желание избавиться от наваждения, в особенности потому, что их родственники и друзья также не понимали их на ранних стадиях сверхчувственного раскрытия. Общество в целом до сих пор сторонится самого факта существования экстрасенсорных способностей и навыков, скептически относится к людям более тонкой природы, часто подобные люди становятся изгоями. Возможно, это вызвано многовековым приматом учения о Боге и давлением Церкви. Моя мать выросла в мирном католическом окружении, была воспитана монашками и матерью, которая смиренно следовала своей вере. Обе они были убеждены, что их врожденное шестое чувство — нечто от лукавого; возможно, из-за того, что они верили в греховность этого чувства, их религиозное воспитание не позволило им выйти за рамки общественного мнения — в лице собственных родителей, священника, Церкви или общества в целом.

Многие годы я наблюдала, как люди испытывают, по крайней мере поначалу, чувство ужасной вины за то, что раскрыли в себе интуитивную сущность, или даже желали вновь подавить его. Работая в южной Ирландии, я замечала, как это чувство вины временами побеждало. В этой удивительной стране, полной действительно чудесных людей, я как-то встретила двух мужчин, которых очень хорошо помню: оба они побаивались говорить со мной как с экстрасенсом и целительницей. Один из них в детстве пострадал от рук монахов, которые постоянно били его в школе ко-

жаным ремнем за любопытство по поводу шестого чувства и устройства вселенной. Другой был католический священник, приятнейший человек, который, однако, беспокоился, как бы его не уличили в разговоре со мной; он обнаружил у себя целительский дар и хотел знать, как можно его развивать. Оба они боялись реального или воображаемого возмездия за то, что спросили у меня совета. Первый человек пережил мощную эмоциональную разрядку и, заливаясь слезами, горячо благодарил меня за то, что помогла ему понять, что нет ничего «плохого» в нем и в его любопытстве; священник покинул меня в состоянии полного умиротворения, удовлетворив свое желание начать развивать чудесный целительский дар, которым он обладал. Однако оба они в глубине души беспокоились о том, что будет, когда они расскажут кому-то о нашей с ними встрече.

Такие страхи главным образом обусловлены нашим воспитанием относительно того, что есть «зло», и попытками перейти от общепринятого к самостоятельному мышлению. Подобный переход усиливает экстрасенсорные и интуитивные способности десятикратно; это десятикратное усиление обусловлено прочищением внутренних энергетических каналов и формированием естественной уверенности в себе. Большинство людей, посещающих курсы экстрасенсорного развития, которые я провожу уже много лет, отмечали, насколько их способность к самореализации увеличилась, стабилизировалась и стала результативной благодаря активному включению экстрасенсорных способностей.

Самым положительным моментом, который я отмечала как у себя, так и у других, явился переход на уровень духовного мышления. Духовное мышление объединяет все убеждения религиозного свойства и представления о Боге или источнике жизни. Духовные убеждения подразумевают понимание того, что никто не существует отдельно от других и не может считаться особенным или проклятым из-за каких-либо религиозных представлений, навязанных нам. Одухотворенные люди, как правило, приятны и доброжелательны в общении,

они не занимаются критикой и предвзятыми рассуждениями. Это вовсе не свидетельствует о том, что они лишены обычных человеческих недостатков, — они попросту более осведомлены о том, как негативное воздействие сказывается на других. Перегруженность предрассудками порождает озлобленность, накапливается и разрушает изнутри. Однако легко сказать: «Просто отбросьте прежние предрассудки, которые ограничивают вас», и большинству людей для подобного раскрепощения требуется помощь; иногда это может быть целенаправленная работа с психотерапевтом, другие же приходят к этому через стадии «раскрытия».

Находиться в атмосфере духовных мероприятий, таких как праздники единства разума–тела–духа, очень приятно. Посетители таких мероприятий, как правило, очень умиротворенные люди, ищущие единомышленников; они проводят на таких праздниках весь день, наслаждаясь атмосферой тонкого общения.

Кроме того, во многих духовных текстах говорится о том, что наши сверхчувственные способности раскрываются, развиваются и оттачиваются по мере того, как мы избавляемся от ограничивающих нас убеждений и склонности цепляться за прошлый опыт. Я убеждена в том, что так оно и есть. На своих занятиях я вижу, как большинство людей переходят с чисто экстрасенсорного уровня на уровень единения духовного и сверхчувственного; с этого момента их врожденные задатки невероятно усиливаются, и они демонстрируют удивительную точность, так как «эго» в них больше не доминирует, а существует в симбиозе с духовным измерением чистой мысли, — тогда экстрасенс или ясновидящий способен интерпретировать информацию уверенно, а не просто следуя указаниям своего эго, которое, возможно, более заинтересовано в том, чтобы угодить или трактовать информацию предвзято.

Пример одного моего друга может служить иллюстрацией вышесказанного: он действительно одухотворенный человек, который лишь недавно признал свое сверхчувствен-

ное начало. Ему трудно принять концепцию сверхчувственной реальности, вследствие сугубо логического характера его работы. Он порой неосознанно произносит интересные сентенции, объединяя шестое чувство с чистой мыслью, которая проникает в его сознание. Он не дает оценок, но благодарно делится полученной информацией; его мысли оказываются очень простыми, однако ошеломляющими, и глубоко трогают людей.

И наоборот: я знаю одну женщину, очень хорошего медиума, которая не потрудилась для развития духовной стороны своей натуры и теперь столкнулась с трудностями в области толкования посланий, которые она получает. Проблемы и неурядицы в ее жизни, с которыми ей нелегко справиться, говорят о том, что ее толкования искажаются ее собственными воззрениями и страхами. Она признает, что в последнее время замечала нечто подобное, и упорно работает над собой, чтобы изменить эту ситуацию.

Многие испытывают страх при мысли, что могут истолковать послания неправильно или спроецировать собственные проблемы на других, передавая им послание. Этот страх — здоровое явление на ранних стадиях развития, и свидетельствует о том, что человек сознает возможную ограниченность своих способностей. Такие страхи быстро убывают при сознательном стремлении разобраться с собственными проблемами. Все мы несем свое бремя в жизни — это неотъемлемая часть человеческого существования; как только мы начинаем замечать этот груз и решаем сбросить ношу, мы не только облегчаем себе жизнь, но и можем разобраться с бременем других людей и помочь им сбросить его.

Когда я не знала, куда податься со своими паранормальными переживаниями и все более настойчивым присутствием бабушки, я на несколько месяцев затихла, стараясь занимать себя чем-нибудь и забыть. Я продолжала жить своей жизнью; однажды на работе, выполняя скучное задание по введению данных, я заметила, что предугадываю информацию, которая

должна поступить, и ввожу данные до того, как получу их. Убежденная в том, что это всего лишь еще одно совпадение, я совершила несколько телефонных звонков и почему-то спрашивала клиентов о продуктах, которые еще не были выпущены. Один из них спросил меня: «Хейди, ты что, ясновидящая? Эта информация еще не распространялась, как ты об этом узнала?» Естественно, ответить мне было нечего, лишь еще более усилилось мое недоумение.

## Недоумение

Многие из ярких сверхчувственных переживаний родом из детства либо обусловлены возрождением способностей, имевшихся в детстве. Например, многие дети невероятно чувствительны к словам, которые произносят взрослые, и очень тонко чувствуют вложенный в них смысл. Ребенком я полагала, что всем известно, что люди далеко не всегда говорят то, что думают, и никак не могла понять, почему кто-то верит словам человека, который думает совершенно противоположное. Это приводило меня в полное недоумение! Я также умела с точностью предсказывать поведение других людей и вести себя соответственно. Осторожно, чтобы никто не заметил, я исчезала, растворяясь в своем внутреннем мире, где было тихо и спокойно; внешний мир видел во мне замкнутого и ранимого ребенка, который избегает общения.

Я убеждена, что многие люди, от рождения обладавшие глубокой интуицией, переживали в детстве то же самое: их воображаемые друзья, которых многие принимают за плоды фантазии, на самом деле люди из мира духов, устанавливающие дружеские отношения с сознанием детей, еще не «испорченным» логикой, недоверием и предвзятостью. Помню, моя сестра в детстве часами играла со своей воображаемой подругой Марджери, и помню ее чудный детский голосок, которым она говорила с Марджери, смеялась и хихикала. К сожалению, теперь она этого уже не помнит: логика учебы,

работы и жизни взяла верх над мистической и волшебной сферой ее воображения. Так и многие другие люди стесняются позволить этой части себя снова пробудиться, им недостает доверия к ней, им проще оставаться в рамках ежедневных задач и обязательств. Почему? Неудивительно, что наше общество так стремится уйти от действительности.

После тех странных «совпадений» на работе я пришла домой и стала искать телефонную книгу; я была в полном недоумении, а объяснений не находилось, так что я стала искать адрес какой-нибудь спиритуалистической организации. Я решила, что просто приду туда и буду наблюдать, что происходит: как и большинство людей, я побаивалась того, с чем могу столкнуться, возможного надувательства. А что если я услышу нечто, чего мне слышать не хотелось бы? Или еще хуже — что скажет моя мама?

В телефонной книге оказалось нелегко найти спиритуалистическую организацию, не говоря уже о ком-нибудь, кто мог бы объяснить, что со мной происходит. В конце концов я нашла одну такую церковь за много миль от того места, где я жила. Уже готовясь набрать ее номер, я вдруг услышала очень громкий голос, который сказал: «Нет, подожди». Испугавшись, я исполнила приказ и отложила в сторону телефонную книгу.