

▾ <b>I. Техника Трансерфинга</b> . . . . .	7
Выбор цели . . . . .	7
Исполнение заказов . . . . .	27
Интенсивность слайда . . . . .	46
Очистить намерение от желаний . . . . .	51
Куда переставлять ноги. . . . .	58
Снизить важность или смириться? . . . . .	66
▾ <b>II. Я себе надоел</b> . . . . .	76
В тупике . . . . .	76
Все очень плохо . . . . .	80
Я — никто. . . . .	86
Загоняю себя в одиночество . . . . .	96
Сказка об Одиночестве . . . . .	106
▾ <b>III. Жизнь вдвоем с собой</b> . . . . .	122
Научиться быть одной . . . . .	122
Научиться быть собой . . . . .	132
Любить себя — это как? . . . . .	140
Я это Я! . . . . .	152
Я у себя одна . . . . .	158
▾ <b>IV. Жилетка</b> . . . . .	169
Семейное зеркало . . . . .	169
Любовные капканы . . . . .	179
Больше не влюбляться! . . . . .	189
Не прощу! . . . . .	199

▼ <b>V. Трансглиюки</b> . . . . .	205
Душа компьютера . . . . .	205
Саи Баба че сказал? . . . . .	212
Карму отменили! . . . . .	222
Я схожу с ума? . . . . .	228
▼ <b>VI. Трансотношения</b> . . . . .	233
Помочь близким людям. . . . .	233
Мудрые безобразники. . . . .	239
Внебрачные связи. . . . .	245
Насильственный слайдинг . . . . .	254
Это нормально? . . . . .	260
▼ <b>VII. Это работает?</b> . . . . .	267
Я знаю правила игры! . . . . .	267
Изменения в жизни. . . . .	274
Мое открытие . . . . .	283
Можно жить легко! . . . . .	288
Действительно работает . . . . .	296
▼ <b>Благодарности</b> . . . . .	323

**ВЫБОР ЦЕЛИ****Разум**

Когда танцует танго Танголита... Законом служит ее каприз...

**Душа**

Что это ты там напеваешь?

**Разум**

А вот, послушай:

В стране чудес,  
Где моря плеск,  
Где страстной неги полна  
Ласкает волна кораллы.  
Нежна, стройна,  
Цветет она,  
Как дикий яркий цветок  
Раскрыт лепесток купалы.

В те дни, когда танцует Танголита,  
Все мысли кружит любовный бриз.  
Для тех, кого ласкает Танголита,  
Законом служит ее каприз.  
Сегодня о тебе она мечтает,

А завтра даже видеть не желает.  
У ног твоих весь мир, о Танголита,  
О Танголита, толпы кумир\*.

#### ↓ Душа

Ишь ты, какая взбалмошная и капризная девка! Сегодня она мечтает, а завтра, понимаете ли, и видеть не желает! У меня есть другой персонаж, серьезный и ответственный:

Когда торцует фланец Бронхолита...

#### ↓ Разум

Хрю-хрю-хрю, какая еще Бронхолита?

#### ↓ Душа

Ну, такая, болезненного вида девушка в рабочем комбинезоне, однако с ней лучше не связываться.

#### ↓ Разум

А что за фланец?

#### ↓ Душа

Обыкновенный фланец, стандартный, ГОСТ АГА-08-650980356-1769668668077-96450-0565-УГУ.

#### ↓ Разум

А что она делает?


---

\* Ария Танголиты из оперетты Пала Абрахама «Бал в Савойе».


 Душа

Вот заладил: а что, да а что. На торцевальном станке работает. Фильтруй базар.

Когда торцует фланец Бронхолита,  
Железных стружек кружится фриз.  
Для тех же, кто мешает Бронхолите,  
Законом служит ее сюрприз.  
Она четыре нормы выполняет,  
Любовные утехы презирует.  
Почет тебе и слава, Бронхолита,  
О Бронхолита, получишь приз.


 Разум

Интересно, а что у нее за сюрприз?

 Душа

А вот как торцанет фланцем по башке, тогда узнаешь.  
Давай лучше смотреть сновидение.



 **Monada:** Да, и все-таки о выборе цели. Я не говорю о таких целях, как разбогатеть или получить что-то. Я имею в виду, как правильно определить СВОЮ единственную профессию или Дело, которое приведет к единству души и разума. Вот думаю над этой проблемой уже несколько лет и не чувствую ни к чему вдохновения. На данном этапе своей жизни решила, что сейчас для меня самое важное — научиться хотя бы большую часть дня действовать осознанно, учиться принятию и прощению себя и других людей и событий, безусловной любви к себе и к этому миру, контролировать свои мысли и эмоции, быть Здесь

и Сейчас и избавиться от чувства собственной важности, вины и разных страхов, которые, казалось бы, после многих лет изучения эзотерики, КК, Симорона и иже с ними должны уже исчезнуть навсегда. А вот цель, главная, любимая и желанная, ну никак не вырисовывается.

▼ **Tucker:** Может быть, именно осознанность и принятие помогут тебе определить свою цель. Сам бы я использовал такой способ поиска своей профессии — просто интересовался бы всякими разными вещами, благо Интернет под рукой, можно все найти, наверняка что-нибудь да интересует, какая-то область выделяется, ведь так?

▼ **Andrzej:** А может быть, нам никак не удастся обнаружить Свой путь, потому что мы давно уже на нем? ;-) Нет соблазнов в стороне, потому что все уже здесь, в руках?

Вот скажи, Monada, ты в чем-то по-крупному, основательно, несчастна и не удовлетворена (бытовые и прочие мелочи не в счет)? Променяешь какую-нибудь часть своей нынешней жизни на что-нибудь другое?

▼ **Гость:** Хочу поделиться прикольной информацией. Вчера, лазая по Интернету, я случайно наткнулась на интервью Арнольда Шварценеггера... Тогда он был еще совсем никому не известен (только в кругах «Мистер Олимпия»). Так вот, у него спрашивают:

— Кем вы видите себя через два года в будущем?

Он ответил:

— Я буду первым человеком Голливуда и буду получать самые большие гонорары.

Репортер офигел и говорит:

— Как вы думаете этого достичь?

— Это очень просто, ты должен всего лишь представить, что это у тебя уже есть.

Мне кажется, что А. Шварценеггер — уникальный человек, он добился успеха во всех начинаниях. Если честно, то я была в шоке, он говорил словами из Трансерфинга, плюс, я думаю, что через парочку лет он станет вообще

президентом Америки, если ему это будет нужно. Вот такой прикол по поводу цели жизни.

▼ **Monada:** Ребята, большое спасибо всем, кто мне ответил! Я давненько не была на форуме, так как был (еще не совсем прошел) период очередной депрессии. Вот уж действительно, полная фигня, у всех это проходит по-разному, у меня очень хреново. В этот период и речи не может быть ни о выборе цели, ни о позитивном слайде, а намерение только одно, нет два. Первое: закрыться, уйти, спрятаться ото всех, и второе: перестать жить. И не хрена не работает ни Трансерфинг, ни Симорон, никакие техники. Извините за пессимизм, но я пока не ОК.

▼ **Ландыш:** У тебя вроде и ник красивый, и такой полезный... включи Смотрителя и наблюдай со стороны за своей депрессией... и увидишь, что чувство собственной важности у тебя раздуто до предела — и все-то не так и не потвоему, и как же меня, такую красивую, не любят и т. п. и т. д. А вот Смотритель тебе и покажет, как себя вести... но ведь просто остаться и в состоянии депрессии, и получить от этого удовольствие... и не Симорон тут и Трансерфинг виноваты... а твое отношение ко всему происходящему.

▼ **Monada:** Я, правда, в тот момент о Трансерфинге и о Смотрителе, и Собственной важности не думала, но легче мне стало сразу, когда я на себя посмотрела как бы со стороны и попробовала говорить и описывать свои действия в третьем лице (это одна из Симоронских практик) или, другими словами, я таки включила Смотрителя!!! И, верите или нет, но это сработало, я сразу поняла, что заигралась в свою депрессию, поняла иллюзорность этой фигни. Это, правда, первый раз получилось, а раньше я подолгу не могла выбраться из этой жуткой черноты.

▼ **Leshiy:** Хорошо выбирайте свои цели. И несколько раз подумайте, прежде чем загадывать. Исполняется-то многое, но надо ли это на самом деле? После исполнения своих

некоторых «заветных» желаний (осуществление которых делалось уже техниками Трансерфинга) оказалось, что они не так уж и хороши. Хотя издалека казалось — вроде как неплохо. Так что несколько раз подумай, один загадай.

А представляете, если, не научившись выбирать себе лучшую судьбу и предугадывать развитие событий, вы станете хорошим трансерфером, у которого время между загадыванием и исполнением минимально. Тогда любая промелькнувшая негативная мысль будет исполняться. Ужас!!!

▼ **Тания:** У меня тоже такой вопрос сначала все время рисовался, а потом на форуме почитала, что, если пока не определен с ОДНОЙ главной целью, тренируйся на маленьких. У меня-то одна большая есть, но сейчас важность малость в весе прибавила, так что пока не похудеет, стараюсь забыть. А для развлечения заказала себе компьютер новый, причем четкие сроки поставила — через две недели... в порядке бреда (ну, нереально, да и нужды не было). Через неделю ломается мой комп, и совершенно случайно у друга на продажу имеется новый... деньги потом. ))) Так что щелкаю по новой клавише и думаю с повизгиванием: «А ведь действительно работает!!!»

▼ **Arta:** Ммммб, я тоже хочу что-нибудь нереальное...

▼ **Янгел:** Как это нереальное?! Очень реальное!

▼ **Arta:** Ну хорошо. Реальное. До 14 февраля.

▼ **Янгел:** Как скажешь, дорогая.

▼ **Arta:** Не знаю. Ой, не знаю, может, все-таки завышенная важность и... всякое такое. Мало энергии...

▼ **Sarina:** Может, мало веры или уверенности?

▼ **Arta:** И вера, и надежда, и любовь — на своем месте... **надежда** — даже слишком... вот и не получается...



▼ **Янгел:** Надежду надо пристрелить. Она не дает верить, действовать, любить.

▼ **Арта:** Подскажите, пожалуйста, где здесь туалет... тьфу, то есть каким оружием?

▼ **Янгел:** Верой, любовью, действием. Иначе они скончались раньше надежды, ты же в курсе, что надежда умирает последней. Вот надежда со всеми-то и расправляется. Это не мои слова, а кого-то из великих. Они мне помогают. **Я надеюсь** — это значит, **ничего не делаю, не думаю, не чувствую, слайды не кручу**. А туалет найди. Именно он тебе нужен?

▼ **Арта:** А моя надежда, наоборот, как-то связана с действием и мыслью... в ТРС мне нравится то, что я не должна бороться, а наоборот — поддаться течению. Так понимаю?

▼ **Янгел:** Тогда это не надежда, а намерение. И это превосходно. Еще и вера. Все получится.

▼ **Арника:** Не поддаться течению, а двигаться **по течению вариантов**. Плюс **чистое** намерение.

▼ **Янгел:** Арника, а как именно ты понимаешь «двигаться по течению вариантов»?

▼ **Арника:** Все дело в координации. Прежде всего, отпускаю жесткий контроль над сценарием. Моему миру лучше знать, каким образом реализуется мое намерение. **Я знаю**, что оно **реализуется**, и не переживаю, что что-то развивается не так, как мне хочется. Принимаю те варианты, которые предлагает мне мой мир. Еще **ни разу** я не пожалела, что именно так поступила. Только удивлялась мудрости своего мира и тому, по каким странным, необычным иногда тропинкам бродит реализация намерения. Если не мешать переживанием... сомнениями...

▼ **Shere:** Поиск своей цели — это самый сложный вопрос в Трансерфинге. Зеланд описывает свою цель как волшебную дорогу, когда ты двигаешься к своей цели через свои двери, то абсолютно все в твоей жизни складывается замечательно. Но как же ее найти??? Вопрос остается открытым.

▼ **Pilot:** Вам в самом деле до сих пор непонятно? Посмотрите вокруг, проанализируйте наконец, чем все люди занимаются, начиная с самого детства? Правильно, И Г Р А Ю Т.

▼ **Ко:** Значит, цель — найти СВОЮ игру?!

Потому что (сужу по себе и по близким людям) хоть все вокруг и играют, но чаще всего (слабо сказано) играют нами (маятники, стереотипы, манипуляторы — не суть...). Игра-то ведется (show must go on), но выбор игры делаем не мы, а за нас.

▼ **Sarina:** Можно еще и так определить свою игру: сядь и подумай, чем тебе теперь интереснее всего заниматься, и не оценивай доходность твоего занятия... Глядишь, и нащупаешь самое то!

▼ **Pilot:** «Понимание атома — это детская игра по сравнению с пониманием детской игры». Альберт Эйнштейн так сказал (играя на скрипке в теорию относительности).

▼ **Arnika:** Перестаньте искать судорожно свою цель. Это, наверное, первое условие, чтобы найти свою цель. Моя цель меня сама нашла, когда я вообще отказалась ее искать и решила жить без жизненной цели, когда я расслабилась, так сказать, в этом плане.

▼ **Shere:** Снизить важность, поставить перед собой цель — найти цель, скоординировать намерение? Я правильно тебя понял, Arnika?

▼ **Arnika:** В моем случае именно так и было. Вот сейчас это и я понимаю, что в начале я поставила цель — найти

свою цель. И с большим старанием и усердием ее искала. А важность у меня снизилась почти до нуля от отчаяния. Я вот только недавно осознала (знала-то я и раньше), какая огромная взаимосвязь между снижением важности и доверием к своему миру.

Один из вариантов поисков цели: дать задание своей душе найти то, чем ей хочется заниматься, и подсказать это разуму. И жить дальше спокойно, без напряжения, зная, что ответ придет в самый подходящий момент. А самому иметь «уши и глаза открытыми». По крайней мере, не забывать, что цель ищем.

▼ **Мария:** А я боюсь поставить перед собой конкретную цель, боюсь разочароваться, если окажется, что мне уже этого не хочется, мешает страх разрушить что-то в жизни. Например, я считаю, что целью жизни каждого человека является найти Любовь, а если ты замужем и у тебя двое детей — тебя останавливает страх потерять то, что с таким трудом создано. А что вы думаете?

▼ **Ландыш:** Таки и нет любви... и что теперь? Дети вырастут... уедут... муж уйдет к другой или сопьется, а ты будешь ждать своей Любви? Терять никогда не страшно... налить новый чай можно только в пустой стакан!

▼ **Killer John:** Не ставь цель жизни, отнесись проще. Не ищи, какую цель поставить, лишь озвучивай их для себя, когда они придут сами. Их не может не быть у человека, который живет с интересом. По-моему, придумывать и ставить себе цели специально — все равно что жить по расписанию, может, в этом и нет ничего плохого, но — это такое занудство!!!!!!!!!!!!

▼ **Михаил:** Мария, Вас обманули! У каждого человека своя **личная** цель (количество не ограничивается). Или Вас все устраивает, и только обидно, что у других, мол, есть цель, а у меня вот нету?