



## ИНТРО

**20** июня 2024 года — дата рождения рукописи этой книги. Прошло 20 лет со дня выхода первых книг о Трансерфинге, которые стали мировыми бестселлерами и помогли улучшить жизнь сотням тысяч людей.

До недавнего времени все шло своим чередом — Трансерфинг как технология управления реальностью работал исправно. Но с 22 декабря 2020 года мы вошли в Новое время. Темная эпоха Рыб сменилась рассветом эры Водолея, и сейчас мы переживаем Переход в Новую реальность.

Это не просто временные вехи. Меняются ритмы планеты, управляющие жизнедеятельностью организма, и сам организм меняется, поскольку та часть ДНК, которая оставалась спящей до наступления Нового времени, начала пробуждаться. Внешне это пока выражается в том, что люди испытывают «качели» — перепады в настроении и самочувствии.

Новая реальность имеет свои особенности. Открылось окно возможностей — управлять внутренними и внешними процессами силой своего намерения. Это значит, в Новой реальности мы способны управлять тем, что внутри и что снаружи — своим организмом и своей реальностью. Мы и раньше могли, но сейчас эта способность значительно выросла.

Вместе с тем выросла и стена препятствий, которую мы создаем себе сами, своей «битвой» с текущей действительностью, а также с самими собой.

Нужно прекратить сражаться с прошлым, где вы наделали ошибок, прекратить сражаться с настоящим, где вы делаете ошибки. Устремиться всем вниманием в будущее. Но также прекратить сражаться и с будущим, которое, быть может, несет проблемы, но которое еще не наступило. Следует задавать свое будущее наперед. Это возможно.

Если с техниками управления реальностью у вас что-то не получается, скорей всего, это означает, что вы в своей реальности по всем поводам воздвигли горы важности. Вам может казаться, что это не так, ведь вы знаете Трансерфинг. Но вы его знаете и применяете как бы «во сне». Не просыпаетесь, когда используете техники. Или вам кажется, что вы проснулись, а на деле функционируете как бессознательный персонаж кинокартины, по некоему сценарию.

Да, вы знаете принципы Трансерфинга, но забываете их применять в нужный момент — у вас проблемы, вам «не до этого». В ситуации вы забываете даже самих себя. Потом задним числом вспоминаете, но уже поздно. И так повторяется постоянно, бесконечно.

Для того чтобы использовать Трансерфинг в реале, необходимо научиться пробуждаться в сновидении наяву. Например, как только вас что-то раздосадовало или что-то не ладится — просыпаетесь и смотрите, где и в чем у вас важность, и намеренно сбрасываете ее. Уберите эти свои горы и спокойно шагайте по равнине.

В жизни все как в сновидении. Если вас мучают кошмары, проснитесь во сне и управляйте им. Если вы решите, что будет легко, значит, будет легко. А если решите, что тяжело — значит, будет тяжело. Все просто ведь. Что выбираете, то и получаете.

Однако именно сейчас, в период Перехода, сновидение наяву усугубилось — стало более вязким, усыпляющим. Недаром многие жалуются на спутанность сознания и неспособность сосредоточиться. В таких условиях умение просыпаться во сне наяву выходит на первый план.

**А дальше — чтобы задать свою реальность, тоже, именно сейчас, в большей степени работает даже не намерение, а состояние.**

Вы получаете лишь то, чему соответствуете. Например, если состояние, в котором вы пребываете, не соответствует достатку и процветанию, вы это не получите. Значит, надо уметь управлять не столько реальностью как сновидением наяву, сколько собой, своим состоянием.

А чтобы всего этого достичь, надо что-то делать с собой. Поэтому если раньше был «Трансерфинг реальности», то теперь нужен «Трансерфинг себя».

(Хотя и классический Трансерфинг, конечно же, не отменяется.)

К счастью, Новое время не только предъявляет вызовы, но и предоставляет возможности. До сих пор шла речь об осознанном сновидении наяву. Наяву мы просыпаемся как личность, как одно из наших воплощений в этой жизни. А как насчет того, чтобы пробудиться в том, что стоит над всеми этими воплощениями — в своем высшем Я?

Мы самоидентифицировали себя со своим телом и разумом, своим аватаром. Но мы есть нечто большее, чем привыкли считать. Это наш Дух, который всегда находится рядом с нами — позади нас и над нами.

Во сне отправная (опорная) точка известна — это явь, откуда мы сюда «заснули» и куда можем вернуться. Наяву — неизвестна. Мы не помним, из какой прошлой жизни попали в эту жизнь.

Но если научиться выходить на свою «нулевую точку», на точку своего Духа, то можно обрести опору для пробуждения в реале, а также для управления собой. Точка Духа — это и есть исходный пункт, куда можно вернуться из сна наяву. Поэтому пробуждение в Духе — высшая степень пробуждения.

Каждый из нас может признаться, что в повседневности действует на полуавтомате, на автопилоте. Во сне у меня сознание персонажа — оно как бот, когда я сплю наяву. Когда же я просыпаюсь, оно становится моим, живым.

Из состояния Духа я наблюдаю за действием и одновременно участвую в нем. Наблюдаю из какой-то

точки позади и сверху — оттуда, где находится мое собственное сознание, а не «персонажное».

В условиях, когда сильнее работает не намерение, а состояние, я могу войти в состояние Духа как Владельца моего аватара и моей жизни, и из этого состояния действовать свободно и сильно. Выключить режим мятущегося разума (бота) и перейти в режим осознания. И даже не думать, а действовать из состояния Духа. Жить из состояния Духа.

Потому что, когда я <в Духе> — в прямом смысле, — я обретаю ту самую Силу Духа, которая позволяет мне очень многое:

- ◆ Свободно управлять собой.
- ◆ Избавляться от своих важностей, комплексов и деструктивных программ.
- ◆ Выбирать свои истинные цели и добиваться их.
- ◆ Действовать эффективно в различных сложных ситуациях.
- ◆ Создавать свою реальность в слое своего мира.
- ◆ И еще многое другое.

Например, как принять себя со всеми своими недостатками, как полюбить себя? Во сне наяву, когда я «не в духе», — очень сложно, если вообще возможно. Но если я просыпаюсь и осознаю, что я нечто большее, чем вот этот мой аватар, что я мощный Дух, у которого множество великих воплощений в прошлых жизнях, тогда я наконец понимаю, что мне есть за что себя уважать. И вот эту мою жизнь, если она мне кажется неудавшейся, я могу поднять на новый уровень из состояния своего Духа. Я все могу.

Таким образом, объединившись с собой, или вернувшись к себе, вы обретаёте Себя настоящего.

Сейчас, в Новом времени, открылась доступная для среднего, «непродвинутого» человека техника контакта со своим Духом и входа в то, что мы называем <состояние Духа>. То есть стало известно, как это конкретно осуществить.

Но и это еще не все. В условиях Перехода отворилось уникальное окно возможностей, когда деградацию и старение организма дозволено обратить в возрождение и развитие. Буквально в регенерацию и даже эволюцию. Организм знает, что такое стало возможным, и очень этого хочет. Ему нужно только помочь. Пробуждение спящей ДНК будет этому способствовать.

Время Перехода такое, что об этом можно попросить — и получишь. Попросить означает не обычную просьбу, а твердую решимость иметь и действовать. Как действовать — вы узнаете. Об этом вся книга.

«Трансерфинг себя» не является продуктом «разработки разума». Ключевые моменты Нового Знания пришли в уже готовом виде по каналу из информационного поля. Впрочем, как и классический «Трансерфинг реальности». Работа заключалась в том, чтобы все сформулировать, свести в единую систему и проверить на практике.

Критерием истинности и гарантией того, что ничего не выдуманно, служит практический опыт первых читателей. Новые техники публиковались в соцсетях и тестировались живыми людьми. Книга так и построена: сначала теория, потом практика и сразу отзывы о том, что все действительно работает и приносит плоды.

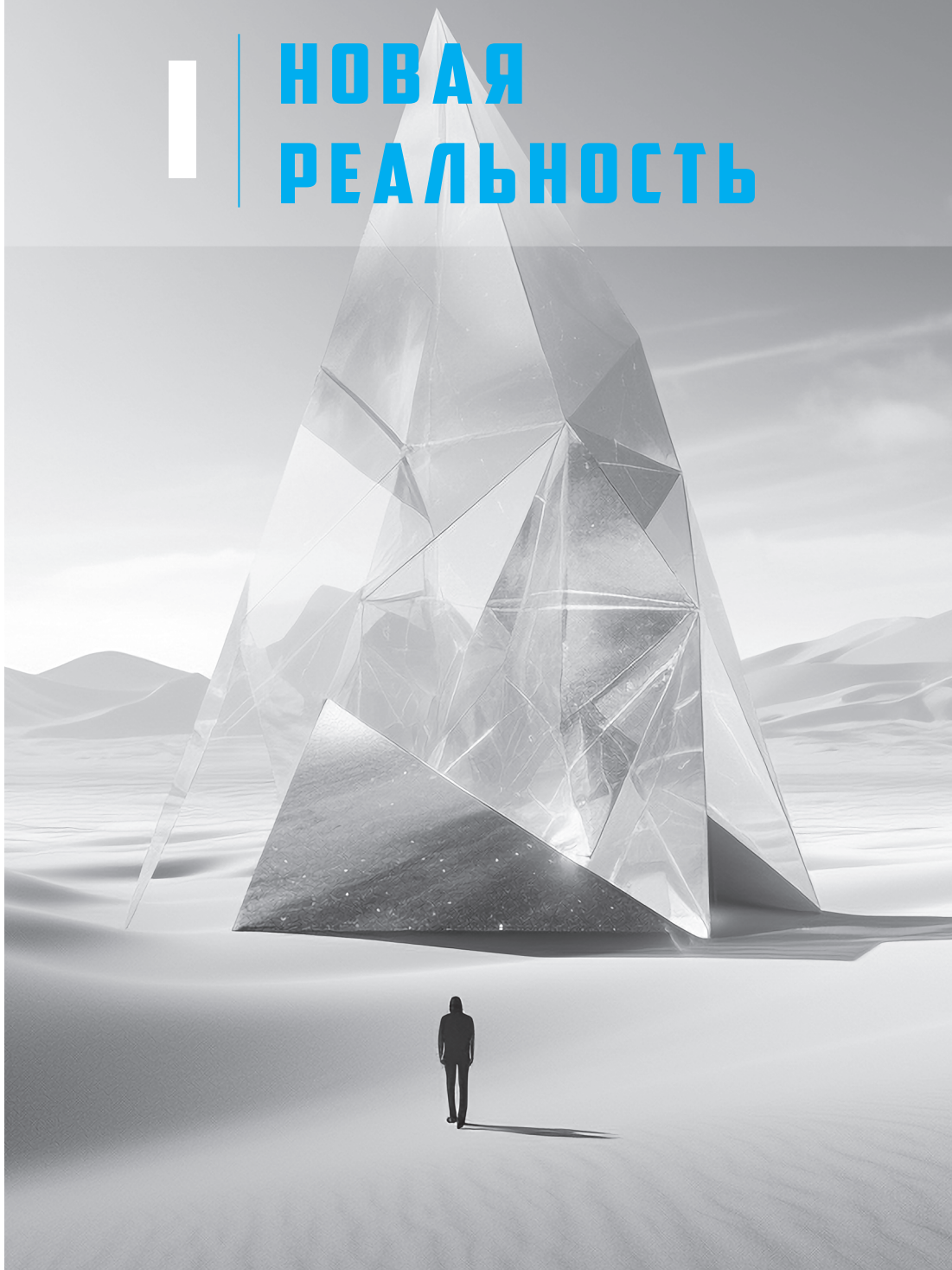
Отзывов было очень много, все с собой не забрать. Я старался включать их в текст дозированно, чтобы не перегружать книгу. Но, наверное, отзывы — самое ценное, что есть в книге. Потому что они служат реальным подтверждением всего написанного. А еще потому, что читатели как первопроходцы внесли свой значительный вклад в доработку техник, доведение их «до ума».

И конечно, отзывы первопроходцев — это не только подтверждение, но и вдохновение для следующих читателей. Надеюсь, вас они тоже вдохновят. Как, например, вот этот:

*«Я могу менять свою реальность, я могу все, я распознал, КТО Я».*



# НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ









## НОВЫЙ УРОВЕНЬ

**Н**овое время со своим приходом сразу принесло два новых смысла в то, что мы называем «технологией управления реальностью» — в Трансерфинг.

**Первый: ВЫ САМИ ВЫДУМАЛИ СВОИ ПРОБЛЕМЫ, ОНИ НЕНАСТОЯЩИЕ.**

Звучит неубедительно? Кто-то может возразить: «Как это я выдумал? Не я придумал свои проблемы — они реально происходят. И они самые что ни на есть настоящие, потому что мне реально плохо».

С другой стороны, можно согласиться с тем, что вы **НАЖИЛИ** свои проблемы. Это действительно так, в той или иной степени. Но почему все-таки выдумали, и почему они ненастоящие?

Станет понятно, если сравнить сон и явь. Во сне вы с головой погружаетесь в происходящее и беспомощно

варитесь во всем этом, даже если творится нечто ужасное и невообразимое. Вы верите, что все это реально, соглашаетесь, что это все по-настоящему, но ничего не можете поделать, поскольку себя не осознаете, а просто барахтаетесь в этом «момента здесь и сейчас». Момент реален? Для вас да, потому что вы спите и верите во все это. И потому вы целиком во власти данного сценария — ВЫ САМИ ЕМУ ОТДАЛИСЬ.

Однако наяву все происходит абсолютно аналогично. Как НАДУМЫВАЕТСЯ проблема? Примерно как развивается сюжет фильма. Вы входите в любую жизненную ситуацию как в сновидение или фильм и постепенно раздуваете все, что там происходит. Вас ведет сценарий, но вы сами активно участвуете в его написании: да, дела идут все хуже и хуже, констатируете вы.

Вот случилось что-то неприятное. Вы досадуете. Что будет дальше? По логике, ничего хорошего. Надо что-то делать, что-то решать! И вы погружаетесь в это сновидение наяву, и варитесь в нем точно так же, как во сне.

Проблема стала реальной, да, но создана была искусственно, умозрительно, вашим «логичным» умом. А коли так, если проблема просто выдумана, нельзя ли ее так же «придумать» обратно, сдуть? Можно, если ПРОСНУТЬСЯ И УВИДЕТЬ, насколько она эфемерна. Ведь она была сначала выдумана, а потом уж стала реальной.

Вы все-таки взгляните на свою проблему с этой точки зрения. Примите за аксиому, что наяву происходит, по сути, все то же сновидение. А вам нужно

лишь проснуться во сне, осознать, что это сон, и заняться ОСОЗНАННЫМ СНОВИДЕНИЕМ НАЯВУ.

Вот это действительно новый уровень — проснуться и увидеть все ясным сознанием: себя, происходящее, проблему. Задать желаемую себе реальность несложно — раз плюнуть. Сложнее всего — ВОССТАТЬ ИЗ СНА НАЯВУ. Но вы поймите и сделайте это.

**Второй смысл: ВЫ И САМИ  
НЕНАСТОЯЩИЕ, СЕБЯ СЕГОДНЯШНИХ  
ВЫ ТОЖЕ ВЫДУМАЛИ.**

Вы сами нахлобучили на себя кучу всякого тряпья — слоев себя, «никуда не годного». Надо прокрутить назад свою жизнь. Когда-то вы были настоящие — сильные и свободные, весь мир вам казался доступным, ВАШИМ. И вы сами были СОБОЙ.

Это могло быть в детстве или юности. Вспомните себя в тот момент, как это было, когда вам казалось, что нет преград и вы способны на все. А потом началось... С каждой неудачей вы все больше утверждались в мысли, что мир не так податлив, а ваши возможности весьма ограничены.

Со мной происходило все то же самое. Бывали моменты СОСТОЯНИЯ, КОГДА ВСЕ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ХОРОШО И ДОСТУПНО. А потом оказывалось, что все не так и все не просто. Но теперь я вижу, что оно НЕ ОКАЗЫВАЛОСЬ, а КАЗАЛОСЬ. И это все были лишь мои придумки, которые я на себя нахлобучил, добровольно и глупо. В то время я понятия не имел, что могу задавать свою реальность, какую хочу.

А как бы было, если бы я был настоящим, и если бы не выдумывал себя и свои проблемы? Проблем бы не было, а я был бы свободным и сильным. В таком случае, не пора ли **ВЕРНУТЬ СЕБЯ СЕБЕ?**

Классический Трансерфинг лишь отчасти помогает управляться со своей жизнью. Но пришло время выходить на новый уровень. **ВОЗМОЖНО ВСЕ, ЕСЛИ ВЫ — НАСТОЯЩИЕ.**

Для этого требуется, опять же, **ПРОСНУТЬСЯ И ВСПОМНИТЬ СЕБЯ**, какие вы есть **НА САМОМ ДЕЛЕ.**

Могли бы вы ответить на один простой и в то же время нетривиальный вопрос: **КТО ВЫ?** Не в поверхностном смысле, как о вашем происхождении, занятии или социальном статусе, а поглубже — что или кто стоит за всем этим.

Нет, вы, конечно, смутно сквозь сон соображаете, кто вы есть, но не совсем. Все-таки, кто вы, какие вы настоящие? А не те, с наслоением всевозможных проекций и личностных установок, которые накопили за всю жизнь.

Тот же вопрос задают Итфат и Матильда гламрокам в книге «Жрица Итфат». Те забыли самих себя в сновидении и надумали, что они манекены и смысл их жизни в том, что они должны читать какие-то «бредни». Гламроки не смогли ответить на этот вопрос до тех пор, пока их не заставили самих себя спрашивать: **КТО ЖЕ Я?** Только тогда они вспомнили себя настоящих.

Аналогично Кошиса всем обитателям мета-реальности задавала похожий вопрос: **ВЫ СЕБЯ**

**ЗНАЕТЕ?** Персонажи сновидений ответить не могли, а очень злились и всячески увиливали от ответа. Почему? Потому что во сне себя не осознаешь и не помнишь. Как и в сновидении наяву — точно так же. А как это я могу себя не осознавать и не помнить?

Такое неопределенное состояние беспокоит и тревожит, поэтому от него хочется убежать, спрятаться под маской некой личности, которую сам для себя изобретаешь, но которой не являешься, и отчего смутная тревога так и не проходит.

В общем, тема эта достаточно обширна, а задача проснуться, вспомнить себя и стереть свои проблемы — дело тоже не сиюминутное. Условия задачи, конечно, выглядят радикально: что, дескать, и проблемы ваши ненастоящие, и сами вы ненастоящие, да и кто вы вообще... Зато и решения будут радикальными, так что вскоре все прояснится. Но обо всем по порядку.

### Резюме

Вы сами выдумали свои проблемы, они ненастоящие.

Во сне вы с головой погружаетесь в происходящее и беспомощно варитесь во всем этом, даже если творится нечто невообразимое.

Вы верите, что все это реально, соглашаетесь, что это все по-настоящему, но ничего не можете поделать, поскольку себя не осознаете.

Вы входите в любую жизненную ситуацию как в сновидение или фильм и постепенно раздуваете все, что там происходит.

Вас ведет сценарий, но вы сами активно участвуете в его написании: да, дела идут все хуже и хуже, констатируете вы.

Проблема стала реальной, но создана была искусственно, умозрительно, вашим «логичным» умом.

Выдуманную проблему можно так же «придумать» обратно, сдуть, если проснуться и увидеть, насколько она эфемерна.

Мы будем заниматься практиками осознанных сновидений наяву.

Вы и сами ненастоящие, себя сегодняшних вы тоже выдумали.

Когда-то, в детстве или юности, вы были настоящие — сильные и свободные, весь мир вам казался доступным, ВАШИМ. И вы сами были СОБОЙ.

Но потом в течение жизни навешали на себя множество деструктивных установок, проблем и комплексов.

Пора вернуть себе СЕБЯ.

Нужно проснуться и вспомнить себя, какие вы есть на самом деле. Об этом вся книга.

---



## ГОРА, СДЕЛАННАЯ ИЗ СОЛНЦА

**О**чень важно отслеживать не только свое внимание, в какой сон оно погружено, но и свои деструктивные «надумки» по поводу себя и своих проблем. Отслеживать и сразу в корне пресекать, переводить в позитивные. Постоянно ловить себя: что это я сейчас надумываю? Ведь это воплотится в реальность и станет проблемой.

Активатором (пробуждающим триггером) в данном случае является некая СИТУАЦИЯ, которая вызывает у вас такие чувства, как уныние, озабоченность, тревожность, угнетенность, беспомощность, — **ЛЮБЫЕ НЕГАТИВНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ, КОТОРЫЕ ВЫЛИВАЮТСЯ В ТЯГОСТНЫЕ РАЗДУМЬЯ ПО ПОВОДУ ВАШЕГО ПОЛОЖЕНИЯ И ВАС САМИХ.**

В этот момент вы стоите перед выбором на развилке:



1. Поддаться негативным мыслям и сделать из них деструктивные установки.
2. Пресечь эти мысли и перевести их в позитивное русло.

Похоже на принцип Координации намерения в Трансерфинге? Однако одно лишь знание этого принципа вам не помогает, поскольку вы не умеете вовремя проснуться, чтобы его применить. **Все ваши знания ВООБЩЕ НИЧЕГО НЕ СТОЯТ, если вы пребываете в бессознательном сновидении.**

Вот смотрите: вы можете понимать, что происходит в реальности и с вами, и даже знать, как этим управлять, но это знание вам ничего не дает, потому что понимаете вы лишь задним числом, когда уже все произошло. Глупо, не правда ли?

**ВО СНЕ СИТУАЦИЯ УПРАВЛЯЕТ ВАМИ.** Стало быть, дело не в знании, а в умении проснуться. Поэтому мы займемся техниками **ОСОЗНАННЫХ СНОВИДЕНИЙ НАЯВУ.** Это переход на следующую ступень, когда **ВЫ УПРАВЛЯЕТЕ СИТУАЦИЕЙ, И ГЛАВНОЕ, СОБОЙ.**

Как этому научиться? Практиковать пробуждение по активаторам, пока не войдет в привычку. Если вы не будете отслеживать свое внимание, ваше сновидение наяву никогда не превратится в осознанное.

Об этом мы еще поговорим далее, а пока нужно уяснить одну простую вещь. Сильнее всего погружают в сон **НЕГАТИВНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ** и, как следствие, **НАДУМЫВАНИЕ СЕБЯ И СВОИХ ПРОБЛЕМ.**

В соцсетях «Тафти Итфат» была такая притча о «горе, сделанной из солнца», повторю ее здесь.

«Гостила я как-то в городе Солнцегорске. А назван этот город был так потому, что в его центре возвышалась гора, сделанная из солнца. И заметила я, что его жители, улитки, весь день где-то пропадают и лишь к вечеру возвращаются. И стала я их расспрашивать.

— Как вы, улитки, поживаете, где пропадаете?

— Плохо мы поживаем, прямо мы пропадаем.

— Чем же вы занимаетесь?

— До самого до полудня карабкаемся мы на гору, сделанную из солнца, а потом до самого до вечера оттуда спускаемся. Очень устаем, так и живем.

— И зачем вы туда карабкаетесь?

— Ну как же... так ведь положено, карабкаться на гору, сделанную из солнца.

— Но почему?

— Не знаем, так повелось.

И тогда сказала я им:

— Вовсе вам не надо карабкаться на эту гору, сделанную из солнца.

И тогда удивились они:

— А разве можно? А разве можно?

— Не только можно, но и не нужно. Сидите в своих домиках и занимайтесь своими делами.

— Вот же здорово! Вот же славно! — обрадовались они.

И стало им с тех пор житься-поживаться легко и просто».

## Резюме

Очень важно отслеживать свои деструктивные «надумки» по поводу себя и своих проблем.

Постоянно ловить себя: что это я сейчас надумываю? Ведь это воплотится в действительность и станет проблемой.

Активатором могут служить любые негативные переживания: уныние, озабоченность, тревожность, угнетенность, беспомощность.

Нужно проснуться и тут же пресечь эти мысли, перевести их в позитивное русло.

Все ваши знания ничего не стоят, если вы пребываете в бессознательном сновидении.

Следует практиковать пробуждение по активаторам, пока не войдет в привычку.

---



## ГОРЫ НЕТ

**П**ервые признаки того, что мы входим в Новую реальность, появились 22 декабря 2020 года — планетарные энергии стали другими. Специалисты, кто этим занимается, это увидели.

Темная и трудная эпоха Рыб сменилась обнадеживающей эрой Водолея, как после долгой ночи наступает рассвет. Это не просто временные вехи. Новое время имеет свои особенности. Одна из таких состоит в том, что Загадка Смотрителя в Новой реальности приобретает особое значение и обновленный смысл.

Напомню, как она звучала: «Каждый человек может обрести свободу выбирать все, что захочет. Вот тебе загадка: как получить эту свободу? Если отгадаешь, твои яблоки упадут в небо».

И ответ на нее:

**ВЫ ОБРЕТАЕТЕ СВОБОДУ, КОГДА  
ПРЕКРАЩАЕТЕ СВОЮ БИТВУ.**

Что значит «обрести свободу выбирать все, что захочу»? Здесь имеется в виду достижение цели. Весь Трансерфинг в основном про то, как добиваться своих целей.

Но почему формулировка Смотрителя звучит как «ВЫБИРАТЬ», а не «достигать», «не стремиться», «не гнаться», «не добиваться»? Потому что при соблюдении принципов Трансерфинга цель реализуется намного легче и проще, чем в обыденном опыте. Ваше дело — выбрать цель, как блюдо в меню, а дальше заказ будто сам исполняется.

Обыденный опыт говорит, что так не бывает, яблоки не падают в небо. Однако опыт трансерферов подтверждает, что происходит именно так. Если все делать правильно, в соответствии с принципами, то достижение цели сводится к «походу в киоск за газетой», образно выражаясь. Конечно, все дается не сразу, туда еще дойти надо, и потом, для того чтобы что-то получить, надо что-то отдать или сделать. Но в целом примерно так.

Что же этому мешает? Все, что называется вашей БИТВОЙ на пути к цели. Оказывается, прекратить битву не такая простая задача, поскольку ваша голова загружена шаблонами обыденного опыта типа: все так просто не дается, на всех не хватит, надо много трудиться, все места заняты, денег нет,

а вы и неспособны, и недостойны, а цель труднодостижима и т. д.

В итоге вы занимаетесь не приятной прогулкой в киоск, а тяжелой битвой за газету. Все первые пять томов «Трансерфинга» посвящены тому, чтобы вас уgomонить: да расслабьтесь вы, это ваша газета, она никуда от вас не денется, вы только поймите вот это, да сделайте то — и получите вы свое, успокойтесь только. Но вы все равно не унимаетесь и продолжаете битву. Ведь оно не должно так просто даваться!

Я знаю, как это бывает. Сам всю жизнь занимался битвой и даже сейчас нет-нет да включаюсь.

Так вот, в Новом времени проявились две особенности:

1. Способность и сила вашего намерения значительно возросла.
2. Выросла и стена препятствий, которую вы создаете себе сами, своей битвой.

Битва заключается по большей части в негативном отношении к тому, что вас окружает и с чем вы контактируете. Превалируют примитивные рефлексy: раздражаться, злиться, осуждать, негодовать, тревожиться, выражать недовольство. Как только возникает подобный рефлекс, ваша энергетика и ваши вибрации сразу понижаются.

В достижении целей стена препятствий (битва) зиждется в основном на ВАЖНОСТИ САМОЙ ЦЕЛИ. В чем выражается эта важность:

1. Желание ее достичь и одновременно боязнь неудачи, то есть вожделение.

2. Цель для вас труднодостижима — она требует много денег, непонятно каким образом реализуется, у вас нет способностей, вы недостойны и прочее, и прочее.

**Суть в том, что в достижении целей сейчас ВАЖНЕЕ ДАЖЕ НЕ СИЛА НАМЕРЕНИЯ, А ОТСУТСТВИЕ «ГОРЫ», КОТОРУЮ САМИ ЖЕ СОЗДАЛИ.**

Гора названа так пафосно — «сделанная из солнца», — потому что на самом деле она сделана из важности. Весь пафос — в раздутой важности, он НАДУМАН.

Вы это сами придумали: у меня есть цель, но ее очень трудно достичь. Это гора, на которую надо изо всех сил карабкаться.

И вот теперь совершенно необходимо взять себе другую установку:

< Горы нет, она лишь у меня в голове. Я иду по равнине и спокойно беру свое. Цель достигается легко и просто. Вселенная изобильна, мне все доступно. >

Мыслеформа <ГОРЫ НЕТ> может быть эффективнее настойчивой трансляции намерения «забраться на гору».

Обратите внимание: если ваше намерение долго не реализуется, наверняка вы придумали, что это высокая гора, и карабкаетесь на нее изо всех сил. **УБЕРИТЕ СНАЧАЛА ГОРУ, А ПОТОМ ИДИТЕ ЗА ГАЗЕТОЙ В КИОСК.**

## Резюме

Вы обретаёте свободу, когда прекращаете свою битву.

При соблюдении принципов Трансерфинга цель реализуется намного легче и проще, чем в обыденном опыте.

Этому мешает все, что называется вашей БИТВОЙ на пути к цели.

Ваша битва — это гора, сделанная из солнца: все так просто не дается, на всех не хватит, надо много трудиться, все места заняты, денег нет, а вы и неспособны, и недостойны, а цель труднодостижима и т. д.

В Новом времени проявились две особенности:

1. Способность и сила вашего намерения значительно возросла.
2. Выросла и стена препятствий, которую вы создаете себе сами, своей битвой.

В достижении целей сейчас важнее даже не сила намерения, а отсутствие «горы», которую сами же создали.

На самом деле гора сделана из надуманной важности.

Необходимо взять себе другую установку: < Горы нет, она лишь у меня в голове. Я иду по равнине и спокойно беру свое. Цель достигается легко и просто. Вселенная изобильна, мне все доступно. >



Мыслеформа <ГОРЫ НЕТ> может быть эффективнее настойчивой трансляции намерения «забраться на гору».

Сначала уберите гору, а потом «идите за газетой в киоск».

## Вопросы и отзывы



*«Боже, это же то, что мне надо было услышать!»*

*«Это ооочень смешно: „Убирай гору и иди за газетой“. Мама так в детстве говорила: „Вынеси мусор и сходи в магазин“».*

*«Удивительно то, что Вселенная сама помогает идти к цели, когда ее не торопишь и не давишь, и не страдаешь от того, что пока не дается в руки. Возникают ступенечки, смысл которых понимаешь потом. Главное, вот их не проворонить и хватать эти шансы, которые появляются вовремя, и прямо чувствуешь, что вот тебе надо сюда или сделать именно это. Особенно возникающие внезапно случайности из ниоткуда».*

*«У меня остался только один вопрос: как полюбить себя? Ищу, за что можно полюбить, но нахожу только 3 пункта и при этом 30 пунктов, по которым я далеко не крут».*

**//** В «стационаре» не сможете. Любовь — это процесс на самом деле. Костер либо горит, с подбрасыванием

дров, либо гаснет. Надо заниматься саморазвитием, тогда вам будет за что себя уважать. Только в процессе.

*«Возможна ли реализация цели не с помощью прокручивания слайдов, а используя ощущение того, что цель достигнута, то есть как я себя ощущаю, когда цель достигнута? Ведь бывают абстрактные цели, где слайды применять невозможно. Да и ощущения мне лучше даются, чем визуализация».*

**//** Состояние, в котором вы себя ощущаете, как будто цель уже достигнута, даже сильнее самой визуализации. Вы всегда получаете только то, чему соответствуете. Если ваше состояние пока не соответствует цели, надо крутить слайды, чтобы цель вошла в зону комфорта.

*«В чем разница между „надумывать проблемы“ и „видеть чуточку вперед“, предвидеть?»*

**//** Надумывать — это значит нагнетать важность там, где ее нет. А ее практически всегда нет.



## СЛЕЖКА ЗА НАДУМЫВАНИЕМ

**Р**езюмируем и повторим ключевые мысли из прошлых глав, потому что они действительно ключевые.

Прочтите снова и удивитесь, только сначала проснитесь:

**ВСЕ ВАШИ ЗНАНИЯ ВООБЩЕ НИЧЕГО  
НЕ СТОЯТ, ЕСЛИ ВЫ ПРЕБЫВАЕТЕ  
В БЕССОЗНАТЕЛЬНОМ СНОВИДЕНИИ.**

А во сне наяву вы пребываете постоянно, всегда. Дальше ставим много точек.

Нет ничего сложнее простых вещей, которые лежат на поверхности, но не осознаются.

Вы можете перечитать и переслушать все книги о Трансерфинге много раз и столько же раз воодушевиться: ух ты, я могу управлять реальностью! Но одно лишь знание принципов Трансерфинга вам не помогает, поскольку вы не умеете вовремя проснуться, чтобы их применить.

Вот вы узнали принцип «горы нет». Но стоит вам столкнуться с малейшей проблемой — и вы об этом принципе даже не вспомните, а нагромоздите, надумаете себе гору и станете на нее изо всех сил карабкаться. Стало быть, ДЕЛО НЕ В ЗНАНИИ, А В УМЕНИИ ПРОСНУТЬСЯ.

Сложнее всего проснуться в ситуации, а также в состоянии переживаний.

### ВО СНЕ СИТУАЦИЯ УПРАВЛЯЕТ ВАМИ.

Поэтому нужно заняться техниками осознанных сновидений наяву. Это переход на следующую ступень, когда вы управляете ситуацией, и главное, собой.

### НЕГАТИВНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПОГРУЖАЮТ ВАС В СОН.

Как это прекратить? Отслеживать свое внимание, чем оно занято, какими дурными мыслями. Переживания — это сон, а их отслеживание — пробуждение.

### НАДУМЫВАНИЕ СЕБЯ И СВОИХ ПРОБЛЕМ НАГРОМОЖДАЕТ ВАМ ГОРУ.

Как от этого избавиться? Опять же, отслеживать свое внимание, в чем оно раздувает важность, где искусственно возводит препятствия.

Вы же обращаете внимание, когда человек рядом с вами ходит смурной, и задаете вопрос: что не так? А на себя внимания совсем не обращаете — просто страдаете и варитесь в этом страдании, то есть спите в своем сне наяву. Странно, да?

Так вот, поставьте намерение следить за собой и задавать себе вопросы. В книге «Жрица Итфат» был дан предельно четкий метод: чтобы проснуться в сновидении, нужно задаваться вопросами.

Как только что-то не так, как-то нехорошо, что-то гнетет, как-то некомфортно — **ПОЙМАЙТЕ СЕБЯ И ЗАДАЙТЕСЬ ВОПРОСОМ**: что это вы там себе надумываете? Горы сооружаете? Какого-то события опасаетесь?

В этот момент вы проснулись и овладели — собой и ситуацией. И теперь у вас имеется сразу три решения вашей «проблемы», которая, скорей всего, и не проблема вовсе:

1. Перевести негативные мысли в позитивные.
2. Задать такое событие, какое хотите, желательно с косицей.
3. Сказать себе, что горы нет, и спокойно шагать по равнине.

О косице и управлении событиями — в книгах:

«Тафти жрица. Гуляние живьем в кинокартине»

«О чем не сказала Тафти»

«Тафти жрица 2. Управление событиями»

Если с техникой косицы не знакомы, второй пункт можно опустить — даже два оставшихся вам сильно помогут. Но можно освоить эту технику и прямо сейчас — она описана в Приложении 3. Это совсем нетрудно.

Принцип «горы нет», если вы будете ему следовать, можно считать одной из самых мощных техник Нового времени.

Однако просто сказать себе, что «горы нет» может быть вовсе не просто. По каким причинам — объясняется в следующих главах.

## Резюме

Во сне наяву вы пребываете постоянно, всегда.

Одно лишь знание принципов Трансерфинга вам не помогает, поскольку вы не умеете вовремя проснуться, чтобы их применить.

Дело не в знании, а в умении вовремя проснуться.

Во сне ситуация управляет вами.

Негативные переживания погружают вас в сон.

Надумывание себя и своих проблем нагромождает вам гору.

Поставьте намерение следить за собой и задаваться критическими вопросами: что это вы там себе надумываете? Гору сооружаете?

Как только проснулись по активатору, так сразу нужно:

1. Перевести негативные мысли в позитивные.
2. Задать такое событие, какое хотите, желатель-но с косицей.

3. Сказать себе, что горы нет, и спокойно шагать по равнине.

Принцип «горы нет» можно считать одной из самых мощных техник Нового времени.

---