

# СОДЕРЖАНИЕ

Об авторе .....	5
Введение .....	7
Вместо предисловия .....	8
Глава 1. Оценка ситуации в мире .....	11
Глава 2. Любовь .....	17
Глава 3. Счастье .....	29
Глава 4. Разум и сознание .....	37
Глава 5. Духовный и физический мир .....	41
Глава 6. Эго .....	47
Глава 7. Физическое и духовное здоровье ...	51
Глава 8. Идеальный человек .....	61
Глава 9. Вера как инструмент творения .....	65
Глава 10. Энергия .....	75
Глава 11. Фундаментальные знания .....	85
Глава 12. Удовольствия .....	91
Глава 13. Питание тела и мозга .....	97
Глава 14. Сила .....	103
Глава 15. Страх, стресс, паника .....	107
Глава 16. Психосоматика .....	113
Глава 17. Современная психология .....	121
Глава 18. Деньги .....	125
Глава 19. Искусственный интеллект .....	131
Заключение .....	137



## ОБ АВТОРЕ

**Е**вгений Флейшер — успешный бизнесмен, ментор, коуч и тренер по развитию физически, ментально здоровой личности. Человек, который многого добился как в духовном развитии, так и в бизнесе. С 2008 г. он управляет заводом по производству комплексов средств руководства полетами, радиолокационных систем посадки, а также кодово-электронных блокировок и систем управления железнодорожным движением. Параллельно Евгений тренирует спортсменов и занимается ментальным и духовным развитием обратившихся к нему людей. В этой книге он делится собственными знаниями и опытом миротворения.



# ВВЕДЕНИЕ

**Э**та книга об основах миротворения — что значит творение счастливого мира внутри и вокруг себя. Она дает вам набор инструментов для формирования ощущения счастья. Я написал ее для того, чтобы вы смогли привести свою душу к состоянию любви и пониманию своих истинных желаний.

Проецируя то, что вы прочитаете на этих страницах, на ваши собственные знания, вы сможете скорректировать свое мышление и окружающее вас пространство. Вы измените свое состояние, станете счастливым и сможете творить то, что хотите, — а точнее, именно то, чего хочет ваша душа — в отличие от эго. Эго тоже может сказать: «Хочу». Но эго относится к разуму.

Эго отвечает за рациональное взаимодействие с внешним миром. Душа несет моральные и этические установки, она отвечает за поведение человека.

Разум говорит:

— Надо.

Душа говорит:

— Хочу.

Эго тоже может сказать: «Хочу», но эта информация пройдет через разум. Душа же решает свои вопросы через любовь.

Для читателя любого текста естественно делать по ходу чтения те или иные выводы. В данном случае я попросил бы вас сосредоточиться не на выводах, а на самом процессе чтения. Задача этой книги не в том, чтобы вы сделали какие-то выводы, а в том, чтобы вы естественным путем сформировали новые знания для осознанного мышления и выбрали то, чего вы на самом деле хотите.

С этой и до последней страницы Елена Дока будет задавать мне вопросы о любви, счастье, энергии, удовольствии, стрессе и т. д. — всего 19 тем, значимых для миротворения. Начнем!

# ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

— Почему ты решил поделиться своими знаниями с широкой аудиторией?

— Скажу просто — я осознал необходимость всеобщего творения из любви.

— Как это осознание изменило твою жизнь? Что оно привнесло в твою жизнь — и что оно принесет в жизнь других людей?

— Начну с того, что я понимаю под духовным развитием. Все, что вызывает симпатию, — любая форма или предмет, материальные или нематериальные результаты творчества — соответствует частотам его создателя. Оно повышает скорость принятия решения для эффективного духовного развития. Еще до того, как ты разумом находишь подтверждения тем или иным фактам, ты чувствуешь их. Увидев двух внешне привлекательных людей, ты можешь по-разному почувствовать их еще до того, как начнешь общаться с ними.

Если же ты принимаешь решение, которое не соответствует частоте твоего духовного развития, это создаст новое ограничение, которое впоследствии тебе придется преодолевать.

Поэтому:

---

ДУМАЯ — ЧУВСТВУЙ.

---

— Можно ли изменить ситуацию, которую человек сотворил своим разумом?

— Конечно, можно. Существуют практики, которые помогают изменить настоящее через прошлое, — но для этого твой разум должен находиться во власти души. Найдите реакцию, которая в определенной временной точке прошлого

## *Вместо предисловия*

переродилась в чувство, вызывающее дискомфорт, — и измените это событие, визуализируя его необходимым образом.

Представь, что ты ужинала в ресторане с тремя другими людьми и один из них повел себя неэтично, инициировав негативное событие, вызвавшее цепочку других негативных событий. Убрав этого человека из своих воспоминаний о первом событии, ты сможешь компенсировать и последующие негативные события. Они больше не будут влиять на твою душу. Это один из инструментов для формирования ощущения счастья, которые мы рассмотрим в этой книге.







# ГЛАВА 1

## *Оценка ситуации в мире*

— **Что происходит с людьми в мире? Что им пытаются навязать?**

— Этот вопрос можно разделить на две темы — «Человеческие перемены» и «Глобальные изменения».

Что происходит с человечеством? Человечество пытается перевернуть саму суть мироздания, истину создания мира, Вселенной. Сегодня люди считают, что сначала появилась материя и лишь затем — духовный мир. Это выражается в том, что люди в первую очередь стали работать над достижением материальных целей, считая, что это даст им духовный рост и позволит начать совсем другую, спокойную жизнь.

Это, конечно, обусловлено нашим эго. Я уже объяснил в предисловии, что эго отвечает за рациональное взаимодействие с внешним миром. Фактически это защитный механизм, который защищает нашу душу от агрессии, — но эго работает с материальным миром, и оно использует для защиты материальные вещи. Инстинктивно-примитивный тип мышления заставляет эго добывать для нас материальные блага — так оно понимает свою функцию защиты.

Люди настолько устали от своих переживаний, что пытаются защититься тем, что ограничивают свой духовный мир материальными вещами. Жизнь становится цикличной, мы стараемся заработать больше денег и вознаграждаем себя простыми «удовольствиями». Но материальные вещи не могут привести к чувству полного удовлетворения. Мы тратим свои душевные силы, свое внимание, свои мысли на создание материальных вещей. Так вокруг нашей души, вокруг нашего духовного мира появляются материальные барьеры. Мы добиваемся того, чего мы, как нам кажется, хотели, — но начинаем

страдать, поскольку пренебрегаем самой сутью нашего духовного развития.

Богатые люди часто говорят:

— У меня есть все, но я несчастлив!

Сколько раз ты слышала эту фразу? Это реакция на отсутствие духовного роста. По действиям человека, по его отношению к материальным благам можно понять, развивается ли он духовно и если да, то в каком направлении. Материальный мир является проекцией вектора духовного развития.

**— Все, о чем ты говоришь, мне очень близко. В моей жизни был пример такого человека. В свои 38 лет он достиг высот в бизнесе, построил дом, о котором мечтал, у него была прекрасная любящая жена, двое здоровых и успешных сыновей. Но однажды он сказал мне: «У меня все есть, кроме счастья». Он понял, что материальное больше не приносит ему удовольствия, и стал искать счастье в духовных практиках, занялся буддизмом и медитацией. Однажды он чуть не покончил жизнь самоубийством, решив, что ему будет лучше на том свете. В конце концов он смог реабилитироваться, построил себе небольшой дом в лесу и занялся сельским хозяйством.**

— Все это — стандартные уроки. Он хотел достичь материальных благ, он их достиг. Счастливым его это не сделало, а что ему нужно было для счастья, он не знал.

Чтобы понять, что действительно требуется для счастья, необходимо изменить границы мышления. Но, делая это вслепую, недолго дойти до самообмана, например люди могут пытаться обмануть свой мозг, считая, что им лучше завершить их жизненный цикл. Мозг психически здорового человека не допустит суицида, его программа — регулировать все системы организма для продолжения жизнедеятельности тела, ведь именно тело — храм души. Твой знакомый, пытаясь изменить границы мышления, довел себя до мыслей о суициде — к счастью, его эго смогло защитить его, поскольку именно в этом его функция.

**— Как должен развиваться человек?**

— На этот вопрос нет однозначного ответа. Нет точной инструкции, как должен жить человек. Каждый шаг человека формирует его духовный рост и развитие, и пока человек не осознает этого, он будет идти путем эго, дорогой «удовольствий» и мнимого комфорта.

Я пришел к выводу, что женская душа приходит духовно развитой. Это приводит к тому, что большинство женщин в первую очередь начинают удовлетворять свои базовые потребности, стремясь обеспечить себя до конца своей жизни. Это происходит не потому, что у женщин нет духовных стремлений, наоборот — будучи духовно развитой с самого начала, женщина ничего не знает о материальном. Ее инстинкт — удовлетворить все свои базовые потребности, и это заставляет женщин, например, делать карьеру — или, знакомясь с мужчиной для создания отношений, рассматривать его в первую очередь как возможность решить материальные вопросы. Лишь после этого она начинает заниматься развитием своей души. Пока женщина не удовлетворила базовые потребности, она находится в стрессе и у нее работает эго — как мы уже знаем, это инструмент защиты. И пока женщина находится в стрессе, она не может находиться в любви.

Мужская душа, напротив, появляется духовно менее развитой, ее цель — развиваться. Поскольку женская душа приходит уже духовно развитой, женщина передает эти знания мужчине, который ее понимает. Именно эти знания — основа гармонии, благодаря им мужчина учится применять нераспределенную энергию, которая дана ему изначально. Вокруг богатых мужчин, не имеющих женщины рядом, чаще всего хаос. Их материальное благополучие не дает гармонии, потому что нет женской энергии, нет духовного развития. Безусловно, есть исключения, они есть везде, но встречаются они крайне редко.

---

**ПОКА РЯДОМ С МУЖЧИНОЙ НЕТ ЖЕНСКОЙ ЭНЕРГИИ, ЕМУ  
БУДЕТ СЛОЖНО ОЛИЦЕТВОРИТЬ МАТЕРИЮ С ДУХОВНОСТЬЮ.**

---

Сегодня в мире активно развивается инстинктивно-примитивный тип мышления, оправдание и обоснование рефлексов. Люди привыкли обменивать свою душу на материальные блага и страдать. В конечном счете человек получает не то, чего хочет его душа.

Поэтому лучше научиться искренне оценивать мотивацию и понимать, где наш разум подменяет наши истинные желания, приводя к стагнации духовного развития. А задача человека — духовно развиваться и создавать то, что соответствует его духовному развитию.

**— Можем ли мы как-то аргументировать людям необходимость духовного развития? Например, нашим детям?**

— Мы не можем никому помочь, даже своим детям, пока они сами этого не захотят. Мы вообще никак не влияем на то, какими будут наши дети. Мы можем лишь создать для них определенные условия, в которых они смогут самостоятельно увидеть свои возможности — в соответствии со своим мировоззрением.

Занимаясь гиперопекой, мы создаем для них ложную реальность. «Заботливые» родители часто компенсируют таким образом собственные нереализованные амбиции. Абсолютно искренне думая, что они делают добро, в действительности они создают материальные ограничения, которые будут мешать всестороннему и безусловному развитию души их ребенка.

На самом деле мы являемся в этот мир цельными — и поэтому мы идеальны. Иначе и быть не может, поскольку не существует никаких частей — есть только цельные объекты и события, которые могут быть составляющей системы. Каждое событие является законченным и завершенным, из них состоят более общие процессы и процессы мироздания. Вся Вселенная, как объект материального создания и духовного мира, на 100% целостна — а это значит, что не существует ничего плохого или хорошего. Все происходит так, как должно. Человек в физическом мире принимает что-то хорошее или плохое для того, чтобы испытать эмоции, испытать удовольствие. Духовный

мир не запрещает получать удовольствие таким образом, чтобы это положительно влияло на изменения в материальном мире.

— **К чему же должны прийти люди?**

— Основная задача человека — научиться взаимодействовать с мозгом и отдавать себе отчет в том, насколько осознанно он создает материю. Пока что человечество идет на поводу у эго как инструмента получения удовольствия и человек не понимает, зачем творит материю.

— **Когда ты говоришь, что мы идеальны, кого ты имеешь в виду? Кто — мы? Человек, мыслитель, индивидуум, личность?**

— Душа и ее человек.





## ГЛАВА 2

### *Любовь*

— **Что такое любовь?**

---

**ЛЮБОВЬ — ЭТО СОСТОЯНИЕ, В КОТОРОМ ВОЗМОЖНО ТВОРЕНИЕ СВОЕЙ РЕАЛЬНОСТИ.**

---

— Человек может творить только из состояния любви. Другое состояние позволит добиться лишь ограниченного результата в сравнении с тем, чего на самом деле хотел человек.

— **Вначале ты сказал, что хочешь привести души к состоянию любви и ощущению счастья. А что делать, если человек и так чувствует себя счастливым?**

— Человек не может постоянно испытывать одинаковое ощущение счастья.

---

**СЧАСТЬЕ ДОСТИГАЕТСЯ ПУТЕМ ПОСТОЯННОГО ДУХОВНОГО РОСТА.**

---

Счастье возможно, когда происходят постоянные изменения в соответствии с желанием творения человека.

— **Есть люди, которые любят находиться в состоянии самобичевания и несчастья, которые просто не хотят быть счастливыми. Что им делать?**

— На самом деле человек не может не хотеть быть счастливым. Состояние несчастья — это начало пути к счастью, пути духовного развития. Парадоксально, но чем дольше ты

находишься в состоянии несчастья, тем быстрее ты будешь духовно развиваться.

— **И конечная цель духовного развития...**

— ...конечно, безусловная любовь. Достигается она путем получения новых знаний.

Для чего же нужна безусловная любовь? Именно в этом состоянии можно творить пространство духовного и материального мира. Вся материя и физика — объект творения духовного мира. Если в своем измерении человек занимается духовным творением, в другом измерении это выражается в физическом творении.

Все, что делает человек, и как он это делает — как он мыслит, ходит, водит машину, реагирует на события, как он ест и что он при этом чувствует — отражение его духовного мира.

Например, я чувствую каждую молекулу того, что я ем, и как я это ем. Я чувствую это как энергию, которую я потребляю. Я чувствую, как во мне ее становится больше, и сознаю, что я могу с ней сделать. Например, я могу ее очень быстро потерять, испытав разочарование, грусть, другие негативные переживания. Или же я могу направить ее на обновление клеток материи — отправиться на тренировку. Обычно я выбираю второе. Я это делаю, потому что чувствую, как каждая клетка, ежесекундно сжимаясь и разжимаясь, напитывает себя энергией, причем в данном случае энергия — это будущая материя. Энергия выступает как инструмент созидания. Когда у тебя тренированное, эластичное тело, ты можешь моментально генерировать огромное количество энергии — а если знаешь, как ее не терять, ты можешь сам создавать материю, концентрируя свое внимание.

— **Я слышала от диетологов, что еда должна быть не только полезной, но и красивой и что во время приема пищи важно думать о том, какая она вкусная, и получать удовольствие от самого процесса. Поэтому когда я готовлю на завтрак мои любимые тосты с авокадо, я всегда стараюсь, чтобы они получились красивыми. Когда я ем их, я испытываю огромное**

**удовольствие, думая о вкусных и спелых авокадо и о том, как гармонично сочетаются ингредиенты. Как ты думаешь, это важно для улучшения пищеварительных процессов?**

— Ценно получать удовольствие от всего процесса — выбор продуктов, их подготовка, приготовление еды, сервировка, украшение блюда. Вот как ты говоришь — вкусные спелые авокадо, хорошо обжаренные тосты — и само настроение, с которым ты готовила. Так ты визуализируешь в красоте энергию, необходимую материи, но это влияет не только на улучшение пищеварительных процессов. Твое восприятие этой энергии, которую ты таким образом закладываешь в материю, — производная твоего понимания процесса творения. Получается, что ты выражаешь свои мысли в красивой физической материи, которая тебя в итоге наполняет, и заряжаешься положительной энергией.

Для меня, например, таким источником энергии является ежедневная тренировка на голодный желудок. Почему я это делаю? Потому что понимаю, что сжигаю остатки гликогена со вчерашнего дня и могу наполнить себя новой энергией, которая будет эффективнее предыдущей, потому что информация в ней обновилась.

**— Сейчас говорили о любви к себе. Если любовь — это состояние, то что же такое чувство любви?**

— Любовь — это состояние. Чувство — это послевкусие состояния, это процесс проживания того, куда ты себя привел или чему ты дал возможность проявиться.

Человек выбирает партнера согласно неким заранее сформулированным характеристикам — физическая форма, достаток, имущество, определенные черты характера. Бывает, что со временем приходит понимание, что это не тот человек. Но этот выбор делает это, которое вуалирует истинные желания души.

**— Но как понять, что ты сделал правильный выбор?**

— Главных причин того, что тебе хорошо с этим человеком, может быть только две — духовная и материальная. Поэтому

спросите себя, зачем вы с ним, — и слушайте себя. Если в ответе на этот вопрос преобладает материальный аспект, это значит, что вы находитесь во власти эго.

Если нами управляет духовный аспект, мы чувствуем другое — что рядом с нами родственная душа, можно даже сказать, что одна душа разделена на два физических тела и эти тела встретились. К сожалению, с этим состоянием очень легко перепутать то ощущение, когда разум, регулируя гормональный фон, просто дает человеку то, что хочет его эго. И тогда, признаваясь партнеру в любви, мы на самом деле говорим, насколько нам с ним хорошо в данный момент. По большому счету, это ощущение не имеет никакого отношения ни к объекту любви, ни к состоянию любви.

Кроме того, люди часто подменяют понятие «любовь» понятием «жертвенность». Они спрашивают:

— Ты меня любишь?

Но на самом деле это значит: «Чем ты готов пожертвовать ради меня?»

Мозг не может ничего создать без души. Он может только пересобрать то, что уже создано. Так дети играют в кубики: перед тобой лежат кубики, и ты можешь собирать из них разные пирамидки, но создать новый кубик ты не можешь. Точно так же мозг не может создавать без души новую материю.

---

## ЛЮБОВЬ — ЭТО СОСТОЯНИЕ ТВОРЕНИЯ.

---

Когда Д. И. Менделеев открыл периодический закон, было известно всего 63 химических элемента, поэтому в таблице элементов оставалось много пустых клеток и элементы открывались в соответствии со свойствами, предсказанными для этих пустых клеток. Так и создается материя в современном мире — только люди привыкли ошибочно полагать, что это они придумывают системы, определяющие взаимосвязь тех или иных элементов. На самом деле все взаимосвязи уже есть, мы можем только находить и интерпретировать их в зависимости от нашего восприятия.

— Когда утром я делаю сэндвич с авокадо, я нахожусь в состоянии любви?

— Разумеется, ты любишь себя в этом состоянии.

---

ЛЮБОВЬ ВОЗНИКАЕТ НЕ В ОТНОШЕНИИ ДРУГОГО  
ЧЕЛОВЕКА — ЭТО СОСТОЯНИЕ ВНУТРИ СЕБЯ.

---

— Когда человек в состоянии любви находится рядом со своим партнером, у него может возникнуть желание подойти, обнять и признаться в любви — независимо от того, мотивировал ли его на эти действия партнер. Говоря эти слова, мы обычно имеем в виду: «Мне очень хорошо рядом с тобой». Для этого необходимо состояние любви, состояние истинного желания. Но если человек способен находиться в этом состоянии хоть какое-то время, это значит, что можно научиться находиться в этом состоянии всегда.

Истинное желание легко отличить от того состояния, которое нам диктует эго. Эго — это инструмент мозга, а мозг интересуется по большей части энергия для создания быстрого дофамина. Мозг использует функцию эго, чтобы получить его, и блокирует истинное желание, потому что основная функция эго — защита. Когда все закрыто и защищено, эго считает, что человек в безопасности. Эго работает как начальник охраны, который, пытаясь обеспечить безопасность, защищает охраняемый объект со всех сторон до тех пор, пока не заблокирует связь с внешним миром полностью.

— Но для чего нам нужен другой человек, если любовь — это внутреннее состояние? Чтобы научить друг друга чему-то?

— Если мы понимаем и принимаем, что каждый человек абсолютен, это означает, что женщины и мужчины могут существовать отдельно, они гармоничны сами по себе. Но почему же им хочется находиться вместе?

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)