

Древнее секретное гавайское учение

**Хо'опононо**

поможет обрести **здоровье, богатство,  
умиротворенность и счастье**

# Жизнь без ограничений

Путешествие, которое  
может изменить  
твою жизнь

Джо Витале, д-р Ихалиакала Хью Лин



Joe Vitale

Ihaleakala Hew Len, PhD

# Zero Limits

The Secret Hawaiian System  
for **Wealth, Health, Peace and More**

John Wiley & Sons, Inc

Джо Витале  
и д-р Ихалиакала Хью Лин

# **ЖИЗНЬ**

## **без ограничений**

**СЕКРЕТНАЯ ГАВАЙСКАЯ СИСТЕМА**  
для приобретения **здоровья, богатства,**  
**умиротворения и счастья**

**Москва, Эксмо, 2008**

# Содержание

---

<b>От автора</b>	<b>6</b>
<b>Предисловие</b>	<b>9</b>
<b>Введение</b>	<b>10</b>
Глава 1 <b>Приключения начинаются</b>	<b>14</b>
Глава 2 <b>В поисках самого необычного врача в мире</b>	<b>19</b>
Глава 3 <b>Наш первый разговор</b>	<b>23</b>
Глава 4 <b>Шокирующая правда о намерениях</b>	<b>27</b>
Глава 5 <b>Существуют ли исключения?</b>	<b>34</b>
Глава 6 <b>Я люблю тебя</b>	<b>41</b>
Глава 7 <b>Духовная трапеза</b>	<b>50</b>
Глава 8 <b>Доказательство</b>	<b>56</b>
Глава 9 <b>Как быстро добиться результатов</b>	<b>78</b>
Глава 10 <b>Как улучшить здоровье</b>	<b>83</b>
Глава 11 <b>Скептики хотят знать</b>	<b>92</b>
Глава 12 <b>Выбор – это ограничение</b>	<b>98</b>

Глава 13	
<b>Сигары, гамбургеры и убийство Бога</b>	<b>109</b>
Глава 14	
<b>Открывшаяся истина</b>	<b>117</b>
Эпилог	
<b>Три этапа пробуждения</b>	<b>123</b>
Приложение А	
<b>Основные принципы</b>	<b>126</b>
Приложение Б	
<b>Как исцелить себя (других) и обрести здоровье, богатство и счастье</b>	<b>128</b>
Приложение В	
<b>Кто руководит?</b>	<b>129</b>

# От автора

---

Своим появлением эта книга обязана, прежде всего, двум людям: Марку Райану, моему бесценному другу, рассказавшему мне о необычном терапевте, книгу о котором вы сейчас читаете, и доктору Ихалиакале Хью Лину – тому самому терапевту, который стал моим вторым лучшим другом. Хочу сказать спасибо тебе, Нерисса, моя любовь, моя поддержка и моя верная спутница жизни. Благодарю Мэтта Холта и всех моих друзей в издательстве *John Wiley & Sons, Inc.* – я получил огромное удовольствие от знакомства и работы с вами. Благодарю Сюзанну Барнс, моего основного помощника и корректора первых версий рукописи этой книги. Среди людей, помогавших в создании этой книги, особо хочу выделить Джулиана Коулмен-Виллера, Синди Кэшмен, Крейга Перрина, Пэта О’Брайана, Билла Хиблера и Нериссу Оден. Первыми читателями книги, которые помогли её усовершенствовать, были Марк Вейсер и Марк Райан. Я также хочу воздать хвалу Богу за руководство процессом создания этой книги. Я очень признателен за данные мне указания.

*Посвящается Моррне и Каи  
Доктор Хью Лин*

*Посвящается Марку Райану и Нериссе  
Доктор Джо Витале*

Хо'опонопоно представляет собой бесценный дар, который позволяет найти и установить контакт с Господом внутри себя, а также научиться очищать свои мысли, слова, действия и поступки. **По сути, это процесс освобождения, полного освобождения от прошлого.**

*Моррна Наламаку Симеона,  
верховный учитель Хо'опонопоно,  
создательница метода самоаутентичности  
посредством Хо'опонопоно,  
в 1983 году признанная живым сокровищем штата Гавайи  
миссией Хонгадзи в Гонолулу  
и законодательным собранием штата Гавайи*



# Предисловие

---

У дорогой нам Моррны Наламаку Симеоны, создательницы и первого учителя методу самоаутентичности Хо'опонопоно, на столе стояла табличка, на которой было написано «Peace begins with me», что можно перевести как «Мир начинается с меня».

Я был свидетелем этого мира, окружающего нас, во время нашей совместной работы и путешествий, начиная с декабря 1982 года и до того фатального дня в немецком Кирхейме в феврале 1992 года. Даже когда она лежала на смертном одре посреди полного хаоса, она излучала такое спокойствие, которое выше человеческого понимания.

Для меня было большой удачей и честью обучаться у Моррны в течение десяти лет. С тех пор я занимаюсь методом самоаутентичности Хо'опонопоно. Я рад, что с помощью моего друга, доктора Джо Витале, весть об этом методе может распространиться по всему миру.

Истина должна достигнуть вас через меня, поскольку все мы представляем собой единое целое, и всё происходит внутри этого целого.

Мир меня,  
Ихалиакала Хью Лин, доктор философии,  
председатель в отставке  
The Foundation of I, Inc. Freedom of the Cosmos  
[www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org)  
[www.businessbyyou.com](http://www.businessbyyou.com)

## Секрет Вселенной

**В** 2006 году я написал статью, озаглавленную «Самый необычный врач в мире». В этой статье рассказывалось о психотерапевте, который помог в излечении всего отделения психически больных преступников даже без их осмотра. При этом он использовал необычный метод исцеления, родившийся на Гавайских островах. До 2004 года я не слышал ни об этом докторе, ни о его методе. Два года ушло на поиски, прежде чем мне удалось разыскать этого целителя. В результате я познакомился с этим методом, и написал статью, которая получила широкую известность.

Эта статья разошлась по всему Интернету. Её публиковали в группах новостей и пересылали по электронной почте огромное количество людей, занятых в совершенно разных сферах деятельности. Она также понравилась посетителям моего сайта [www.mrfire.com](http://www.mrfire.com) и разошлась по десяткам тысяч адресов. Затем эта статья вернулась уже от абсолютно незнакомых мне людей моим друзьям и родственникам. По моим подсчётам, её прочитали около пяти миллионов человек.

Каждый, кто её прочитал, должен согласиться, что в эту историю трудно поверить. Кого-то она вдохновила. Кто-то отнёсся к ней скептически. Но все хотели узнать больше. Эта книга является откликом на это желание.

Даже если вы давно следуете рекомендациям «пяти шагов», описанных в моей предыдущей книге «Секрет притяжения: пять шагов к финансовому (и не только) благополучию» (Изд-во «Эксмо», 2008), вы можете не понять невероятные открытия, о которых я хочу рассказать в данной книге. По крайней мере, с первого раза. Метод постепенного прогресса, которым я хочу поделиться на страницах этой книги, поможет мне объяснить, каким образом мне удалось достичь многого. Перечислю некоторые из моих достижений.

- Выход моей аудиопрограммы «The Power of Outrageous Marketing» в компании *Nightingale-Conant* состоялся после того, как я десять лет безуспешно стучался в их двери.
- Как я *без всякого плана* сначала из бездомного стал нищим, потом бедным автором, печатающимся автором и, наконец, одним из самых продаваемых авторов и гуру по интернет-маркетингу.
- Моё желание иметь спортивную машину BMW Z3 так сильно *вдохновило* меня, что я придумал новую маркетинговую идею для Интернета, которая в один прекрасный день принесла мне сразу 22,5 тыс. долл. и постоянный доход около четверти миллиона долларов в год.
- Когда я развёлся с женой, то захотел приобрести недвижимость в холмистой сельской местности Техаса. В результате этого желания я создал новый бизнес, который продал за 50 тыс. долл.
- Я сбросил более 40 кг, *после* того как открыл новый путь исполнения своих желаний.

- Моё желание быть автором № 1 в мире по продажам книг привело меня к тому, что я написал книгу, которая стала № 1 по продажам в мире, чего я *никогда не планировал*, я даже *не мечтал* об этом.
- Моё появление в фильме «Секрет» произошло *вообще без* каких-либо просьб, увещеваний, уговоров или интриг с моей стороны.
- Моё участие в шоу *Ларри Кинга* в ноябре 2006 года и марте 2007 года случилось без каких-либо моих намерений и усилий.
- Когда я пишу эти слова, дельцы из Голливуда обсуждают возможность экранизации моей книги «Секрет притяжения: пять шагов к финансовому (и не только) благополучию», а другие предлагают мне создать собственную телевизионную программу.

Пока ещё рано делать какие-либо выводы, но идею вы уже должны понять. В моей жизни произошло множество чудес.

Но *почему* они произошли?

Когда-то я был бездомным. Сейчас я автор бестселлеров, авторитет в Интернете и мультимиллионер.

Что со мной случилось, что позволило мне добиться такого успеха?

Да, я следовал своим мечтам.

Да, я действовал.

Да, я был настойчив.

Но разве сотни других людей не делают того же, и всё равно не добиваются успеха?

В чём между нами разница?

Если вы критическим взглядом оцените все перечисленные мною достижения, то увидите, что ни одно из них не было результатом непосредственно моих усилий. В действительности все они являются проявлением плана Бога, а я – только участник этого плана (иногда помимо моей воли).

Попробую объяснить это по-другому. В конце 2006 года я проводил семинар под названием «Beyond Manifestation» ([www.BeyondManifestation.com](http://www.BeyondManifestation.com)), который был посвящён, в основном, тому, что я понял о загадочном гавайском терапевте, и его методе лечения. На этом семинаре я попросил присутствующих записать на бумаге все способы и методы, применение которых позволяет добиться каких-либо результатов в жизни. Среди перечисленного были постановка цели, её воплощение, намерения, упражнения по контролю над своим телом, ощущение конечного результата, разработка сценария, техника эмоциональной свободы (EFT) и много других методов. После того как группа заслушала все придуманные способы, я спросил, срабатывают ли все приведенные способы постоянно, без исключений.

Все согласились, что методы срабатывают не всегда.

«Так почему же?» – спросил я.

Конечно, никто не мог ответить.

Мой вывод поразил группу.

«У всех этих методов есть ограничения, – заявил я. – Они только игрушки, которыми играет ваш разум, чтобы сохранить в вас уверенность, что вы всё решаете самостоятельно. На самом деле вы ничего не решаете, а реальные чудеса начинаются тогда, когда вы выбрасываете эти игрушки и доверяетесь тому месту внутри вас, в котором отсутствуют всякие ограничения».

Затем я сказал слушателям, что, где бы вы ни мечтали оказаться в жизни, это место – вне всех этих игрушек, вне возможностей разума, а рядом с тем, кого мы называем Богом. Я объяснил, что в нашей жизни есть как минимум три стадии: сначала мы пребываем жертвами обстоятельств, затем становимся творцами собственной судьбы и заканчиваем тем (при определённом везении), что становимся слугами Бога. На этой последней стадии (о которой я расскажу далее в этой книге) с нами происходят удивительные чудеса практически без усилий с нашей стороны.

Сегодня я проводил собеседование с человеком, претендующим на должность эксперта по достижению целей для моей программы Hypnotic Gold. Претендент написал десятки книг, которые разошлись миллионными тиражами. Он знает, как учить людей ставить перед собой цели. Основная идея его философии вращается вокруг горячего желания действовать, достичь чего-либо. Однако это неполная стратегия. Я спросил, что он советует, когда кто-то не может найти в себе мотивацию для постановки перед собой цели, не говоря уже о её достижении.

«Если бы я знал ответ на этот вопрос, – начал он, – я смог бы решить большинство мировых проблем».

Затем он начал рассказывать, что вы должны просто гореть желанием достичь своей цели. Если вы не будете прилагать все силы, то не сможете поддерживать в себе дисциплину, необходимую для того, чтобы сконцентрироваться и работать.

«Но что, если у вас нет такого сильного желания?» – спросил я.

«Тогда вы никогда не достигните своей цели».

«Как вы заставили самого себя испытывать такое сильное желание и быть настолько мотивированным?»

Он не смог ответить.

В этом-то и проблема. В определённый момент все программы самосовершенствования и постановки целей не срабатывают. Если кто-то не готов достичь чего-то, то эти программы не способны поддерживать в человеке энергию для достижения поставленной цели. На этом программа прекращается. Каждому из нас знакома ситуация, когда мы принимаем кардинальные решения 1 января, и забываем о них 2 января. Среди этих намерений есть очень хорошие. Но что-то глубоко внутри нас не согласуется с этими сознательными желаниями.

Что же делать при этом, более глубоко, состоянии отсутствия сильного желания?

Вот здесь и пригодится гавайский метод, о котором вы узнаете из этой книги. Он помогает очистить подсознание, в котором закреплены наши блоки. Этот метод помогает удалить скрытые программы, не позволяющие вам реализовать свои желания в отношении здоровья, богатства, счастья или чего-нибудь ещё. Всё происходит в нашей голове.

Всё это я объясню на страницах книги, которую вы сейчас держите в руках. Например, обдумайте следующую фразу.

Тор Норретандерс в книге «The User Illusion» так резюмирует суть мысленной поездки на американских горках, на которых вы собираетесь покататься: «Вселенная начинается, когда *ничто* видит своё отражение в зеркале».

Если говорить вкратце, то эта книга о возвращении к нулевому состоянию, где ничего нет, но всё возможно. В нулевом состоянии не существует мыслей, слов, действий, воспоминаний, программ, убеждений или чего-либо ещё. Просто ничего.

Но однажды ничто видит себя в зеркале, и вы рождаетесь. С этого момента вы созданы и начинаете бессознательно накапливать и воспринимать убеждения, программы, воспоминания, мысли, слова, действия и т. д. Многие из этих программ уходят своими корнями к истокам существования.

Цель этой книги – помочь вам ощутить чудо существования в каждый его момент. С этого момента с вами будут происходить чудеса, которые я описываю. Это будут уникальные, только ваши, чудеса. И они будут восхитительными, волшебными и неповторимыми.

Мой собственный опыт путешествия на этом духовном корабле за пределы человеческого понимания в область невероятного описать весьма трудно. Я достиг таких высот, о которых не мог и мечтать. Я овладел новыми навыками, и мой уровень любви к самому себе и к окружающему меня миру невозможно выразить словами. Я живу в состоянии, близком к благоговению.

Попробую выразиться по-другому. Каждый из нас смотрит на мир через собственные очки. Религиозные деятели, философы, целители, авторы книг, лекторы, гуру и прочие мудрецы смотрят на мир сквозь призму личного восприятия. Из этой книги вы узнаете, как использовать собственные очки, чтобы устранить все другие. И если вы добьётесь успеха, то окажетесь в том месте, где нет никаких ограничений.

Примите во внимание, что это первая в истории книга, в которой описывается обновлённый гавайский метод исцеления под названием Самоаутентичность посредством Хо'опонопоно. Но также учтите и то, что это опыт одного человека, использовавшего данный метод – мой собственный опыт. Хотя данная книга была написана с благословения целителя, который обучил меня этому потрясающему методу, всё написанное преломилось через призму моего собственного восприятия, моего взгляда на мир. Чтобы полностью понять метод самоаутентичности Хо'опонопоно, вы должны сами выполнить упражнения и получить свой собственный опыт (занятия и упражнения описаны на сайтах [www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org) и [www.zerolimits.info](http://www.zerolimits.info) \*).

Весь смысл этой книги можно выразить в одной фразе – фразе, которую вы научитесь использовать, фразе, которая открывает основной секрет Вселенной; фразе, которую я хочу сказать вам и Богу прямо сейчас.

«Я люблю тебя».

Покупайте билеты и занимайте свои места. Поезд в глубины вашей души готов к отправлению.

Итак, в путь!

Я люблю тебя  
Алоха ноу вау иа ои  
Доктор Джо Витале  
(Ао Акуа)  
Остин, штат Техас  
[www.mrfire.com](http://www.mrfire.com)

## Глава 1

# Приключения начинаются

---

*Мир с тобой. Весь мой мир.  
О ка Малухиа ноу ми ои, Ку'у Малухиа э пау лоа*

**В** августе 2004 года я работал возле стенда на ежегодном собрании Национальной гильдии гипнотизёров (National Guild of Hypnotists). Я получал удовольствие от общения с людьми, от этого собрания, от духа встречи и от обмена информацией. Но я не был готов к событию, изменившему мою жизнь, началом которого можно считать именно этот день.

Мой друг, Марк Райан, работал вместе со мной. Марк, как и я, гипнотерапевт. Он открытый, интересный человек с активной жестикуляцией. Его появление всегда вносит оживление и элемент волшебства. Наши разговоры нередко продолжаются часами. Мы обсуждаем самых выдающихся врачей, от Милтона Эриксона до неизвестных шаманов. Во время одного из таких разговоров Марк удивил меня следующим вопросом: «А ты слышал о враче, который лечит людей на расстоянии, даже не видя их?»

Вопрос поставил меня в тупик. Я раньше слышал о целителях, лечащих на расстоянии, но Марк, по всей видимости, имел в виду нечто совершенно иное.

«Он психотерапевт, исцеливший множество людей. Его пациентов хватило бы на целую больницу для душевнобольных. При этом он не видел ни одного из своих пациентов».

«Как ему это удалось?»

«Он использует гавайский метод исцеления под названием Хо'опонопоно».

«Хо опо... что?» – переспросил я.

Я попросил Марка повторить термин раз десять. Никогда раньше я его не слышал. Марк не так уж много знал об этом методе или процессе, чтобы рассказать мне подробнее. Должен признать, я был заинтригован, но при этом настроен весьма скептически. Я подумал, что это какая-то очередная выдумка. Исцелять людей, не видя их? Так я и поверил!

Марк рассказал мне следующую историю.

«Я езжу на гору Шаста в Калифорнии уже 16 лет с целью самопознания, – объяснил Марк. – Там один из моих друзей дал мне маленький буклет, содержание которого я не забуду никогда. Текст был напечатан голубыми буквами на белой бумаге. В буклете рассказывалось о гавайском враче и его методе лечения. Я перечитывал этот буклет много раз. Не могу описать, что именно это врач делает, но сказано, что он исцелял людей по этому методу».

«А где этот буклет сейчас?» – спросил я. Мне захотелось прочитать его.

«Не могу его найти, – ответил Марк. – Но что-то мне подсказывает, что нужно рассказать тебе об этом. Я знаю, ты мне не поверишь, но я так же заинтригован, как и ты. И я тоже хотел бы знать больше».

До следующего собрания оставался целый год. За это время я обшарил все источники информации, но не нашёл никаких сведений о враче, который исцеляет людей, не видя их. Конечно, я нашёл рассказы о врачевании на расстоянии, когда врача нет рядом с пациентом, но понимал, что гавайский врач делает нечто совсем иное. Как я понял, в его методе расстояние не играло никакой роли. Кроме того, я не знал, как именно произнести «хо'опонопоно» (ho'oponopono), чтобы использовать этот термин при разговоре. Поэтому прекратил свои попытки.

На следующем собрании гипнотерапевтов в 2005 году Марк вновь упомянул об этом целителе.

«Ты нашел что-нибудь о нём?» – спросил он.

«Я не знаю его имени и не знаю, как правильно произносится название метода, который он использует, – объяснил я. – Поэтому я ничего не нашёл».

Марк – очень предприимчивый человек. Мы сделали перерыв в работе, взяли мой ноутбук, нашли беспроводное интернет-соединение и приступили к поискам. Мы быстро нашли основной и единственный официальный сайт, посвященный методу Хо'опонопоно – [www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org). Просмотрев сайт, я нашёл несколько обзорных статей посвящённых тому, что я хотел изучить.

Там я нашёл определение метода Хо'опонопоно: «Хо'опонопоно представляет собой процесс освобождения от негативной энергии внутри вас и открытия себя воздействию мыслей, слов и дел **Божества**».

Я не имел ни малейшего представления о том, что это значит, поэтому решил поискать ещё. И нашёл следующее: «Просту говоря, хо'опонопоно означает «сделать правильно» или «исправить ошибку». Согласно верованиям древних гавайцев, ошибки возникают из-за мыслей, которые вызывают в памяти болезненные воспоминания. Хо'опонопоно предлагает метод освобождения от энергии этих болезненных мыслей или ошибок, которые приводят к дисбалансу в организме и болезням».

Да, это интересно. Но что это значит?

В результате исследования сайта в поисках сведений о загадочном психотерапевте, который исцеляет людей, не видя их, я обнаружил, что существует усовершенствованная форма Хо'опонопоно под названием *самоаутентичность посредством Хо'опонопоно* (СПХ).

Я был заинтригован ещё больше. Марк тоже. Мы были исследователями. Наш ноутбук был той лошадью, на которой мы мчались по прерии неизвестной страны. Мы искали ответы на вопросы. С нетерпением мы двинулись дальше.

Скоро мы обнаружили ещё одну статью, написанную доктором философии Хью Лином и Чарльзом Брауном, которая прояснила смысл некоторых понятий.

**100% -я ответственность за решение проблем  
моих клиентов с помощью метода самоаутентичности  
посредством Хо'опонопоно**

В традиционных методах решения проблем и исцеления больных врач руководствуется уверенностью в том, что источник проблемы находится в самом пациенте, но никак не в нём, враче. Врач полагает, что в сферу его ответственности входит помощь больному в решении его проблем. Могут ли эти верования привести к общему истощению организма больного благодаря действиям врача?

Чтобы научиться эффективно решать проблемы своих клиентов, врач должен желать нести 100%-ю ответственность за создание проблемной ситуации, т. е. считать, что источником проблемы являются его неправильные мысли, а не ошибки пациента. Врачи, кажется, не замечают, что проблема существует в любой момент времени, а ведь проблемы существуют постоянно!

Полная ответственность за возникновение проблемы позволяет врачу стать полностью ответственным за решение этой проблемы. Используя обновлённый метод Хо'опонопоно – процесс покаяния, прощения и изменения, разработанный кахуной Лапа'ау Моррной Наламаку Симеона, врач в состоянии изменить неправильные мысли внутри себя и внутри клиента и превратить их в совершенные мысли ЛЮБВИ.

На её глазах блещут слёзы. В уголках её рта залегли глубокие морщины. «Я беспокоюсь о сыне, – глубоко вздыхает Синтия. – Он опять принимает наркотики». Пока она рассказывает свою горестную историю, я начинаю очищать неправильные мысли внутри себя, которые воплотились как её проблема.

Ошибочные мысли были заменены на мысли любви внутри врача, в его семье, родственниках и его предках. Эти мысли также изменились в пациентке, в её семье, родственниках и предках. Обновлённый процесс Хо'опонопоно позволяет врачу работать непосредственно с Первичным Источником, который способен превратить неправильные мысли в ЛЮБОВЬ.

Слёзы в её глазах высохли. Морщины возле рта разгладились. Она улыбается, облегчение светится на её лице. «Я не знаю почему, но чувствую себя лучше». Я действительно не знаю почему. Действительно. Жизнь – это загадка, кроме ЛЮБВИ, которая знает всё. Я просто даю уйти негативным мыслям и благодарю ЛЮБОВЬ, от которой исходит всё благословение.

При решении проблем с помощью обновлённого процесса Хо'опонопоно, врач, прежде всего, подключает свою личность, свой Разум к Первичному Источнику, которые многие называют ЛЮБОВЬ или БОГ. После установки этого соединения врач призывает ЛЮБОВЬ исправить ошибочные, вредные мысли в нём, которые воплотились как проблема для него в первую очередь, и для пациента – во вторую очередь. Этот призыв представляет собой процесс покаяния и прощения для самого врача: «Я раскаиваюсь в тех своих неправильных мыслях, которые стали причиной проблем у меня и моего пациента: пожалуйста, прости меня».

В ответ на покаянную молитву врача с просьбой о прощении ЛЮБОВЬ начинает волшебный процесс превращения греховных мыслей. Во время этого процесса духовного взаимодействия ЛЮБОВЬ сначала нейтрализует негативные эмоции, которые привели к возникновению проблемы: негодование, обида, страх, гнев, осуждение или смятение. Затем ЛЮБОВЬ отправляет нейтрализованную энергию мыслей, оставляя их в состоянии пустоты, вакуума, истинной свободы.

После того как мысли освобождены от негативной нагрузки, стали свободными, ЛЮБОВЬ наполняет их собой. Какой получается результат? Врач или целитель обновляется, восстанавливается в ЛЮБВИ. То же самое происходит и с пациентом, и со всеми, к кому имеет отношение эта проблема. Там, где у пациента было отчаяние, теперь поселяется ЛЮБОВЬ. Там, где в душе было темно, теперь живёт исцеляющий свет ЛЮБВИ.



Метод самоаутентичности посредством Хо'опонопоно раскрывает людям глаза на то, кем они являются, и как они могут решать постоянно возникающие проблемы, а также обучает процессу обновления и восстановления в ЛЮБВИ. Обучение начинается с двухчасовой лекции. Слушателям даётся краткий обзор того, как их мысли воплощаются в душевные, эмоциональные, физические и финансовые проблемы, а также проблемы взаимоотношений с другими людьми. Эти проблемы могут возникать как в вашей жизни, так и в жизни членов вашей семьи, родственников, родителей, друзей, соседей и коллег по работе. За время обучения на выходных студенты знакомятся с тем, что представляет собой проблема, где она живёт, и как решить проблемы различного типа с помощью 25 процессов решения проблем. Слушатели узнают, как следует заботиться о себе. Внутренний смысл этого тренинга заключается в том, чтобы стать полностью ответственным за себя, за то, что происходит в вашей жизни, и за простое решение проблем.

Волшебство обновлённого процесса Хо'опонопоно заключается в том, что вы видите себя в новом свете в каждый следующий момент времени, и всё больше начинаете ценить каждый случай применения обновляющегося чуда ЛЮБВИ.

**Я руководствуюсь в своей жизни и в своих  
взаимоотношениях с людьми следующими принципами.**

1. Физическая Вселенная – это воплощение моих мыслей.
2. Если мои мысли вредоносны, они создают вредоносную физическую реальность.
3. Если мои мысли совершенны, то они создают физическую реальность, источающую ЛЮБОВЬ.
4. Я несу полную (100%) ответственность за создание моей физической Вселенной.
5. Я несу полную (100%) ответственность за трансформацию вредоносных мыслей, создающих вредоносную реальность.
6. Ничто не существует отдельно от меня. Всё существует как мысли в моём разуме.

Марк и я прочитали статью и стали гадать, кто же из них интересующий нас врач – Чарльз Браун или Ихалиакала Хью Лин? Мы не знали. Мы не могли сказать точно. И кто такой, или такая, Моррна, о которой упоминалось в статье? И что такое самоаутентичность Хо-опо...?

Мы продолжили исследование. Нам удалось обнаружить ещё несколько статей, приоткрывших завесу тайны над интересующими нас вопросами. Среди обнаруженного оказались и поясняющие утверждения, например: «В процессе восстановления самоаутентичности посредством Хо'опонопоно каждая проблема рассматривается не как испытание, а как возможность. Проблемы только воспроизводят воспоминания нашего прошлого, предоставляя нам больше возможностей посмотреть на себя глазами ЛЮБВИ и действовать по вдохновению».

Я был очень заинтересован, но смысл пока ускользал от меня. Проблемы «воспроизводят воспоминания нашего прошлого»? Действительно? Что пытаются сказать авторы? Как этот метод Хо'опоно... как там его... поможет врачам исцелять людей? И кто этот врач, в конце концов?

Я нашёл ещё одну статью, на этот раз журналиста Даррелла Сиффорда, который встретился с создателем этого метода Хо'опоно... Этим создателем оказалась женщина по имени Моррна. Она является хранительницей секретов, или кахуной (шаман у жителей Гавайских островов). При исцелении людей Моррна предлагает «молиться Божественному Создателю по выбору пациента «с помощью той божественности, которая присутствует в каждом человеке... реальном продолжателе Божественного Творца».

Может, вы поняли смысл. Мне это не удалось с первого раза. Как и Марку. По всей видимости, эта Моррна произносит какие-то слова, как молитву, которые помогают людям исцеляться. Я мысленно завязал узелок на память, чтобы узнать эту молитву, но в тот момент меня больше интересовала другая задача – найти эту целительницу и изучить её метод лечения. Моё желание узнать больше и встретиться с этой целительницей-шаманом становилось всё сильнее. Хотя мы с Марком уже давно должны были вернуться к своим рабочим обязанностям на собрании, мы этого не сделали, и продолжили наши поиски.

Основываясь на информации, изложенной в статьях и на веб-сайте, мы предположили, что имя интересующего нас врача – Ихалиакала Хью Лин. Сложное имя. Я не мог понять, как правильно его произнести. И не знал, как можно найти врача. На сайте не было никакой контактной информации. Мы попробовали воспользоваться поиском в Google, но безрезультатно. Мы решили, что эта чудесная целительница – всего лишь выдумка, или уже не практикует, а может, даже умерла.

Я захлопнул свой ноутбук, и вернулся к собранию.

Но приключение уже началось.

## Глава 2

# В поисках самого необычного врача в мире

---

*Тот, кто смотрит вне себя, – спит,  
тот, кто начинает смотреть внутрь себя, – просыпается.*

**Карл-Густав Юнг**

**П**о возвращении домой, в Остин, штат Техас, я никак не мог о враче, который лечит людей, не видя их. В чём заключается его метод? Кто этот врач? А может, вся эта история – мистификация?

Поскольку мой 20-летний опыт самосовершенствования описан в моих книгах «Adventures Within» и «Секрет притяжения: пять шагов к финансовому (и не только) благополучию», вполне естественно, что я захотел узнать больше. Я всегда был очень любопытным. Я обучался семь лет у гуру. Провёл массу бесед и взял множество интервью у мыслителей-самоучек и мудрецов, авторов книг и лекторов, мистиков и кудесников мысли. Поскольку мои книги пользовались успехом, я могу назвать многих ведущих экспертов в области человеческого развития своими друзьями. Но никак не мог понять смысл истории об этом враче. Тут было что-то другое. Это было какое-то новое открытие.

Мне нужно было знать больше.

Поэтому я приступил к дальнейшим поискам. В прошлом я нанимал частных детективов для розыска пропавших людей. Это было, когда я писал о гении рекламы Брюсе Бартоне в книге «7 подзабытых секретов успеха» (Эксмо, 2008). Теперь, в затруднительной ситуации, я опять готов был обратиться за помощью к профессионалам, чтобы найти доктора Хью Лина.

Однажды, во время последнего поиска в Интернете имени Хью Лин, я обнаружил ссылку на веб-сайт. Я не имел ни малейшего понятия, почему эта ссылка не отображалась при прошлых попытках. Но теперь она появилась.

Я не нашел номер телефона. Но я мог попросить доктора Хью Лина о консультации по электронной почте. Это было необычным способом терапии, но в наш век Интернета возможно всё. Решив, что это лучший способ постучать в двери к этому врачу, я отправил по электронной почте письмо на адрес, указанный на веб-сайте. Мной овладел настоящий азарт. Я никак не мог дождаться ответа. Что он скажет? Напишет ли он что-нибудь, раскрывающее загадку? Вылечит ли он меня по электронной почте?

В ту ночь я не мог уснуть, так хотел получить весточку от врача. На следующее утро он ответил мне таким письмом.

Джо!

Благодарю вас за просьбу о консультации. Консультации обычно проводятся по Интернету или по факсу. Человек, который просит о консультации, предоставляет мне сведения о характере

интересующих его вопросов, т. е. описывает свою проблему или беспокоящий его вопрос. Я воспринимаю эту информацию и медитирую, чтобы получить информацию от Божества. Затем я отвечаю по Интернету моему клиенту и сообщаю о том, что мне было передано во время медитации.

Например, сегодня во время ланча я получил запрос на информацию от одного юриста с Гавайских островов. После обработки полученного запроса я отправил ему ответ с теми сведениями, которые получил во время медитации от Бога.

Информацию обо мне и о сути моей работы можно найти на сайте [www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org).

Обращайтесь ко мне в любое время, если я чем-то смогу вам помочь.

Желаю, чтобы Мир был добр к вам.

Мир меня,

доктор философии Ихалиакалы Хью Лин

Странное письмо. Он говорит о Боге? Его нанимают юристы? У меня было недостаточно информации, чтобы судить об этом враче и его методах, но я, определённо, хотел знать больше.

Я мгновенно принял решение нанять этого врача для консультации по электронной почте. Стоимость консультации составляла 150 долл. Для меня это не деньги. Наконец-то я услышу слова долгих размышлений от психотерапевта, исцеляющего с помощью чудес! Я был заинтригован!

О чём же таком его спросить? В моей жизни все сложилось достаточно хорошо, я написал несколько книг, мне сопутствует успех, у меня есть машины, дома, подруга жизни, я здоров и счастлив в понимании большинства людей. Я сбросил 40 кг веса и чувствовал себя великолепно, хотя, возможно, у меня еще оставалось около 8 кг лишнего веса. И поскольку я сражался с лишним весом, то решил проконсультироваться у доктора Хью Лина по этому вопросу. Он ответил через сутки.

Благодарю вас, Джо, за ответ.

Когда я посмотрел, то услышал: «У него всё в порядке».

Поговорите с вашим телом. Скажите ему: «Я люблю тебя. Мне нравится, как ты выглядишь. Благодарю тебя за то, что ты со мной. Если я тебя чем-то обидел, пожалуйста, прости меня». Остановитесь и осмотрите своё тело. Пусть ваш взгляд будет полон любви и благодарности. «Благодарю тебя за то, что я пребываю в тебе. Благодарю за то, что перемещаешь меня. Благодарю тебя за то, что я дышу, за то, что бьётся моё сердце».

Рассматривайте своё тело как партнера в вашей жизни, а не как слугу. Говорите со своим телом так, как вы говорите с маленьким ребёнком. Станьте с ним друзьями. Телу нужно много воды, чтобы оно хорошо работало. Вам может казаться, что вы голодны, а на самом деле тело сигнализирует вам о жажде.

Когда вы пьете Голубую Солнечную Воду, ваши воспоминания меняются, из вашего подсознания исчезают проблемы (Ребёнок), вы помогаете телу «работать и принять Бога». Возьмите стеклянную бутылку голубого цвета. Наполните её водой из-под крана. Закройте пробкой. Поставьте бутылку на солнце или под лампу накаливания минимум на один час. Потом выпейте воду. Ополосните этой водой ваше тело после приема душа или ванны. Используйте «голубую солнечную» воду для приготовления пищи, для стирки одежды и для любых других целей. Используя «голубую солнечную» воду, вы можете приготовить кофе или горячий шоколад.

Стиль вашего письма вызывает чувство элегантно́й простоты – бесценное качество.

Я желаю, чтобы Мир был добр к вам.

Мир меня,

Ихалиакалы

Наслаждаясь мирным настроением этого письма, я захотел узнать ещё больше. Этот доктор проводит консультации подобным образом? Это его метод исцеления людей от душевных болезней? Ели да, то я пропустил что-то серьёзное. Очень сомневаюсь, что большинство людей воспримут подобное электронное послание как окончательный вердикт по отношению к проблеме лишнего веса. Когда он говорит мне: «Вы в порядке», – это вообще нельзя назвать решением проблемы.

Я написал ответное письмо с просьбой предоставить больше информации. И вот что он написал мне в ответ.

Джо!

Мир начинается с меня.

Мои проблемы – это воспоминания, воспроизводящиеся в моём подсознании. Мои проблемы не имеют отношения ни к конкретному человеку, ни к какому-то месту, ни к какой-то ситуации. Мои проблемы – это то, что, по поэтическому сравнению Шекспира, является «прежде испытанными страданиями».

Когда я заново переживаю тягостные воспоминания, у меня есть выбор. Либо я могу оставаться с ними, либо я могу попросить Бога освободить меня от них посредством преобразования этих воспоминаний и возвращения моего разума в первоначальное состояние, не отягощённое проблемами. В состояние нуля или пустоты... в состояние свободной памяти. Когда моя память освободится, я сам перейду в состояние Божественного Себя, как та Божественная Сущность, создавшая меня по своему образу и подобию.

Когда моё подсознание находится в нулевом состоянии, оно вечно, безгранично, бесконечно и бессмертно. Когда мною руководят мои воспоминания, то я нахожусь в определённом моменте времени, месте, испытываю определённые затруднения, неуверенность, вокруг меня хаос, сомнения, я пытаюсь повторять свои поступки и управлять окружающим миром. Вместо того, чтобы позволять воспоминаниям руководить мною, я выбираю чистоту разума при согласовании с Богом. Если нет Согласования, то нет Вдохновения. Если нет Вдохновения, то нет Цели.

Работая с людьми, я всегда прошу Бога преобразовать воспоминания в моём подсознании, которые воспроизводят мои ощущения, мои мысли и мою реакцию на них. Затем Бог наполняет моё свободное подсознание и сознание Вдохновением, позволяя моей Душе испытывать чувства других людей, как это делает Бог.

При взаимодействии с Богом воспоминания, которые преобразовались в моём подсознании, преобразуются в подсознании всех разумов, не только людей, но и камней, животных и растений, во всех формах существования, видимых и невидимых. Как чудесно осознавать, что Мир и Свобода начинаются в тебе.

Мир меня,

Ихалиака

Но я всё ещё не понял смысла. Я решил спросить врача, могу ли я поработать с ним и написать книгу о том, что он делает. Это казалось мне разумным способом рассказать о его методе и узнать о годах его работы по исцелению душевных болезней. Я написал, что эта книга поможет другим людям. И отметил, что сам сделаю большую часть работы. Я отправил сообщение по электронной почте и стал ждать. Он не замедлил с ответом.

Джо!

**«Мир начинается с меня».**

Человечество накопило общие воспоминания в виде необходимости помогать и поддерживать других людей. Метод самоаутентичности посредством Хо'опонопоно (СПХ) заключается в освобождении от этих воспоминаний в

нашем подсознании, которые воспроизводят ощущения, говорящие нам о том, что проблемы находятся вне, а не внутри нас.

Каждый из нас имеет свои «прежде испытанные страдания». Воспоминания о проблемах не имеют отношения к людям, местам или ситуациям. Это только возможность стать свободными.

Главная цель метода СПХ – восстановить самоаутентичность отдельного человека, естественный ритм человека с помощью Божественной Мудрости. При восстановлении изначального ритма возникает чистота, а затем Душа наполняется Вдохновением.

Естественно, что люди, испытавшие метод СПХ, хотят поделиться этой информацией с другими, чтобы помочь им. Однако правильнее отказаться от мысли «Я могу помочь им». «Объяснение» людям метода СПХ в целом не освободит их от болезненных воспоминаний. Это можно сделать, только испытав метод на себе.

Если мы захотим очиститься от «прежде испытанных страданий», то у нас всё будет хорошо, как и у всех остальных. Таким образом, мы устраняем у людей страх поделиться методом СПХ с другими людьми; мы вдохновляем людей предоставить свои знания другим, освобождая, прежде всего себя, а затем уже всех остальных людей.

**«Мир начинается с меня».**

Мир меня,

Ихалиакала

Я по-прежнему ничего не понял.

Я написал ещё одно письмо с просьбой поговорить по телефону. Я сказал, что хочу взять интервью. Он согласился. Мы назначили встречу на следующую пятницу. Я был так сильно взволнован, что написал своему другу Марку Райану и поделился с ним новостями. Я рассказал, что наконец-то поговорил с загадочным гавайским шаманом, о котором Марк поведал мне несколько лет назад. На Марка это произвело сильное впечатление.

Мы оба гадали, что же нам предстоит узнать.

И мы почти ничего не знали о том, что нам предстоит испытать.

## Глава 3

# Наш первый разговор

---

*Каждый человек ограничивает пределы мира  
пределами собственного зрения.*

**Артур Шопенгауэр**

**П**ервый раз я смог поговорить с доктором Хью Лином 21 октября 2005 года.

Его полное имя – доктор Ихалиакала Хью Лин. Однако он попросил меня называть его просто «И». Да, как буква алфавита. Это оказалось не так сложно. Мы с *И* беседовали по телефону около часа. Я попросил его рассказать мне полностью всю историю его работы целителем.

Он рассказал, что три года работал в Гавайской государственной больнице. Отделение, где содержались душевнобольные, было опасным местом. Психотерапевты увольнялись каждый месяц. Медицинский персонал постоянно отпрашивался с работы по болезни или тоже просто увольнялся. Люди проходили через отделение для душевнобольных, прижимаясь спиной к стене, боясь, что пациенты набросятся на них. Даже посещать это место было неприятно, не то что там жить или работать.

Доктор Хью Лин, или *И*, рассказал мне, что никогда не осматривал пациентов как профессиональный врач. Он никогда не давал традиционных консультаций. Он согласился только просматривать историю их болезни. Изучая историю болезни, он воздействовал на себя. При этом воздействии пациенты начинали излечиваться.

Всё стало ещё удивительнее, когда я услышал следующее: «Через несколько месяцев пациентам, которых заковывали в наручники, позволили перемещаться без каких-либо ограничений, – сказал он. – Другим, которым давали мощные лекарственные средства, вообще отменили назначенные медикаменты. А те, кто, казалось, никогда больше не выйдет на свободу, были отпущены».

Я был поражён услышанным.

«И не только это, – продолжал доктор. – Сотрудники начали получать удовольствие от работы. Пропуски и увольнения прекратились. У нас оказалось больше персонала, чем было нужно, потому что пациентов отпускали по домам, а персонал в полном составе присутствовал на рабочих местах. Сейчас это отделение закрыто».

В этот момент я задал вопрос на миллион долларов.

«Что же вы делали с собой, что позволило всем этим людям измениться?»

«Я просто очищал часть моей души, которую разделял с этими людьми», – ответил он.

«Что?»

Я не понял.

Доктор Хью Лин объяснил, что полная ответственность за вашу жизнь означает ответственность за всё и всех в вашей жизни (просто потому, что *это присутствует в вашей жизни*). В буквальном смысле весь мир является вашим собственным творением.

Ух ты! Это оказалось сложным. Одно дело быть ответственным за то, что я говорю или делаю. Но совсем другое – нести ответственность за то, что говорит и делает *каждый* человек, о котором я знаю.

Тем не менее, если вы принимаете полную ответственность за свою жизнь, тогда всё, что вы слышите, ощущаете на вкус, на ощупь или ещё каким-либо способом, *находится* под вашей ответственностью, потому что *это – часть вашей жизни*.

Проблема не в окружающих людях, проблема в вас.

И чтобы изменить их, вы должны изменить себя.

Я понимаю, что это сложно понять, принять и жить с этим. Обвинять кого-либо значительно проще, чем принять полную ответственность. Но во время моего разговора с доктором Хью Лином я начал понимать, что для него исцеление согласно методу Хо'опонопоно означает научиться любить себя. Если вы хотите улучшить свою жизнь, вы должны излечить свою жизнь. Если вы хотите излечить кого-нибудь (даже совершенно больного преступника), вам следует это сделать, излечив самого себя.

Я спросил доктора Хью Лина, как он пришёл к такому пониманию исцеления самого себя. Что именно он делал, глядя на истории больных?

«Я просто повторял «Мне очень жаль» и «Я люблю тебя» снова и снова», – объяснил он.

И это всё?

Всё.

Оказывается, любовь к себе является самым лучшим средством для самосовершенствования. А когда вы совершенствуете себя, вы улучшаете весь окружающий вас мир.

Когда доктор Хью Лин, или И, работал в госпитале, он, что бы с ним ни случилось, обращался к Богу и просил его об освобождении от этого. Он всегда был исполнен веры. И это всегда срабатывало. Доктор Хью Лин как бы спрашивал себя: «Что во мне вызвало появление этой проблемы, и как я могу устранить эту проблему в себе?»

Очевидно, что этот метод исцеления изнутри и называется достижением самоаутентичности посредством Хо'опонопоно. Это усовершенствованная версия Хо'опонопоно, на которую серьёзное влияние оказали миссионеры на Гавайских островах. Оригинальный метод Хо'опонопоно требует присутствия посредника, который помогает людям решить их проблемы, отбрасывая их прочь. Если человек способен разрубить узлы своей проблемы, то она исчезнет. Однако для метода самоаутентичности посредством Хо'опонопоно посредник вообще не нужен. Всё происходит внутри меня. Я был удивлён и знал, что смогу в этом лучше разобраться только со временем.

У доктора Хью Лина не было никаких материалов по его методу. Я предложил ему написать книгу, но не увидел в нём никакой заинтересованности. Доступной была только одна старая



видеозапись, которую я заказал. Он также сказал, что можно прочесть книгу Тора Норретрандерса «The User Illusion». Поскольку я страстный любитель книг, то немедленно заказал её на сайте Amazon. Я практически проглотил её, как только эту книгу доставили.

В этой книге доказывается, что наш сознательный разум не имеет понятия о том, что происходит. Норретрандерс пишет: «Каждую секунду наши органы чувств доставляют нам поток информации, состоящий из миллионов битов. Но в большинстве случаев наш мозг способен обработать только около сорока битов в секунду. Миллионы и миллионы битов «оседают» в виде нашего опыта, по сути, вообще не являющегося полезным».

Поэтому, если я правильно понял доктора Хью Лина, мы не должны беспокоиться о том, что происходит с нами в любой конкретный момент. Мы просто должны принять всё, как есть, и довериться Высшей Силе. Вот здесь и возникает вопрос о 100%-й ответственности за свою жизнь – ответственности за всё происходящее. Доктор говорит, что его работа напоминает очищение самого себя. Так и есть. Во время самоочищения его мир становится чистым, потому что он и есть этот мир. Всё за пределами его самого – проекция и иллюзия.

Это звучало немного по-юнговски, в том смысле, что внешний физический мир, который вы видите, представляет собой скрытую сторону вашей собственной жизни. Но описание доктора Хью Лина выходило за рамки этого определения. Он уверен, что всё является отражением нас самих, и говорит, что в пределах нашей ответственности находится исправление всего негативного опыта благодаря духовному «подключению» к Богу. Для него единственным способом исправления другого человека является произнесение фразы «Я люблю тебя» по отношению к Божественной Сущности, которую можно назвать Богом, Любовью, Вселенной или любым другим словом для обозначения Высших Сил.

Да уж! Это был тот ещё разговор. Доктор Хью Лин ничего обо мне не знал, но уделили мне массу своего времени. И он постоянно удивлял меня. Как оказалось, доктору Хью Лину уже около 70 лет, и одни люди считают его живым гуру, а другие – чудаком.

Я был в полном восторге от первого разговора с доктором Хью Лином, но мне было нужно больше. Я не совсем понял, о чём он говорил. Проще всего было отказаться от дальнейших попыток и забыть о нём. Но меня крайне заинтересовали реальные примеры использования его метода для исцеления так называемых «безнадёжных» больных, например, психически больных преступников.

Я узнал, что доктор Хью Лин в скором будущем собирается провести семинар, поэтому я задал вопрос на эту тему.

«Что я смогу узнать на этом семинаре?»

«Вы узнаете всё, что хотите узнать», – ответил он.

Это мне напомнило прежние тренинги, проводившиеся в 1970-х годах: вы получите всё, что вы предполагаете получить.

«Сколько человек будет принимать участие в семинаре?» – спросил я.

«Будет столько людей, сколько готовы быть там, – ответил доктор. – Может быть, 30, а может быть, 50. Я никогда заранее не знаю».

Прежде чем завершить разговор, я спросил доктора *И*, что означает аббревиатура ROI в конце его писем.

«ROI означает Peace Of I (мир меня), – объяснил он. – Это мир, превышающий всё понимаемое».

В то время я не понял, что это значит, но сейчас для меня эта фраза звучит как образец совершенного смысла.

## Глава 4

# Шокирующая правда о намерениях

---

*Для нас, человеческих существ, значение имеет прежде всего наше субъективное внутреннее мировосприятие.*

*Однако мы относительно мало знаем о том, как возникают наши сознательные желания, и как они заставляют нас действовать.*

**Бенджамин Либет**

**П**осле первого разговора с доктором Хью Лином у меня возникло сильнейшее желание узнать больше. Я спросил у доктора о семинаре, который он планировал провести через несколько недель. Он не пытался продать мне право на участие в этом семинаре. Он сказал, что уверен лишь в том, что в семинаре должны участвовать только по-настоящему заинтересованные люди. Ему не нужна толпа. Он хотел найти открытые сердца. Он доверился Божественной Сущности (это его любимое обозначение для Высших Сил) в надежде на то, что состав семинара будет идеальным.

Я спросил своего друга Марка Райана (того, кто рассказал мне о докторе Хью Лине), не хочет ли он поучаствовать в этом семинаре. И предложил оплатить ему дорогу в качестве вознаграждения за рассказ мне о чуде и волшебнике, создающем это чудо. Разумеется, Марк согласился.

Перед путешествием я провёл ещё несколько исследований. Я решил выяснить, имеет ли интересующий меня метод терапии что-либо общее с учением хуна – популярным методом лечения, родиной которого являются Гавайские острова. При изучении метода хуна я понял, что он не имеет ничего общего с методом доктора Хью Лина. Хуна – это название варианта спиритического учения, которое описал Макс Фридом Элонг. Он заявил, что научился этому тайному знанию от своих гавайских друзей во время работы школьным учителем на Гавайях. Макс Фридом Элонг основал в 1945 году общество Huna Fellowship и опубликовал серию книг, самая популярная из которых называлась «Тайная наука о чудесах». Несмотря на всё своё очарование, работа Элонга не имела никакого отношения к интересующему меня терапевту. Насколько я понял, Хью Лин занимался тем, о чём Элонг никогда не слышал, по крайней мере, о том способе, который практиковал этот доктор.

Продолжая читать и изучать, я удивлялся всё больше. Я с трудом мог дождаться того дня, когда вылечу на встречу с целителем.

Я вылетел в Лос-Анджелес, встретился там с Марком, и отправился в город Калабас, штат Калифорния. Перед поездкой в Калабас Марк успел показать мне Лос-Анджелес, и мы великолепно провели время. Однако нашей целью была встреча с человеком, о котором слышали так много. Беседуя за завтраком, мы мечтали о том, как попадём на семинар.

Когда мы попали в комнату, где проводился семинар, то увидели группу примерно из тридцати человек. Из-за голов собравшихся ничего не было видно, и мне пришлось встать на цыпочки. Я хотел увидеть целителя. Я хотел увидеть этого загадочного человека. Я хотел увидеть доктора Хью Лина. Когда я наконец увидел его в дверях, доктор Хью Лин поприветствовал меня.

«Алоха, Джозеф», – сказал он, протягивая мне руку. Он говорил мягко, но чувствовалось его харизма и авторитет. *И* был одет в мягкие брюки-саксы, открытую рубашку и рабочую куртку. На ногах у него были кеды, на голове – бейсболка, которая, как я позже узнал, была его отличительной чертой в одежде.

«Алоха, Марк», – поприветствовал доктор моего друга.

Затем он спросил нас о нашем полёте, сколько времени занимает дорога из Техаса в Лос-Анджелес и т. п. Я мгновенно влюбился в этого человека. Что-то в его манере тихой доверительности и отеческого стиля беседы вызывало во мне чувство теплоты.

Доктор Хью Лин – человек пунктуальный. Семинар начался вовремя, и через некоторое время доктор обратился ко мне.

«Джозеф, когда ты удаляешь какие-нибудь файлы с диска своего компьютера, куда они деваются?»

«Не имею ни малейшего понятия», – ответил я. Все засмеялись. Но я уверен, что у них тоже не было ответа на этот вопрос.

«Когда вы что-то стираете на компьютере, куда оно девается?» – обратился доктор к аудитории.

«В корзину», – выкрикнул кто-то.

«Точно, – сказал доктор Хью Лин. – Данные ещё присутствуют на диске, но их нельзя просмотреть. Подобная ситуация происходит и с вашими воспоминаниями. Они присутствуют в вашей памяти, только увидеть вы их не можете. Однако вы хотите стереть эти воспоминания навсегда».

Что ж, это показалось мне занимательным сравнением, но я совершенно не понял, что это значит, или к чему это говорится. Зачем мне навсегда стирать свои воспоминания?

«Вы можете выбирать один из двух путей в жизни, – объяснил доктор Хью Лин, – руководствоваться памятью или вдохновением. Воспоминания – это воспроизведение старых программ. Вдохновение – это послание от Бога. Вам нужно научиться поступать по вдохновению. Единственный способ услышать Бога и получить вдохновение – стереть свои воспоминания. Всё, что вам нужно сделать, – это освободить свою память».

Доктор Хью Лин потратил много времени, объясняя, каким образом Бог является нашим «нулевым состоянием». Тем состоянием, в котором у нас нет никаких ограничений. Нет воспоминаний. Нет идентичности. Нет ничего, кроме Бога. В нашей жизни случаются моменты, когда мы переходим в состояние отсутствия ограничений, но большую часть времени мы позволяем мусору (который мы называем воспоминаниями) управлять нами.

«Когда я работал в психиатрической больнице и смотрел истории болезни пациентов, – рассказывал нам доктор, – я чувствовал внутри боль. Это была наша общая память. Это была программа, которая заставляла поступать пациентов так, как они поступали. Они не управляли собой. Когда я освободился от программы, я очистился».

Очищение становится методом исцеления. Доктор поведал нам о различных способах очищения, большую часть которых я не могу описать, потому что они являются его личным

изобретением. Чтобы научиться этим методам, вам придётся посетить семинар по Хо'опонопоно (см. [www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org)). Однако здесь я расскажу о методе, который доктор Хью Лин использовал и использует чаще всего, и о том единственном методе, которым я владею.

Существует четыре аффирмации, которые вы должны повторять снова и снова, безостановочно, обращаясь к Богу.

«Я люблю тебя».

«Мне очень жаль».

«Пожалуйста, прости меня».

«Благодарю тебя».

После этой первой встречи на семинаре фраза «Я люблю тебя» стала моей мантрой, внутренней молитвой. Как вы иногда, просыпаясь, будто слышите мелодию внутри себя, так я, просыпаясь, слышу «Я люблю тебя» в своей голове. Это прекрасное ощущение. Я не знал, как это связано с очищением, но мне это в любом случае нравилось. Как может фраза «Я люблю тебя» быть плохой?

В определённый момент доктор Хью Лин опять выделил меня из присутствующих. Он спросил: «Джозеф, как узнать, является ли что-то частью ваших воспоминаний или это вдохновение?»

Я не понял вопроса и сказал об этом.

«Откуда вы знаете, что тот, кто заболел раком, заболел самостоятельно, быть может, это заболевание послано Богом, чтобы помочь ему?»

Я задумался. Я пытался осознать вопрос. Откуда *действительно* можно знать, происходит событие в вашем собственном сознании, или же оно только проецируется Богом?

«Не имею ни малейшего понятия», – ответил я.

«Я тоже, – сказал доктор Хью Лин. – Вот почему мы должны постоянно очищаться, очищаться и очищаться. Вы должны очищаться от чего-то конкретного и всего вместе, потому что вы не знаете, что является памятью, а что – вдохновением. Вы очищаетесь, чтобы освободить место отсутствию ограничений – нулевому состоянию».

Доктор Хью Лин считает, что в нашем сознании отражается только малая часть реального мира, и это отражение не только неполное, но и неточное. Я не понял этой концепции до тех пор, пока не приобрел книгу Гая Клакстона «The Wayward Mind» («Изворотливый ум»).

В этой книге Клакстон описывает эксперименты, доказывающие, что наш мозг приказывает нам, что делать, *до того*, как мы сознательно принимаем решение. В одном знаменитом эксперименте профессор нейрофизиологии Бенджамин Либет делал энцефалограммы деятельности мозга людей, на которых записывалось то, что происходило в их мозгу. Было обнаружено, что всплеск мозговой активности происходил *раньше*, чем человек осознанно обращал внимание на что-либо. Это позволило высказать предположение, что намерение вызывалось подсознанием и только *потом* привлекало внимание сознания.

Клакстон в своей книге написал, что Либет «обнаружил, что намерение начать движение появляется на одну пятую секунды раньше, чем начинается само движение, но всплеск мозговой активности возникает ещё на одну треть секунды раньше, чем мозг отдаёт осознанный приказ двигаться!»

Согласно мнению Уильяма Ирвина, которое он изложил в своей книге «On Desire: Why We Want What We Want» («Желание: почему мы хотим того, чего хотим»), «подобные эксперименты позволяют утверждать, что наш выбор не формируется в сознании, рациональным способом. Он всплывает в нашем подсознании, и, когда достигает поверхности сознания, мы принимаем его».

Бенджамин Либет, который проводит спорные и неоднозначные эксперименты, написал в своей книге «Mind Time»: «Неосознанное возникновение намерения действовать невозможно контролировать сознательно. Сознательно контролируемым является только наше завершающее преобразование этого намерения в моторное действие».

Другими словами, желание ознакомиться с этой книгой может только казаться вашим сознательным выбором, но в реальности ваш мозг вначале отправил сигнал ознакомиться с этой книгой, а затем ваше сознание согласилось с первичным намерением, приблизительно так: «Наверное, эта книга интересная. Мне стоит с ней ознакомиться». Вы могли бы принять решение не открывать данную книгу, если бы сознательная мысль пошла каким-либо другим путем, но вы не могли контролировать первичный сигнал, который заставлял вас выполнить действие.

Я знаю, что в это трудно поверить. Как утверждает Клакстон: «Ни одно намерение не появляется в сознательном разуме, ни одного плана там не возникает. Намерения бессознательны, это образы, которые мерцают в «уголках» сознания, обозначая то, что может произойти».

По всей видимости, настоящее намерение – это просто предчувствие.

Меня в этом отношении беспокоит следующее: откуда тогда приходят наши мысли?

Это просто невероятно. Поскольку я написал о важности намерений в своей книге «Секрет притяжения: пять шагов к финансовому (и не только) благополучию» («Эксмо», 2008), и говорил об этом в фильме «Секрет», то осознание факта, что намерения не являются моим собственным выбором, стало для меня шоком. То, что я считал моими сознательными действиями в ответ на мои замыслы, оказалось простой вербализацией импульса, уже возникшего в моем мозгу.

Возникает следующий вопрос: кто или что заставляет мой мозг посылать этот импульс? Поэтому позже я спросил доктора Хью Лина: «Кто за всё в ответе?»

Он засмеялся и сказал, что ему нравится этот вопрос.

Хорошо, но каков ответ?

Признаюсь, эта теория о намерениях сбила меня с толку. Я потерял 40 кг веса благодаря внутреннему контролю и серьёзному намерению сбросить лишний вес. Было ли это моим сознательным намерением или я просто отозвался на сигнал своего мозга о намерении сбросить вес? Было ли это вдохновением, или эти действия контролировались памятью? Я изложил эти мысли в письме доктору Хью Лину. Вот его ответ.

В нулевом состоянии» (Ao акуа) ничего не существует, никаких проблем, включая необходимость возникновения намерений.

Беспокойство о необходимости снижения веса является простым воспроизведением программ памяти, и эти воспоминания замещают Ноль, т. е. вас. Чтобы вернуться в нулевое состояние, к самому себе, требуется, чтобы Бог стёр воспоминания до возникновения беспокойства о лишнем весе.

Только два закона управляют событиями: Вдохновение от Бога и Память, хранящаяся в подсознании, изначально Новое и более позднее Старое.

Иисус подразумевал это, когда говорил: «Ищите прежде всего Царствия Божия (Ноль), а всё остальное приложится вам (Вдохновение)».

Нулевое состояние – это ваша обитель и обитель Бога... «откуда и от кого мы получаем всё благословение – Достаток, Здоровье и Мир».

Мир меня,

доктор Хью Лин

Насколько я понял, доктор Хью Лин смотрит дальше намерений и стремится к источнику – нулевому состоянию, в котором у нас нет никаких ограничений. Оттуда возникают наша память и наше вдохновение. Рассматривайте лишний вес как память. Единственное, что нужно сделать, это любить его, простить его и даже поблагодарить за него. Очищаясь от воспоминаний о лишнем весе, вы обеспечиваете Божественной Сущности возможность прийти к вам в виде вдохновения.

Мне показалось справедливым, что моё желание много есть, которое превратило меня в толстяка на большую часть моей жизни, было программой. Оно возникло в моем подсознании. Если я от него не очишусь, оно там и останется, и будет время от времени всплывать на поверхность сознания. Когда оно станет осознанным, мне придётся держаться настороже и выбирать – переждать или нет. Это превращается в битву на всю жизнь. И это не смешно. Конечно, можно преодолеть своё стремление к удовлетворению желания с помощью самозапрета. Но очевидно, что это отнимает массу энергии, и требует большого усердия. Со временем самозапрет на потакание своим желаниям может стать новой привычкой. Но в каком аду придётся побывать, прежде чем выработается эта привычка!

Вместо этого стиранием воспоминаний можно добиться, чтобы однажды они исчезли. Желание есть больше не появится на поверхности сознания. Останется только умиротворение.

Таким образом, намерение не идёт ни в какое сравнение с вдохновением. Если я намереваюсь сделать что-то, я начинаю бороться с этим. Когда же я получаю это в виде вдохновения, то жизнь меняется.

Я по-прежнему не был уверен, что мир устроен подобным образом, и всё ещё сомневался в значимости намерений в нашей жизни. Поэтому решил продолжить исследования.

Я обедал с Рондой Бирн, создателем и продюсером популярного фильма «Секрет». Я решил получить у неё ответ на крайне интересующий меня вопрос, и спросил: «Вы сами придумали идею фильма или получили эту идею свыше?»

Я знал, что она получила вдохновение на создание ныне знаменитого трейлера к фильму, который вызвал маркетинговую эпидемию подобных клипов ([www.theseecret.tv](http://www.theseecret.tv)). Однажды Ронда рассказала, что идея рекламы фильма пришла к ней внезапно, за несколько секунд. Она сделала

предварительный вариант за десять минут. Очевидно, что на неё снизошло вдохновение, позволившее ей создать самый успешный рекламный ролик к кинофильму за всю историю.

Но я хотел знать, была ли сама идея будущего кинофильма результатом вдохновения, или она чувствует, что эта идея возникла по каким-то другим причинам. Это был ключевой вопрос в моих размышлениях о значимости наших намерений. Утверждаем ли мы намерения, которые отличаются от изначальных сигналов, или мы получаем идеи, которые потом называем намерениями или замыслами? Вот почему я задал этот вопрос, когда мы сели за стол.

Ронда молчала довольно долго. Она смотрела в сторону, обдумывая мой вопрос. В конце концов, она ответила.

«Я не уверена, – сказала она. – Идея, конечно, пришла ко мне. Но я тоже работала. Я создала её. Поэтому я могу сказать, что воплотила эту идею в реальность».

Это был очень ценный ответ. Идея пришла к ней, т. е. это было вдохновение. Поскольку фильм оказался очень сильным, очень хорошо был сделан и великолепно разрекламирован, я могу считать, что здесь проявилась воля Божья. Да, нужно было выполнить определённую работу, и Ронда справилась с ней. Но сама идея пришла в результате вдохновения.

Интересный факт: после того как кинофильм вышел на экраны и прошло несколько месяцев, когда разговоры о нём достигли максимального шума, Ронда отправила всем звездам, снимавшимся в этом фильме, сообщение по электронной почте. Она написала, что теперь фильм живет собственной жизнью. Вместо разработки собственных замыслов, она просто отвечала на сигналы и использовала открывающиеся возможности. Вскоре вышла книга. Ларри Кинг посвятил этому фильму отдельную передачу из двух частей. Вышла аудиоверсия фильма. В работу были запущены сиквелы.

Когда вы действуете, пребывая в нулевом состоянии, в котором не существует ограничений, вам не нужны стремления или намерения. Вы просто получаете сигналы и действуете.

И происходят чудеса.

Однако вдохновение можно *остановить*.

Ронда могла сказать «нет» тому толчку, который побуждал её к созданию фильма. В этот момент в игру вступает свобода нашей воли. Когда идея что-либо сделать появляется в вашем сознании (исходит либо из памяти, либо появляется по вдохновению), вы вольны выбрать, действовать или нет.

Джеффри Шварц в своей великолепной книге «The Mind and the Brain» («Разум и мозг») писал следующее: «Ваша сознательная воля, ваше право выбора способны подавить импульс, возникший в вашем подсознании». Другими словами у вас может появиться желание взять эту книгу, но вы также можете подавить в себе этот импульс. Это и есть свобода воли или, как выражается Шварц, *свобода отказа*.

Шварц писал, что «в последние годы он [Либет] принял точку зрения, что свобода воли играет роль сторожа для мыслей, возникающих в сознании, и пропускает только моральные воплощения этих импульсов».



Легендарный физиолог Уильям Джеймс полагал, что свобода воли вступает в действие *после* появления импульса к совершению какого-либо действия, и *перед* выполнением этого действия. И снова вы можете сказать «да» или «нет». Выбор остаётся за разумом. Доктор Хью Лин учил меня, что, постоянно очищая все мысли, являются ли они результатом работы памяти или вдохновением, я смогу лучше выбирать правильное действие в данный момент.

Я начал понимать, что снижение моего веса произошло из-за моего выбора отказаться от памяти или привычки, которая принуждала меня есть больше, а двигаться меньше. Выбрав неподчинение этим импульсам, я проявил свою свободную волю, или свободу отказа. Другими словами, желание переждать было памятью, а не вдохновением. Оно появлялось в результате выполнения программы, а не от Бога. Я проигнорировал программу или преодолел её. Я понял, что доктор Хью Лин предлагает лучший метод: любить программу, пока она не растворится, а всё оставшееся не станет Богом.

Я по-прежнему не понимал всего этого полностью, но прислушивался, и решил не отбрасывать ничего, что кажется новым. Как мало я знал о том, что ждет меня впереди.

## Глава 5

# Существуют ли исключения?

---

*Я то, что вы думаете обо мне.*

**Кэти Байрон,**

**«Все войны должны происходить только на бумаге»**

**С**обытия, произошедшие на выходных, поразили меня больше, чем я мог ожидать. Доктор Хью Лин говорил о том, что всё, что мы предпринимаем и ощущаем, – буквально всё – происходит внутри нас. Если мы хотим что-то изменить, то можем достичь этого, изменив себя, а не других. Суть состоит в принятии на себя полной ответственности. Не нужно никого ни в чём винить. Всё зависит от нас самих.

«А как насчёт случаев изнасилования? – спросил кто-то. – Или, например, автокатастрофы? Мы ведь не несём за это ответственности?»

«Вы никогда не замечали, что, когда у вас возникает проблема, вы обычно являетесь самым непосредственным участником? – спросил доктор. – Необходимо осознать свою полную ответственность за всё происходящее. Без исключений. Не может быть никаких оговорок, позволяющих избежать ответственности за то, что вам не нравится. Вы сами отвечаете за всё, что происходит, и точка».

Даже работая в психиатрической больнице и сталкиваясь с убийцами и насильниками, доктор Хью Лин брал ответственность на себя. Он считал, что их поступки были спровоцированы его воспоминаниями или внутренними программами. Чтобы помочь им, необходимо было избавиться от своих воспоминаний. Единственный выход состоял в том, чтобы стереть их из памяти. Именно это доктор имел в виду, когда утверждал, что никогда не встречался со своими пациентами в больничной палате. Вместо этого он изучал истории их болезни. Одновременно он повторял, обращаясь к Богу: «Я люблю тебя», «Мне жаль», «Прости меня» и «Благодарю тебя». Он делал то, что мог сделать, чтобы помочь своим пациентам вернуться в состояние отсутствия ограничений. Когда доктор Хью Лин исправлял себя, излечивались его пациенты.

Он объяснял: «Дословно «хо'опонопоно» означает «сделать правильно» или «исправить ошибку». *Хо'о* переводится с гавайского как «причина», *понопоно* – «улучшение». Предки современных гавайцев считали, что причина ошибок кроется в мыслях, на которые оказывают пагубное влияние негативные воспоминания из прошлого. Хо'опонопоно позволяет высвободить энергию этих тягостных мыслей, или заблуждений, которые приводят к дисгармонии и болезням».

Если говорить кратко, хо'опонопоно представляет собой процесс решения проблем. Но он происходит исключительно *в самом человеке*.

Этот новый усовершенствованный способ исцеления был предложен Моррной, нашей достопочтенной кахуной. В ноябре 1982 года она обучила своему методу доктора Хью Лина. Доктор много слышал о целительнице, которая читала лекции в больницах, университетах и даже

в ООН. Затем он повстречался с ней. Когда она исцелила его дочь от опоясывающего лишая, он оставил все свои дела и последовал за ней, чтобы изучать её нетрадиционный способ лечения. В то время у доктора Хью Лина были серьёзные проблемы в отношениях с женой, поэтому он ушел из семьи. Это не так уж необычно. Существует множество примеров, когда люди оставляли свои семьи, следуя за своим духовным учителем. Доктор Хью Лин стремился освоить метод Моррны.

Однако он не всегда принимал её странное поведение. Записавшись на семинар, который она проводила, он ушёл оттуда через три часа. «Она говорила с духами и несла всякую чушь, – рассказывал он, – поэтому я ушёл».

Спустя неделю он вернулся, снова заплатил за обучение и попытался высидеть весь семинар. И снова ему это не удалось. Всё, чему учила Моррна, было безумием по сравнению с тем, чему его учили в университете. Опять он не прошёл обучение до конца.

«Я вернулся в третий раз, и теперь уже остался на все выходные, – рассказывал он мне. – Она всё ещё казалась мне сумасшедшей, но что-то в ней трогало меня до глубины души. Я оставался рядом с ней до её перехода в другой мир в 1992 году».

По словам доктора Хью Лина и многих других, метод Моррны, направленный внутрь самого себя, творил чудеса. Её молитва каким-то образом стирала воспоминания и установки, стоило её только произнести. Я хотел научиться этому таинству и знал, что не успокоюсь, пока не добьюсь этого.

Моррна упоминает свой способ исцеления в статье, которую она написала для книги «I Am a Winner»: «Я пользуюсь старым методом с двух лет. Он был усовершенствован и в то же время сохраняет суть мудрости предков».

Мэйбл Катц в своей книге «The Easiest Way» утверждает: «Хо'опонопоно – это процесс прощения, раскаяния и преображения. Каждый раз, когда мы пользуемся этим методом, мы принимаем на себя полную ответственность и просим о прощении (для себя). Мы учимся тому, что всё, что происходит в нашей жизни, является следствием наших собственных «программ».

Мне было любопытно, чем усовершенствованный Моррной метод самоаутентичности посредством Хо'опонопоно отличается от традиционного Хо'опонопоно. Доктор Хью Лин объяснил мне это так.

#### **Самоаутентичность посредством Хо'опонопоно**

1. *Внутриличностное* решение проблем.
2. Вовлечены только ты и твоё «я».
3. Ты находишься наедине с самим собой.
4. Покаяние перед самим собой.
5. Самопрощение.

#### **Традиционный метод Хо'опонопоно**

1. *Межличностное* решение проблемы.
2. Ведущий выступает посредником в решении проблем каждого участника.
3. Должны присутствовать все лица, вовлечённые в проблему.
4. Все участники должны покаяться друг перед другом, при этом ведущий следит, чтобы не возникало конфликтов.
5. Каждый участник должен просить о прощении всех присутствующих.

Согласно традиционному методу Хо'опонопоно, ведущий, обученный приемам решения проблем, отвечает за то, чтобы у каждого участника была возможность высказать своё видение проблемы. Это всегда служит источником разногласий в традиционном методе Хо'опонопоно, так как каждый видит проблему по-своему. Должен признать, мне больше импонирует новый усовершенствованный метод, когда всё происходит внутри человека. Нет необходимости привлекать других людей. В этом я вижу больше смысла. Поскольку моими учителями были приверженцы учения Юнга, например автор бестселлеров Дебби Форд («Тёмная сторона охотников за светом»), я уже пришёл к пониманию, что изменить можно только себя, а не окружающую среду и других людей.

«Наряду с усовершенствованным методом Хо'опонопоно, – продолжал доктор Хью Лин, – Моррна включила три составляющие собственного «я», которые являются ключом к самоаутентичности. Эти три составляющие, присущие всему живому: *скрытое «Я», или Подсознание (Unihipili – дитя/подсознательное); Эго, или Сознание (Uhane – мать/сознательное); и высшее «Я», или Сверхсознание (Aitakua – отец/надсознательное)*. Когда эта «внутренняя семья» находится в согласии, человек приближается к Богу. Это равновесие вносит в жизнь гармонию. Таким образом, Хо'опонопоно помогает восстановить баланс вначале в самом человеке, а затем во всём, что его окружает».

Он продолжал рассказывать об этом удивительном методе.

«На самом деле в Хо'опонопоно нет ничего сложного. Для предков гавайцев все проблемы начинались с мысли. Однако сама мысль не создаёт проблемы. Так в чём же её источник? Дело в том, что все наши мысли пронизаны тягостными воспоминаниями о людях, местах и событиях.

Самостоятельно разум не способен решить эти проблемы, потому что разум только управляет. Управлять – не значит найти решение проблем. Вы ведь хотите освободиться от них! Когда вы применяете Хо'опонопоно, Высшая Сила забирает ваши негативные мысли, нейтрализует и очищает их. Вы не очищаете человека, место или событие, а нейтрализуете энергию, связанную с этим человеком, местом или событием. Итак, первая стадия Хо'опонопоно – очищение энергии.

После этого свершается чудо. Происходит не просто нейтрализация энергии, а её *освобождение*, в результате чего высвобождается пространство. В буддизме это называется Пустотой. На завершающем этапе вы позволяете Богу прийти и заполнить эту пустоту светом.

Чтобы применять Хо'опонопоно, вам не нужно точно знать, в чём заключается проблема или ошибка. Всё, что нужно, – это определить что-либо, от чего страдает ваше тело, разум или душа. Как только вы обозначили проблему, необходимо немедленно начать *очищение*, сказать «Мне жаль. Прости меня».

Изучая метод Моррны, просматривая DVD с записями её интервью, я наконец нашел молитву, которую она использовала для исцеления больных, которых часто даже не видела. Она звучит так:

Всевышний Творец, единый Отец, Мать и Сын... Если я, моя семья, родственники или предки оскорбили Тебя, Твою семью, родственников или предков своими мыслями, словами, поведением или поступками с момента сотворения мира и до наших дней, мы просим Тебя о прощении... Позволь искупить, очистить, извлечь и отпустить все негативные воспоминания, блоки, энергию, ассоциации и преобразовать эту ненужную энергию в чистый свет... Да будет так!

Я не совсем понимал, как это запускало процесс исцеления в другом человеке, однако осознавал, что действие этого принципа основано на прощении. Видимо, Моррна, а теперь и доктор Хью Лин чувствовали, что через мольбу о прощении открывался путь к исцелению. Главным препятствием для нашего благополучия был недостаток любви. Прощение давало возможность восполнить этот недостаток.

Всё это зачаровывало меня, хотя было трудно понять, как применение Хо'опонопоно может помочь исцелить меня, вас или душевнобольных. Тем не менее, я продолжал слушать. Доктор Хью Лин говорил, что мы должны принять полную ответственность за свою жизнь – без исключений, без оправданий, без условий.

«Вы представляете, что было бы, если бы все осознавали свою полную ответственность? – спрашивал он. – Десять лет назад я пообещал себе, что позволю себе съесть сливочное мороженное – такое огромное, чтобы мне стало от него плохо, – если смогу прожить целый день, не осудив никого и ни за что. Мне ещё ни разу не удалось сделать это! Я стал замечать, что больше контролирую себя, но никогда не могу выдержать весь день».

Вот, теперь я увидел, что ничто человеческое ему не чуждо. Можно было верить его признаниям. Хотя я много работал над собой, меня всё ещё выводят из душевного равновесия люди и ситуации, которые мне хотелось бы изменить. Я стал намного терпимее относиться ко многим ситуациям, с которыми мне приходится сталкиваться на жизненном пути. Но далеко не всегда мне удаётся позитивно воспринимать всё происходящее.

«Но как доказать людям, что мы на все 100% отвечаем за собственные проблемы? – спросил он. – Если вы хотите решить проблему, работайте над собой. Например, если она кроётся в другом человеке, просто спросите себя: «Что происходит *во мне*, что заставляет этого человека идти на конфликт?» Люди всегда появляются в вашей жизни, чтобы как-то задеть вас. Осознавая это, вы можете найти выход из любой ситуации. Каким образом? Просто сказать: «Мне жаль, что всё так произошло. Прости меня».

Далее он объяснил, что если вы массажист или мануальный терапевт, и к вам обращается пациент с болью в спине, необходимо задать себе вопрос: «Что происходит *во мне*, что вызывает боль в спине этого человека?»

Это принципиально новый подход к жизни. Наверное, этим можно объяснить, что доктор Хью Лин исцелил всех тех душевнобольных преступников. Он не работал над ними; он работал над *собой*.

Затем он сказал, что в душе мы все чисты, свободны от программ, воспоминаний и влияния. Это нулевое состояние. В нём не существует ограничений. Однако в течение жизни мы подхватываем установки и воспоминания так же, как некоторые люди подхватывают простуду. Когда у человека простуда, он не становится плохим. Однако он должен, во что бы то ни стало, избавиться от неё. Так же и с программами. Мы их тоже подхватываем. Когда мы видим установку в ком-либо другом, она передаётся и нам. Выход один – очищение.

Доктор Хью Лин сказал: «Всегда есть способ избавиться от проблем и болезней для любого человека, который готов быть на 100% ответственным за создание своей жизни в каждый момент времени. В старинном гавайском методе лечения Хо'опонопоно человек обращается к Любви с просьбой исправить имеющиеся в нём недостатки. Он говорит: «Мне жаль. Я прошу прощения за

то, что происходит во мне и проявляется в виде этой проблемы». Затем уже Любовь отвечает за то, чтобы исправить его внутренние заблуждения, вызывающие проблему».

Он добавил: «В Хо'опонопоно проблема рассматривается не как суровое испытание, а как возможность. Проблема – это просто повторение воспоминаний из нашего прошлого. Она появляется, чтобы дать нам шанс посмотреть на ситуацию глазами любви и действовать по вдохновению».

Повторю, мне запрещено раскрывать подробности семинара. Я говорю это серьезно. Мне пришлось даже подписать соглашение о неразглашении тайны. Это сделано для того, чтобы сохранить конфиденциальность присутствовавших. Но могу сказать следующее: речь шла о принятии полной ответственности за свою жизнь.

Знаю, вы слышали об этом и раньше. Я тоже слышал. Но вы не рассматривали это так всеобъемлюще, как это делалось при обучении на семинаре. Полная ответственность означает ответственность за всё – даже за людей, которые появляются в вашей жизни, за *их* проблемы, потому что их проблемы – это ваши проблемы. Они – часть *вашей жизни*, и если вы полностью принимаете на себя ответственность за свою жизнь, то должны принять ответственность и за *их* чувства. **(Перечитайте это! Проникнитесь этим!)**

Это новаторская, открывающая новые горизонты концепция нового сознания. Следовать ей – значит, коренным образом изменить свою жизнь. Но большинство из нас не готовы даже воспринять идею полной ответственности, не говоря уже о том, чтобы принять её.

Но если вы принимаете её, возникает следующий вопрос; как изменить себя, чтобы изменился окружающий вас мир?

Единственно возможный способ – сказать «Я люблю тебя». Это и есть ключ к исцелению. Но применять его нужно *к себе*, а не к другим. Помните, их проблемы – это *ваши* проблемы. Поэтому, работая над *ними*, вы не получите результата. Не их нужно исцелять, а *вас самих*. Вы должны исцелить себя. Вы источник *всего* происходящего.

В этом и заключается суть обновлённого метода Хо'опонопоно.

Осмыслите *это*.

А пока вы думаете, я просто буду повторять «Я люблю тебя».

Одна из ключевых идей семинара заключалась в том, что мы действуем, основываясь либо на своей памяти, либо на вдохновении. Память заставляет думать и сомневаться, вдохновение даёт свободу. Большинство из нас до сих пор живут воспоминаниями. Мы не осознаём этого потому, что нам это не дано.

При таком восприятии мира Бог шлёт нашему разуму послания. Если активна ваша память – а чаще всего так и происходит, – вы не почувствуете вдохновения, не говоря уже о том чтобы следовать ему. В результате слова, посланные свыше, не будут услышаны. Постоянные помехи нашего разума мешают нам услышать их.

Доктор Хью Лин использовал несколько иллюстраций, чтобы объяснить свою позицию (см.

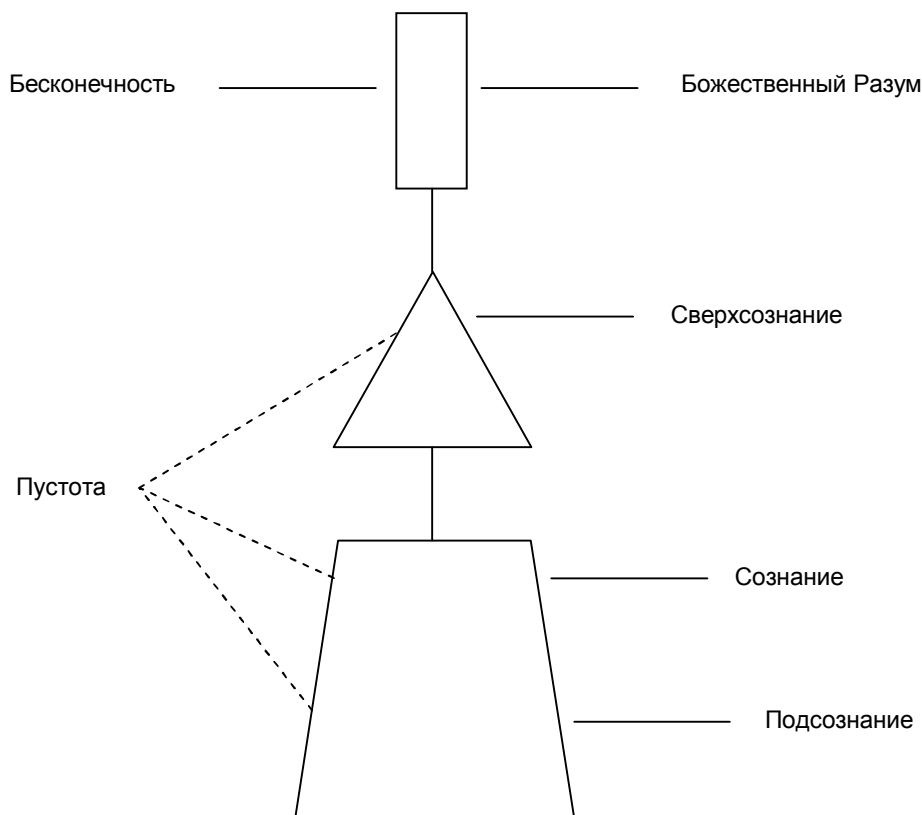


рисунок). На одной был нарисован треугольник. Доктор Лин объяснил, что это изображение человека. Внутри него только Бог. Это нулевое состояние, когда отсутствуют любые ограничения.

Бог даёт вам вдохновение. Вдохновение приходит свыше, в то время как память программируется коллективным бессознательным всего человечества. Программа – как вера, которую мы разделяем с окружающими, видя её в других. Наша задача состоит в том, чтобы стереть все установки и вернуться в нулевое состояние, когда к нам приходит вдохновение.

Доктор Хью Лин потратил много времени, чтобы объяснить, что мы делим память с окружающими. Если вам не нравится что-то в другом человеке, значит, и вам это тоже присуще. Ваша задача – избавиться от этого. Когда вам это удастся, другой человек также избавится от этого качества. В конце концов, от него избавится весь мир.

«Одна из самых устойчивых установок в мире – ненависть женщин к мужчинам, – рассказывал он. – Я продолжаю очищение, и это напоминает мне прополку сорняков в огромном поле. Каждый сорняк – это источник установки. Ненависть к мужчинам со стороны женщин прочно укоренилась. Только своей любовью мы можем заставить её уйти».

Я не совсем понял его. Это казалось очередной моделью или картой мира. Нечто подобное есть у каждого психолога, философа или религиозного течения. Меня заинтересовала именно эта концепция, потому что она может исцелить весь мир. В конце концов, если доктор Хью Лин смог вылечить целое отделение душевнобольных преступников, кто знает, что ещё возможно?

Но придерживаться Хо'опонопоно нелегко, заметил доктор Лин. Это требует отдачи. «Это совершенно не такой подход к жизни, как в *McDonald's*, – говорил он. – Это не окошко, где

постоянно принимаются заказы из автомобилей. Высшая Сила не принимает заказов. Здесь необходима постоянная концентрация на очищении, очищении, очищении».

Он рассказывал о людях, которые применяли метод очищения, чтобы сделать то, что другим казалось невозможным. Одна из историй касалась женщины, инженера NASA, которая пришла к нему в связи с проблемой в работе одной из ракет.

«Поскольку она пришла именно ко мне, я решил, что проблема во мне, – говорил доктор Хью Лин. – Поэтому я решил прибегнуть к очищению. Я сказал ракете: «Прости меня». Когда эта женщина пришла снова, она сказала, что ракета каким-то образом выправила траекторию своего полета».

Повлиял ли на ракету метод Хо'опонопоно? Доктор Хью Лин и эта женщина верят, что это так. Я говорил с ней, и она сказала, что ракета не могла исправить ошибку сама по себе. Должно было случиться что-то, наподобие чуда. Для неё чудом стало очищение с помощью доктора Хью Лина.

Не могу сказать, что я поверил в эту историю, но должен признать, что у меня нет другого объяснения случившемуся.

Во время перерыва на семинаре ко мне подошёл один человек и сказал: «Вы знаете, что есть один известный бизнесмен и его зовут так же, как вас?»

Я не знал, шутит он или нет, поэтому ответил: «Правда?»

«Да, он написал много книг, пишет о спиритическом маркетинге и гипнозе. Классный малый».

«Это я», – был мой ответ.

Незнакомец очень смутился. Марк Райан слышал наш разговор и нашёл его забавным.

Неважно, знали ли люди, что я был известен в мире интернет-бизнеса. Я становился популярным на самом тренинге. Доктор Хью Лин так часто обращался ко мне, что некоторым людям казалось, что он выделяет меня. Один из присутствующих спросил: «Кем вы приходитесь доктору Хью Лину?» Я сказал, что никем, и спросил, что натолкнуло его на такую мысль. «Не знаю. Просто кажется, что доктор сосредоточен именно на вас».

Меня никогда не расстраивало, что меня выделяют. Мне было приятно внимание. И я думал, что это имеет смысл, ведь доктор знал, что я пишу книги и связан с Интернетом. Уверен, в глубине души он считал, что если я проникнусь идеей исцеления, то смогу помочь многим людям.

В тот момент я не осознавал, что, получив вдохновение свыше, доктор готовил меня к роли гуру. Но не гуру для всего мира, а гуру для себя самого.



## Глава 6

# Я люблю тебя

---

*Всегда будет тебя окружать прекрасное, чистое,  
высокое и благотворное для тебя,  
когда ты следуешь по пути собственного «Я».  
Идти по этому пути – значит осознанно жить  
совершенной жизнью, наполненной  
божественными мыслями, намерениями и поступками.  
И напротив, ставя на первое место свои греховные мысли,  
ты своими руками выбираешь несовершенную жизнь,  
наполненную болезнями, смятением, обидами,  
угнетением, осуждением и бедностью.*

**Д-р Ихалиакала Хью Лин**

**Я** изо всех сил старался воспринять знания, которые давал доктор Хью Лин. Но чувствовал, что могу и хочу знать намного больше. Я всегда легко, как губка, «впитывал» чужие идеи. Я был открыт для восприятия. На первом же занятии я осознал, что всю жизнь испытывал потребность говорить «Я люблю тебя» всему, что встречалось на моём пути, нравилось мне это или нет. Чем больше мне удастся разрушить ограничительных установок, с которыми я сталкивался, тем скорее я смогу достичь состояния отсутствия ограничений и тем самым через себя привнести гармонию в наш мир.

Марку было несколько труднее воспринять то, о чём говорили на семинаре. Он всё всегда стремился поместить в рамки логики. Я же всё чётче понимал, что наш разум не имеет понятия о том, что на самом деле происходит. А потому попытки найти всему логическое объяснение изначально обречены на провал.

Доктор Хью Лин неоднократно повторял, что нашему сознанию доступно восприятие лишь 15 битов информации в секунду, тогда как каждую секунду информационное поле вокруг нас содержит около 15 миллионов битов. Нам не дано понять всего, что происходит в окружающем мире. Пусть всё идет своим ходом. Нужно уметь доверять.

Признаю, большинство высказанных идей казались безумием. Так, во время семинара один из присутствующих сказал, что видит, как в стене открылись ворота, через которые проплывают мертвые.

«Вы знаете, что спровоцировало ваше видение?» – спросил доктор Лин.

«Мы ведь недавно говорили о духах», – вспомнил кто-то.

«Всё верно, – согласился доктор Хью Лин. – Вы привлекли их своим разговором. Но вы не хотите заглядывать в другие миры. Слишком многое держит вас здесь и сейчас».

Я лично не видел никаких привидений. Не знаю, почему они являлись другим. Мне нравился фильм «Шестое чувство», но только как фильм. У меня никогда не было желания встретиться с духами или поговорить с ними.

Однако это явно было в порядке вещей для доктора Хью Лина. Он рассказывал, как во время работы в психиатрической больнице слышал звук сливаемой воды в туалетах, когда там никого не было.

«То место было наполнено духами, – говорил он. – Многие пациенты умерли в своих палатах, но не поняли, что их больше нет в живых. Они все ещё были там».

И всё ещё пользовались удобствами?

Видимо, да.

Но на этом странности не закончились. Доктор Хью Лин продолжал говорить, что если во время разговора вы замечаете, что глаза вашего собеседника совсем белые и покрыты легкой пеленой, то он одержимый.

«Даже не пытайтесь говорить с ним, – посоветовал он. – Вместо этого постарайтесь очистить себя и надейтесь, что очищение освободит вас от темноты, которая властвует над ним».

Я человек достаточно широких взглядов, но все эти разговоры о духах, одержимых и призраках, которые сливают воду в туалете по ночам, – это было слишком даже для меня. И всё же я оставался на занятии. Мне хотелось узнать сокровенные тайны исцеления, чтобы помочь себе и другим стать богатым, здоровым и счастливым. Просто я не предполагал, что для этого мне придётся пройти через потусторонний мир и оказаться на границе двух миров.

Как-то на занятии мы лежали на полу и делали упражнения, открывающие энергию в наших телах. Доктор Хью Лин подозвал меня к себе.

«Когда я смотрю на неё, то вижу всех голодающих Шри-Ланки», – сказал он.

Я проследил за его взглядом, но увидел только лежащую на ковре женщину.

«Так много в нас требует очищения», – заметил доктор Хью Лин.

Несмотря на некоторое замешательство, я старался применять на практике то, чему меня учили. Проще всего было постоянно повторять «Я люблю тебя». Так я и делал. Однажды вечером я почувствовал, что у меня начинается цистит. Переживая свои ощущения, я говорил «Я люблю тебя» Богу. Вскоре я забыл о своём недуге и к утру чувствовал себя хорошо.

Мысленно я постоянно повторял «Я люблю тебя», что бы ни случилось в моей жизни – плохое, хорошее, нейтральное. Насколько мог, я старался очистить всё, что меня окружало в данный момент, осознанно или неосознанно. На небольшом примере покажу вам, как это действует.

Однажды я получил по электронной почте письмо, которое меня сильно огорчило. Раньше я попытался бы справиться с этим, работая над своими эмоциональными проблемами или выясняя отношения с человеком, приславшим мне это неприятное письмо. Однако на этот раз я решил воспользоваться методом доктора Хью Лина.

Я повторял про себя «Прости меня» и «Я люблю тебя», не обращая ни к кому конкретно. Я просто вызывал дух любви, чтобы тот исцелил во мне то, что создавало или привлекало негативные внешние обстоятельства.

Не прошло и часа, как я получил ещё одно письмо от того же человека. Он извинялся за своё предыдущее послание.

Обратите внимание, я не предпринимал никаких внешних усилий, чтобы добиться извинения. Я даже не ответил ему. Просто, повторяя «Я люблю тебя», я каким-то образом излечил в самом себе скрытую ограничительную установку, в которой участвовали мы оба.

Применение метода не всегда означает получение немедленного результата. Суть не в достижении результатов, а в обретении гармонии. Когда это удаётся, зачастую желаемые результаты приходят сами собой.

Например, однажды пропал один из моих сотрудников. Он участвовал в разработке очень важного и срочного проекта. Человек не просто перестал ходить на работу – казалось, он вообще испарился с лица земли.

Я очень тяжело переживал это. Хотя на тот момент мне было известно о методе доктора Хью Лина, нелегко было повторять «Я люблю тебя», когда хотелось сказать: «Убил бы тебя!» Одна мысль об этом сотруднике приводила меня в ярость.

И всё же я продолжал повторять «Я люблю тебя», «Прости меня» и «Мне жаль». Я не обращался к конкретному человеку, а просто повторял эти слова. Разумеется, во мне не было чувства любви. Честно говоря, мне потребовалось около трёх дней, чтобы достичь некоего подобия внутреннего покоя.

Как раз в этот момент появился мой пропавший работник.

Он был в тюрьме и позвонил мне с просьбой о помощи. Я помог ему и в разговоре с ним продолжал про себя повторять «Я люблю тебя». Хотя немедленных результатов не последовало, обретение мной внутренней гармонии уже было достижением, которое делало меня счастливым. И в какой-то момент мой сотрудник тоже почувствовал это. Тогда-то он и попросил у охранника разрешения сделать телефонный звонок, и набрал мой номер. Благодаря этому звонку я получил ответы на вопросы, которые помогли мне завершить тот срочный проект.

Когда я впервые попал на тренинг по Хо'опонопоно, который вёл доктор Хью Лин, он похвалил мою книгу «Секрет притяжения: пять шагов к финансовому (и не только) благополучию». Он сказал мне, что по мере моего очищения энергетика моей книги будет усиливаться, и читатель сразу почувствует это. Другими словами, работая над собой, я способствовал совершенствованию своих читателей.

«А как быть с книгами, которые уже проданы и находятся у читателей?» – спросил я. Моя книга была бестселлером, она выпускалась большими тиражами в различных издательствах. Я беспокоился о тех людях, которые уже приобрели её.

«Эти книги не у читателей, – объяснил Хью Лин, в который раз поразив моё воображение своей мистической мудростью. – Они всё ещё в тебе».

Суть в том, что всё всегда остаётся в нас.

Детальному описанию этой новаторской методики необходимо было посвятить отдельное произведение. Вот почему я, с согласия доктора Хью Лина, приступил к написанию этой книги. Говоря коротко, что бы вы ни хотели улучшить в своей жизни – от финансового положения до

личных отношений, – позитивных изменений можно достичь только одним путём – работая над собой.

Не все участники семинара были способны воспринять то, о чём говорил доктор Хью Лин. В конце последнего дня они забросали его вопросами, стремясь найти логику в его идеях. Например, они спрашивали:

«Как может моё очищение повлиять на другого человека?»

«Где же здесь свобода воли?»

«Почему нас атакует так много террористов?»

Доктор Хью Лин молчал. Казалось, он смотрит прямо на меня, хотя я сидел на последних рядах. Он выглядел огорчённым. Ведь он постоянно говорил об отсутствии «внешних» факторов, о том, что всё происходит внутри нас. А теперь он, наверное, чувствовал, что недостаток понимания у слушателей отражал его собственный недостаток понимания. Казалось, он сейчас тяжело вздохнёт. Полагаю, он мысленно проговаривал «Прости меня. Я люблю тебя».

Любопытно, что у многих из присутствовавших на занятии были гавайские имена, хотя они не были похожи на гавайцев. Мы с Марком спросили их об этом. Нам сказали, что желающим доктор Хью Лин мог дать новое имя. Это делалось с целью обрести новое «я», чтобы впоследствии отойти от этого «я» и слиться с Богом в точке отсутствия ограничений.

Я хорошо знал силу имени. В 1979 году я получил имя Суами Энанд Манушри. Его дал мне мой учитель Багван Шри Раджниш. В тот момент жизни я ещё бежал от своего прошлого, боролся с нищетой и искал смысл жизни. Новое имя помогло мне начать всё с чистого листа. Я пользовался им семь лет. Естественно, мне стало интересно, сможет ли, и захочет ли доктор Хью Лин дать мне новое имя.

Когда я спросил его об этом, он ответил, что должен обратиться за советом к Богу. Прошло около месяца после первого семинара, и он написал мне.

Джо,

на днях перед моим мысленным взором возникло облако. Оно начало изменяться и постепенно стало светло-желтым. Затем оно потянулось, как проснувшийся ребенок, и растворилось. На его месте возникло имя Ао Акуа – «Праведный».

Сегодня в одном письме мне прислали такую цитату:

«О Всевышний, дарующий мне жизнь, даруй мне сердце, преисполненное благодарностью».

Желаю тебе мира выше всякого понимания.

Мир меня,

Ихалиакала

Мне пришлось по душе имя Ао Акуа, но я не знал, как оно произносится. Я обратился за помощью к своему учителю. Вот каков был ответ:

Джо,

А – это звук «а» в слове «папа».

О – это звук вздоха «Ох».

К – это звук в слове «кухня».

У – это звук в слове «грусть».

Мир меня,

Ихалиакала

Всё стало на свои места, и я полюбил своё новое имя. Я никогда не пользовался им на людях, но использовал в переписке с доктором Хью Лином. Позднее, когда я стал вести свой блог [www.JoeVitale.com](http://www.JoeVitale.com), то регистрировался как Ао Акуа. Очень немногие люди интересовались, что это за имя. И все же для меня это было важно, потому что таким образом я как бы просил Бога очистить мой блог. Ведь я использовал слово, которое для меня означало отделиться от облака и увидеть Бога.

За эти выходные на тренинге я приучил себя повторять «Я люблю тебя», по крайней мере, на какое-то время. Но мне хотелось большего. Я написал доктору Хью Лину и пригласил его в Техас, где он мог бы рассказать о методе Хо'опонопоно в тесной компании друзей. Так я надеялся провести с ним как можно больше времени. Он прилетел бы в Техас на эту небольшую лекцию и остановился бы у меня. У меня бы появилась возможность расспросить его о том, как он вылечил целое отделение душевнобольных преступников. Доктор Хью Лин согласился и ответил мне так:

Джо,

спасибо, что обратился ко мне. Ты не обязан был этого делать и всё же сделал. Я благодарен тебе.

Предлагаю рассказать о моём неофициальном визите в Остин в феврале в интервью. Мне кажется, хорошим фоном для этого интервью послужил бы анализ методов решения проблем, которые ты освещаешь в своей книге «Adventures Within: Confessions of an Inner World Journalist» («Путешествие в себя: признания журналиста из внутреннего мира»). В ходе этой беседы я отвожу тебе не просто роль журналиста, а себе не просто роль интервьюируемого.

В изложении информации, какую бы форму она ни принимала, важна ясность. Например, намного больше неопределённости в определении проблемы, чем в выявлении причины этой проблемы. Как может человек решить проблему, если он не может ее четко определить? Где следует искать эту проблему? В человеческом разуме? Что есть разум? Или в теле (как ответило бы большинство людей)? Или и там, и там? Скорее всего, вы не найдете её ни в первом, ни во втором случае.

Нужно ещё ответить на вопрос, кто или что отвечает за решение проблемы. Как ты заметил в своей книге, трудно судить о чём-либо со стороны, даже пытаясь решать проблемы такими методами, как Свобода выбора или Дискуссия. Представляют ли собой проблему суждения и взгляды? Только появление серьезной проблемы ставит всё на свои места.

Наше неофициальное интервью будет не о хороших и плохих, правильных и неправильных методах и концепциях. Это будет своего рода анализ распространённых случаев неясности. Мы с тобой сделаем важное дело, прояснив ситуацию хоть на йоту.

Конечно же, время может внести в наш план свои коррективы. В конце скажу, повторяя слова Брута из пьесы Шекспира «Юлий Цезарь»: «О, если бы кто-нибудь из смертных мог предугадать исход такого дня! Довольно с нас того, что он наступит, тогда его узнаем мы». Так и сделаем.

Скажи, что ты думаешь о предложенном мной интервью. Я не настаиваю на чём-то определённом и вполне солидарен с Брутом.

Мир меня,

Ихалиакала

Я дал объявление о частном ужине, где будем присутствовать мы с доктором Хью Лином. Мне казалось, что желающих присутствовать будет человек пять-шесть. К моему удивлению, выказали такое желание почти 100 человек, а 75 – оплатили ужин, заранее заказав место за столиком.

Доктор Хью Лин неожиданно попросил предоставить ему список всех, кто будет присутствовать на вечере. Он хотел поработать над их очищением. Я не был уверен, что это можно сделать, но послал ему список. В ответ он написал мне:

Спасибо тебе за список, Ао Акуа.

Это нужно только для очищения, для того чтобы освободиться от земного и чистым предстать перед Богом.  
«Расти, душа, и насыщайся вволю,  
Копи свой клад за счёт бегущих дней  
И, лучшую приобретая долю,  
Живи богаче, внешне – победней.  
Над смертью властвуй жизни быстротечной,  
И смерть умрёт, а ты пребудешь вечно».

Мир меня,  
Ихалиакала

Когда доктор Хью Лин прибыл в Остин и я заехал за ним, он сразу же стал расспрашивать меня о моей жизни.

«Книга, которую ты написал о своей жизни (он имел в виду «Adventures Within»), показывает, как много путей ты прошёл в поисках мира, – начал он. – Нашел ли ты свой путь?»

Я подумал и сказал, что все пути по-своему хороши, но, наверное, свобода выбора кажется самым полезным и надёжным. Я объяснил, что на этом пути человек ставит под сомнение убеждения, чтобы определить, какие из них верные.

«Когда ты ставишь под сомнение убеждение, с чем ты остаёшься?»

«С чем ты остаёшься? – повторил я. – Ты остаёшься с осознанием права выбора».

«Откуда приходит это осознание?» – спросил он.

Я не совсем понимал, к чему он ведёт.

«Почему человек может быть богатым и при этом быть подлецом?» – вдруг спросил он.

Вопрос поставил меня в тупик своей неожиданностью. Я хотел объяснить, что богатство и подлость не являются взаимоисключающими понятиями. Нигде не написано, что только ангелы имеют право быть богатыми. Может быть, плохой человек имеет правильные установки в отношении денег. Поэтому он может быть состоятельным, и при этом оставаться пренеприятным типом. Но в тот момент я не сумел найти нужных слов.

«Не имею ни малейшего понятия, – признался я. – Не думаю, что для обретения богатства человек должен менять свою сущность. Просто нужно иметь установки, которые ориентированы на богатство».

«Откуда берутся эти установки?» – спросил он.

Пройдя его тренинг, я приобрёл достаточно знаний, чтобы ответить: «Это программы, которые людям навязывает жизнь».

Он снова сменил тему разговора, сказав, что я по-настоящему гипнотический писатель. Ему начинала нравиться моя идея написать книгу о методе Хо'опонопоно.

«Вы считаете, я уже готов написать книгу?» – спросил я.

«Давай посмотрим, как пройдут выходные», – ответил он мне.

«Если уж мы начали, я хотел спросить, как будет проходить этот ужин? – поинтересовался я. Я всегда старался контролировать ситуацию и быть уверенным в том, что справлюсь, а люди получают то, ради чего они пришли.

«Я никогда ничего не планирую, – сказал он. – Нужно довериться Богу».

«Но кто будет говорить первым – я или вы? Или, может быть, у вас есть вступление, которое я мог бы зачитать?»

В ответ я услышал: «Посмотрим. Не стоит планировать».

Я почувствовал себя неуютно. Мне гораздо проще, когда я знаю, что должен делать. Доктор Хью Лин подталкивал меня в темноту, хотя, как знать, может, это был путь к свету. В тот момент у меня не было уверенности. Тем временем он продолжил и сказал то, что я не мог понять в то время:

«Чего мы, люди, не осознаём в своём сиюминутном существовании, так это наше непрерывное сопротивление жизни, – начал он. – Это сопротивление постоянно удерживает нас на удалении от нашей самоаутентичности, от Свободы, Вдохновения и, прежде всего, от самого Божественного Создателя. Иначе говоря, мы одинокие люди, бесцельно бродящие в пустыне нашего разума. Мы не способны соблюдать заповедь Иисуса Христа: «Не сопротивляйтесь злу». Кроме того, мы не понимаем и другой заповеди: «Мир начинается с меня».

Сопротивление заставляет нас постоянно находиться в состоянии беспокойства, духовного, умственного, финансового и физического истощения, – добавил доктор Хью Лин. – В отличие от Шекспира, мы не осознаём, что постоянно пытаемся сопротивляться и плыть против течения. Каждому движению нашего сознания соответствует миллион неосознанных движений. И этого одного движения из миллиона недостаточно для нашего спасения».

Нам предстоял увлекательный вечер.

*И* захотел осмотреть помещение, в котором будет проходить ужин. Это был большой зал на верхнем этаже гостиницы в центре города Остин в штате Техас. Администратор вежливо провела нас наверх. Доктор Хью Лин попросил оставить нас одних. Она кивнула и вышла.

«Что ты замечаешь?» – спросил он меня.

Я осмотрелся и сказал: «Нужно почистить ковёр».

«Какие у тебя впечатления? – повторил он. – Нет правильного и неправильного ответа. То, что чувствуешь ты, может не совпадать с тем, что чувствую я».

Я постарался расслабиться и сосредоточиться на настоящем моменте. И вдруг я почувствовал суетность, напряжение, темноту. Не будучи уверен, что это такое и что оно может означать, я поделился с доктором Лином своими наблюдениями.

«В этой комнате накопилась усталость, – объяснил он. – Люди приходят и уходят, не замечая её. Ей нужно внимание».

Мне это показалось несколько странным. Комната похожа на человека? Она умеет чувствовать?

Ладно, неважно.

«Эта комната говорит, что её имя Шейла».

«Шейла? Так зовут комнату?»

«Шейла хочет, чтобы мы её ценили».

Я не знал, что ответить на это.

«Нам нужно попросить разрешение провести здесь наше мероприятие, – сказал он. – Поэтому я спрошу у Шейлы, не имеет ли она ничего против».

«И что она говорит?» – спросил я и почувствовал себя глупо, задавая такой вопрос.

«Она говорит, что согласна».

«Это хорошо», – ответил я, вспомнив, что мне не вернут мой задаток за этот зал.

Он продолжал объяснять: «Однажды я находился в аудитории и готовился проводить лекцию. Я разговаривал со стульями, спрашивая их: «Я никого не пропустил? Есть у кого-то проблемы, которые я мог бы решить?» И один из стульев сказал мне: «Знаете, на предыдущем семинаре на мне сидел один парень, и у него были финансовые проблемы. После этого я чувствую себя истощённым!» Я провёл *очищение* этой проблемы, и стул выпрямился на глазах. И я услышал: «Порядок! Теперь я готов встречать следующего парня!»

Он и сейчас разговаривает со стульями?

Кое-как мне удалось сохранить внимание. Он продолжал свой удивительный рассказ:

«На самом деле я пытаюсь научить комнату. Я говорю ей и всем предметам, которые в ней находятся: «Вы хотите узнать, что такое Хо’опонопоно? В конце концов, скоро я уйду. Разве не здорово, если бы вы могли сами работать над собой?» Некоторые говорят «да», некоторые – «нет», а некоторые говорят: «Я слишком устал!»

Мне вспомнилось, что многие древние культуры считали предметы одушевлёнными. В книге «Энергетическое очищение вашего пространства» («София», 2007) Джим Следопыт Юинг говорит, что помещения часто накапливают энергию. Не будет большим безумием предположить, что комнаты и стулья умеют чувствовать. Хотя это, конечно же, непривычная для нашего разума мысль. Если физика права и всё, что мы воспринимаем как целое, на самом деле состоит из энергии, то беседы с комнатами и стульями, возможно, являются способом преобразовать эту энергию в новую, более чистую форму

Но чтобы стулья и комнаты говорили что-то в ответ? В тот момент я был не готов к этому.

Доктор Хью Лин посмотрел в окно на городскую линию горизонта. Высокие строения, административные здания, линия неба казались мне прекрасными.



Но только не доктору Лину.

«Я вижу надгробия, – сказал он. – Город полон умерших».

Я выглянул в окно и не увидел никаких могил. Или мертвецов. Мне был виден лишь город. И снова я понял, что доктор Хью Лин использовал оба полушария мозга одновременно, поэтому он видел то, что было скрыто для большинства глаз. Я не мог этого. Я пребывал в состоянии сна, хотя мои глаза и были открыты.

Мы пробыли в гостинице ещё полчаса. Насколько я понимал, доктор Хью Лин ходил по комнате, очищая её, прося прощения, говоря Шейле, как любит её, очищая, очищая, очищая.

В какой-то момент он сделал телефонный звонок. Он рассказал своей собеседнице, где находится, что его окружает, и попросил поделиться впечатлениями. Казалось, он получил подтверждение своим ощущениям. После его звонка мы сели за стол и начали беседовать.

«Моя подруга говорит, что эта комната позволит нам провести в ней ужин, если мы будем выражать ей свою любовь», – сказал он.

«Как мы должны выразить ей свою любовь?»

«Просто скажи «Я люблю тебя»», – ответил он.

Это казалось глупым. Говорить комнате «Я люблю тебя»? Но я старался, как мог. Я уже понял, что не обязательно на самом деле чувствовать любовь, чтобы «Я люблю тебя» работало. Нужно просто говорить это. Вот я и говорил. После нескольких повторений начинаешь действительно верить в то, что говоришь.

Помолчав несколько минут, доктор Хью Лин произнёс ещё одни мудрые слова: «То, что каждый из нас держит в себе, наши воспоминания и желания, имеют немедленное и всеобъемлющее влияние на всё, начиная с людей и заканчивая неорганическим, растительным и животным миром, – сказал он. – Когда в чьём-либо подсознании воспоминание сводится к нулю Богом, оно сводится к нулю во всех подсознаниях – во всех!»

Он сделал паузу и продолжил:

«Поэтому, Джозеф, то, что происходит ежеминутно в твоей душе, происходит в это же время в душах всех других людей. Разве не чудесно осознавать это? А ещё чудеснее ценить то, что ты можешь обратиться к Создателю и попросить свести эти воспоминания в твоём подсознании к нулю, и заменить их в своей душе и душах окружающих божественными мыслями, словами, действиями и поступками».

Что можно было ответить на *это*?

Всё, что пришло мне в голову, – это сказать «Я люблю тебя».

## Глава 7

# Духовная трапеза

---

*Обновлённый метод Хо'опонопоно, этот процесс покаяния, прощения и преобразования, представляет собой просьбу к Любви очистить и заменить токсическую энергию в нас. Любовь осуществляет это, проходя сквозь наше сознание, начиная с духовного сознания, сверхсознания. Затем она проходит через наш интеллект, сознание, освобождая его от энергии мыслей. И наконец, достигает эмоционального сознания, подсознания, очищая мысли от отрицательных эмоций и наполняя их собой.*

**Д-р Ихалиакала Хью Лин**

**Н**а наш частный ужин с доктором Хью Лином пришло больше 70 человек. Я очень удивился такому интересу к этому необычному учителю. Они прилетели в Остин с Аляски, из Нью-Йорка и других городов. Некоторые приехали из Оклахомы. Я не пойму, зачем они все приехали. Одним было просто любопытно. Другие были поклонниками моих книг, например книги «Секрет притяжения», и хотели сделать следующий шаг вместе со мной.

Я по-прежнему не знал, что сказать. Я не знал, когда начать. Доктор Хью Лин, казалось, чувствовал себя вполне комфортно, плывя по течению. Он спокойно ужинал, а все жадно ловили каждое его слово. Следующие записи были сделаны моей подругой Синди Кэшмен (которая, кстати, планировала стать первой женщиной, которая выйдет замуж в открытом космосе).

*Суббота, 25 февраля 2006 года. Я приехала в Остин, чтобы послушать выступление доктора Хью Лина. За ужином я села возле него. Он говорил о 100%-й ответственности. Я была свидетельницей мощных изменений энергии. Одна дама за нашим столом порицала мужчину за то, что он не позвонил в больницу. Внезапно у неё начался приступ астмы. Доктор Хью Лин замолчал и сказал:*

*«Я поинтересовался насчёт вас и услышал, что вам нужно пить больше воды. Это поможет вам от астмы».*

*Её энергия мгновенно изменилась от порицания к благодарности. На меня это произвело большое впечатление, потому что внутри я давно осудила эту женщину: «Она всех критикует» – и хотела дистанцироваться от человека, который осуждает других. Доктор Хью Лин взял негативную энергию и полностью трансформировал её в позитивную энергию любви.*

*Затем я достала бутылку воды. Указывая на бутылку воды из отеля, я сказала доктору Хью Лину:*

*«Это не очень хорошая вода!»*

*И доктор Хью Лин ответил: «Вы понимаете, что вы только что сделали?»*

*Когда он это сказал, я поняла, что только что послала негативные волны воде. И снова я была благодарна за предупреждение о том, что я делаю.*

*Доктор рассказал мне, как он постоянно очищает свои мысли. Глядя, как женщина критикует мужчину, доктор Хью Лин спросил у самого себя:*

*«Что происходит во мне и вызывает в ней такую реакцию? Как я могу нести за это полную ответственность?»*

*Он отправил свою энергию Богу и сказал. «Благодарю тебя. Я люблю тебя. Мне очень жаль». И услышал в ответ: «Посоветуй ей пить больше воды».*

*Доктор сказал мне: «Я знаю, как очищаться, поэтому она получила то, в чём нуждалась, а я получил то, в чём нуждался сам».*

*Он говорил с Богом, и Бог говорил с ним. Когда я чиста, я вижу каждого так, как видит его Бог.*

*Я спросила доктора Хью Лина, могу ли я с ним встретиться. Он ответил отказом, поскольку Бог сказал ему, что я уже получила внутреннее знание.*

*Для меня это были прекрасные слова поддержки.*

*За этот вечер я узнала следующее:*

*1. Я стала свидетельницей того, как доктор Хью Лин преобразовал энергию женщины из осуждения в благодарность.*

*2. Я поняла, что сама осуждала даму и воду.*

*3. Я поняла систему, которую использует доктор для очищения самого себя, и осознала, насколько полезно пользоваться этой системой каждому из нас.*

*4. Не забывайте говорить «Благодарю тебя» и «Я люблю тебя» как можно чаще».*

Я начал ужин с рассказа о том, как узнал о волшебном докторе, который исцелил целое отделение душевнобольных пациентов. Я привлёк общее внимание. Предложил людям задавать вопросы, и мы с доктором Хью Лином начали открытую дискуссию наподобие той, которую, наверное, вели Сократ и Платон, хотя я чувствовал себя больше пластилином в руках мастера, чем лучшим учеником.

Доктор Хью Лин начал дискуссию с фразы: «Люди часто задают мне вопросы вроде «А как же вера? Эмоции? Что вы можете сказать относительно этого?» Я к этому не имею никакого отношения. Я не отвечаю на вопросы «как?» Но если вы собираетесь меня спросить «что?», я отвечу! Но это похоже на условный рефлекс: если бы я потянулся к чему-то, прикоснулся и обжёгся – я отдернул бы руку. Поэтому (если нечто должно случиться) я «отдёрнул руку» уже тогда, когда нечто ещё не случилось.

Например, прежде чем войти в эту комнату (а это святая комната), я поговорил с ней. Я поинтересовался у комнаты её именем, ведь у неё есть имя. Затем я спросил: «Можно мне войти, всё ли хорошо?» Комната ответила: «Всё хорошо. Ты можешь войти». Но давайте представим, что комната ответила: «Нет, ты не можешь войти. Ты (простите за выражение) паршивый человек!» В таком случае мне пришлось бы взглянуть на себя и сделать то, что необходимо сделать. Поэтому, когда я вхожу, я вхожу так, что это соответствует старой поговорке врачей: «Исцели себя сам!» Поэтому я всегда стараюсь убедиться, что вхожу в комнату исцелённый и без проблем, по крайней мере, в данный момент».

Я прервал его, чтобы дать людям возможность осмыслить происходящее. Я хотел, чтобы все поняли, кем является доктор Хью Лин и зачем мы здесь собрались. Мы ведём свободную непринуждённую дискуссию. Я посоветовал всем расслабиться и стать открытыми для разговора. «С доктором Хью Лином вы никогда не знаете, что скажете или что сделаете».

Доктор Хью Лин спросил у присутствующих, почему кто-то болеет раком груди? Никто не смог ответить. Как не мог ответить и доктор. Он сказал, что в каждый момент времени нам поступают миллионы битов информации, но мы способны осознать не больше 15 битов в каждый момент времени. Он возвращался к этой теме постоянно. Но смысл его послания был следующим: «Мы не знаем ответа».

«Наука не даёт никаких четких ответов, что происходит в нашей жизни», – объяснил он. Даже математика не является совершенно чёткой из-за существования нуля. В конце книги «Zero: The Biography of a Dangerous Idea» её автор, Чарльз Сейф, делает вывод: «Всё, что знают ученые, это то, что Космос возник из ничего и вернётся в ничто, откуда и появился. Вселенная началась с нуля и им же и закончится».

Доктор Хью Лин продолжил: «Поэтому я вернул Вселенную моего разума обратно к нулю. В нём не осталось никакой информации. Вы слышали о различных способах достижения этого состояния – состояния пустоты, чистоты. Всё равно, как вы это называете. Мой разум сейчас вернулся к нулю. Не имеет значения, что произойдет, даже если я к этому не готов. Процесс, о котором я говорю, представляет собой *постоянное бесконечное обнуление*, т. е. я могу находиться в нулевом состоянии».

Я видел, что доктор Хью Лин привлёк внимание большинства людей, но некоторые, подобно мне, пребывали в недоумении. Доктор Хью Лин вёл дальше: «Когда ваш разум переходит в нулевое состояние, появляется место для творчества, которое мы называем вдохновением. На Гавайских островах это вдохновение называют Га».

Если вы бывали на Гавайях, то знаете, что слово «га» означает вдохновение, «вай» – «вода» и «и» – «Бог». Вот что значит слово «Гавайи». Само слово *Гавайи* означает процесс очищения, поэтому в любом месте я, прежде всего, делаю проверку, например, перед тем, как войти в эту комнату. «Что мне нужно, чтобы очистить то, чего я не знаю? Я не представляю, что происходит, так что делать?» Поэтому если применю процесс очищения, который называется «Гавайи», он даст результат, о котором я даже не подозреваю, и вернёт меня в нулевое состояние.

Только ноль... и вам остаётся понять, что разум способен служить только двум господам и только одному в конкретный момент времени. Он будет служить тому, что приходит в наш разум, *или* он будет служить вдохновению. Первое из этих двух называется памятью».

Всё стало намного загадочнее. Но доктор Хью Лин продолжал углубляться.

«Вдохновение исходит от Божественного Разума и находится в *вас*! Оно никуда не пропадает. Вам не нужно искать кого-нибудь вне своего разума. Всё уже *в вас*! Следующий уровень называется сверхсознание. Объяснить это довольно просто. Жители Гавайев называют его *аумакуа* (Aumakua). «Ау» означает «вне времени и пространства», а «макуа» означает Божественный Дух, или Бог. Это часть вас, которая бесконечна (бессмертна) и не имеет никаких пространственных ограничений. Эта часть вас точно знает, что происходит на самом деле.

Кроме того, вы обладаете сознательным разумом. Жители Гавайев называют его *Ухане* (Uhane). А ещё есть подсознание, называемое ими *Унихипили*. (Unihipili).

Таким образом, один из главных моментов, о которых следует помнить, – это вопрос самому себе: «Кто я?» Мы говорим о том (чем я хочу поделиться с вами), что ваша личность состоит из трёх элементов разума. И важно понимать, что *этот* разум пуст! Другими словами, разум – это *нуль*. А теперь ответьте, кто вы? Вы Божье творение, т. е. нуль. Но зачем нужно стремиться быть нулём?

Когда вы – нуль, то возможно всё! *Абсолютно всё!* Это значит, что вы созданы по образу Божию. Я стараюсь очиститься от того, что слышу, но я хочу, чтобы *вас* очистил Бог!

Итак, вы созданы по образу Божьему! Это означает, что, вы созданы пустыми (чистыми) и бесконечными (бессмертными). Как только вы захотите избавиться от мусора и стать пустыми (чистыми), вдохновение сразу же наполнит всё ваше существо, и вы добьётесь своей цели. Вам даже не нужно знать, что вы на правильном пути, потому что большую часть времени вы этого не узнаете. «Где это? Где это? Я очистился. А теперь скажите мне, где это? Я буду работать больше!» Но большую часть времени вы всё равно не будете знать истины.

Когда интеллект попадает в тупик, то, чем больше, тем *сильнее* вы увязаете. Это то, что гавайцы называют *кукай па'а*. Кто-нибудь знает, что означает «кукай па'а»? Это интеллектуальный запор».

Один человек спросил: «Но если я спорю с другим человеком, то вы говорите, что проблема, которую надо исправить, во мне, а не в этом человеке?»

«Если у вас возник с кем-то спор, то на самом деле это спор *не* с этой личностью! – заявил доктор Хью Лин. – Это *память*, на которую вы *реагируете*. Вот с кем вы спорите. А *не* с другим человеком.

Сейчас я работаю с людьми, которые ненавидят своего мужа или свою жену. Одна женщина сказала мне: «Я подумываю о переезде в Нью-Йорк. Там у меня будет больше шансов». И я услышал, что сказал мне Бог: «Куда бы она ни поехала, её проблемы останутся с ней».

Затем доктор Хью Лин объяснил, что когда кто-то просит его о сеансе терапии, он смотрит внутрь себя, а не на человека, который ему звонит.

Например, недавно мне позвонила дочь женщины, которой исполнилось 92 года. «У моей матери ужасные боли в бедре уже несколько недель». Пока она говорила со мной, я задал вопрос Богу: «Что происходит во мне, что вызвало боль у этой женщины?» А затем спросил: «Как я могу решить эту проблему внутри себя?» Я получил ответы на эти вопросы и сделал то, о чём рассказывал.

Через неделю эта женщина позвонила мне ещё раз и сказала: «Моя мать сейчас чувствует себя лучше!» Это не значит, что проблема больше не возникнет, потому что бывает множество причин того, что кажется одной проблемой. Но я продолжаю работать над собой, а не над ней!»

Ещё один человек спросил о далёких войнах. Он хотел знать, несёт ли он ответственность за них. Точнее, он хотел знать, что доктор Хью Лин предпринимает по этому поводу.

«Конечно, я считаю себя ответственным! – без колебаний ответил доктор. – Я очищаюсь каждый день, но не могу сказать, что очищусь и что хочу, чтобы об *этом* позаботились. Только Бог знает, что может произойти. Но я делаю свою часть работы, которая заключается в очищении, например, в очищении больниц. На Гавайях у нас больше нет отделения психиатрической больницы для убийц. Их просто не осталось! Я сделал свою часть работы как можно лучше. Возможно, если бы я очищался ещё сильнее, то результаты были бы ещё лучше. Но я всего лишь человек, и делаю то, на что способен».

Я видел, что доктор Хью Лин уже устал и хотел бы завершить вечер. Это была очень запоминающаяся встреча для всех нас.

Но этим встреча не завершилась.

На следующий день после вечерней лекции и ужина несколько людей, включая меня, доктора Хью Лина, Элизабет Маккол (автора книги «The Tao of Horses») и некоторых других, завтракали вместе. Как только я оказываюсь рядом с доктором Хью Лином, то внутренне успокаиваюсь. Может быть, я чувствую нулевое состояние. А может быть, нет. Кто знает?

В какой-то момент я почувствовал внезапное вдохновение продолжить наш уик-энд и назвать его как-то вроде «Основополагающий уик-энд». Я не знаю, откуда пришла эта идея. По крайней мере, не знал в то время. Теперь я знаю, что это было вдохновение от Бога. Но после завтрака это показалось мне хорошей идеей, которую я не хочу воплощать в жизнь.

Я был очень занят своими проектами, путешествиями, рекламными акциями, фитнесом и т. д. Мне не нужна была ещё одна запись в разделе «Сделать» моего ежедневника. Я попытался отказаться от идеи. Я решил подождать и проверить, не исчезнет ли она сама собой.

Она не исчезла. Она оставалась в моей голове и три дня спустя. Доктор Хью Лин сказал, что если идея остаётся после нескольких очищений, то нужно действовать. Поэтому я написал письмо, которое стало, наверное, самым плохо написанным электронным посланием за всю мою жизнь, и отправил его всем адресатам из моей адресной книги. К моему удивлению, один человек позвонил и зарегистрировался для участия во встрече всего через три минуты после отправки письма. По всей вероятности, эта женщина сидела перед экраном компьютера и ждала весточки от меня.

Регистрация остальных участников прошла так же просто. На встречу я хотел пригласить только 25 человек. Это было моё собственное ограничение, потому что мне было легче выступить перед 25 людьми, чем перед 2500. Кроме того, я никогда не проводил подобные семинары раньше. В действительности я не имел ни малейшего понятия, как это делается.

Я рассказал доктору Хью Лину о вдохновении и о моём беспокойстве.

«Мой единственный совет – ничего не планировать», – сказал он.

«Но я всегда всё планирую, – объяснил я. – Записываю все поставленные перед собой задачи, намечаю ключевые точки этапов их выполнения, и пишу тезисы выступления. Я чувствую себя лучше, когда знаю, что буду говорить».

«Ты почувствуешь себя ещё лучше, как только доверишься Богу, – возразил он. – Мы это очистим».

Я понял, что он имеет в виду. Поскольку предстоящее событие должно стать частью его жизненного опыта, то было что-то, что он должен очистить. Всё общее. Твой опыт, твои впечатления – это и мой опыт, и мои впечатления. И наоборот, потому что мы готовы к этому.

Я приложил все усилия, чтобы не планировать встречу. Но в какой-то момент поддался своим страхам и создал печатную брошюру для всех участников. Но сам её не использовал и никогда не заглядывал в неё. И никому она не понадобилась.

Я начал встречу фразой: «Не имею ни малейшего понятия, что делать на этой встрече».

Все засмеялись.

«Нет, правда, – сказал я. – Не знаю, что говорить».

Они опять засмеялись.

Затем я рассказал всем о докторе Хью Лине, о методе Хо’опонопоно, и о том, что утверждение «Вы создаёте свою собственную реальность» значит больше, чем можно подумать.

«Если в вашей жизни есть кто-то, кто вам не нравится, – пояснил я, – то создали его вы сами. Если вы создаёте собственную реальность, то вы создаёте и своих недругов».

Этот уик-энд прошёл великолепно. Даже сегодня, глядя на общую фотографию участников этого события, я ощущаю то всеобщее чувство любви, которое возникло у нас. Эту фотографию можно увидеть на сайте [www.BeyondManifestation.com](http://www.BeyondManifestation.com).

Но для меня это было только начало.

Мне ещё многому нужно было научиться.

## Глава 8

# Доказательство

---

*Вы должны пойти в темноту, чтобы зажечь свой огонь.*

**Дебби Форд.**

**«Тёмная сторона охотников за светом»**

**М**ногие люди сделали для себя открытие во время встречи за ужином и «Основополагающего Муик-энда». В этой главе вы прочтёте несколько реальных историй, которые позволят вам оценить всю мощь метода Хо'опонопоно.

Вот первая история от Льюиса Грина.

*Дорогой Джо,*

*хочу ещё раз поблагодарить за вечер, проведённый вместе с доктором Хью Лином. Хочу также поблагодарить Сюзанну за внимание к деталям и, в частности, за организацию для меня вегетарианского ужина в сети Hyatt. Я получил настоящее удовольствие, сидя рядом с вами и Нериссой, а также познакомившись с остальными прекрасными людьми за нашим столом.*

*Я чувствовал себя в привилегированном положении, занимая первый ряд напротив доктора Хью Лина. Меня покорили его вежливость и великодушие при ответах на задаваемые мной вопросы.*

*За две недели, прошедшие после этого вечера, в моей жизни произошли удивительные события, которыми я с радостью хочу поделиться с вами. Во-первых, мне приходилось напоминать себе, что доктор Хью Лин очищался и обращался к Богу с просьбой помочь мне в этом. Но даже несмотря на то, что я старался применять метод Хо'опонопоно, как только о нём вспомню (а значит, время от времени), я всё равно почувствовал на себе силу молитв доктора.*

*Меня попросили собрать рассказы о методе доктора  
Хью Лина сразу после прослушивания его записи*

*Первое событие, о котором я хочу упомянуть, это сообщение по электронной почте от Сюзанны, в котором она просила поделиться впечатлениями от вечера, проведённого вместе с доктором Хью Лином. Интересно, что я приобрёл руководство под названием «Жизнь проходит» и загрузил себе на компьютер MP3-запись беседы с доктором Хью Лином. И как только я закончил прослушивать эту запись, пришло письмо от Сюзанны.*

*Мой судебный процесс стал известен на всю  
страну без всякой рекламы*

*Второе событие довольно необычное. Я получил новый иск, перед тем, как выехать в Остин 23 февраля. Я не успевал сходить на почту перед отъездом, поэтому отправил документы на*



*следующее утро уже из почтового отделения Остина (24 февраля). Неожиданно мои материалы на почте потерялись и не прибыли по указанному мною адресу в понедельник 6 марта.*

*Надо сказать, что я работаю юристом по вопросам защиты прав потребителей в компании Listserv, офисы которой расположены по всей стране. В прошлую пятницу, во второй половине дня, адвокат из Коннектикута поместила краткое описание дела, зарегистрированного в Канадиан Каунти, штат Оклахома. Она спрашивала, занимался ли этим делом кто-нибудь из моих коллег в городе Талса. Я чуть не упал со стула. Это было то самое моё дело. Я ответил ей по электронной почте и позвонил в офис, чтобы спросить, откуда она узнала о нём. После этого я провёл целый час, пытаясь найти какую-то информацию в Google, но безуспешно.*

*Ответ пришёл по электронной почте. Она писала, что подписалась на интернет-услугу под названием «Служба судебных новостей» (Courthouse News Service) ([www.courthousenews.com](http://www.courthousenews.com)). Служба имеет в своём распоряжении внештатных корреспондентов (да и, наверно, собственных агентов), которые следят за судебными делами и последними новостями по всей стране. Они же сообщают о важных, громких или же просто резонансных случаях. Обзор, состоящий всего из одного абзаца\*, появился на первой странице веб-сайта, в правой колонке, а ведь я не предавал это дело огласке. По иронии судьбы, отец моего клиента приходил ко мне в офис утром того же дня, и я, как мог, убеждал его, что у нас есть неопровержимые доказательства, с которыми мы выступим в суде. Меня просто поражает, что из тысяч дел, которые рассматриваются ежедневно, именно моё привлекло к себе внимание.*

*Ужин, организованный мною в последний момент,  
привлекает рекордное количество посетителей*

*Я захожу в состав управления местного сообщества вегетарианцев. Обычно мы собираемся во вторую субботу каждого месяца. Когда я поинтересовался у президента сообщества, где будет проводиться встреча в марте, то узнал, что ничего ещё не организовано. Я вызвался устроить мероприятие. Во вторник, 28 февраля, я побывал в первом по списку ресторане. В этом ресторане мне сказали, что владелицы не будет в городе до пятницы, 3 марта, и пообещали передать ей, чтобы она позвонила мне, как только появится в городе. Меня это не устраивало.*

*На следующий день, в среду, 1 марта, я пошёл в тайский ресторан, который открылся всего несколько месяцев назад, и поинтересовался у администратора, смогут ли они организовать вегетарианский фуршет. Я сказал, что по опыту знаю: точно придёт 20 человек, а максимум может собраться чуть больше 30. Администратор согласился организовать ужин. Требовался только залог в размере 100 долл., чтобы ресторан не оказался в убытке, если никто не придёт. Мне показали меню, и цены меня вполне устроили: вегетарианское суши, суп, четыре основных блюда, десерт и чай всего за 8 долл. Администратор сказал, что поговорит с владельцем, мне же следовало выслать им чек на сумму залога. 2 мая мы подтвердили наш заказ. Я написал и отправил по электронной почте короткое объявление, которое президент должна была поместить в нашем информационном бюллетене. Ужин планировался на субботу, 11 марта, и я попросил желающих подтвердить своё присутствие до 5 часов вечера четверга 9 марта.*

---

\* Умственно отсталый мужчина в Канадиан Каунти, штат Оклахома, предъявил иск к компаниям Yukon Chevrolet и Fifth Third Bank, обвинив их в мошенничестве. Он утверждал, что стал победителем акции «Сотри и выиграй» от Yukon; когда же он пришёл и потребовал свой выигрыш, его продержали пять часов и заставили купить новый грузовой автомобиль, который ему не отдали.

Обычно президент нашего общества рассылает информационный бюллетень за пару дней до или через пару дней после первого числа каждого месяца. Большинство людей получают его по электронной почте, некоторые обычной почтой. Кроме того, мы размещаем его в местных магазинах здоровой пищи и библиотеках. Однако на этот раз президенту не хватило времени составить информационный бюллетень, и она просто разослала моё электронное письмо в качестве объявления вечером в воскресенье, 5 марта. Приглашения по обычной почте были отправлены в понедельник, а объявления в общественных местах так и не были развешены. Я начал думать, что нам повезёт, если мы соберём на ужин хотя бы 20 человек.

В понедельник начали поступать первые подтверждения. Их прислали два человека. Ещё несколько писем пришли во вторник, и я подумал, что нам удастся собрать минимум – 13 человек, что покроет наш залог. Однако со среды подтверждения стали сыпаться одно за другим. К концу дня своё присутствие подтвердили 37 человек. Мне пришло в голову, что мы можем столкнуться с другой проблемой. Я позвонил администратору и спросил, на сколько человек рассчитан зал ресторана. Он ответил, что на 65 посетителей. Подтверждения продолжали поступать и во вторник. В итоге набралось 55 желающих. В тот день я не мог сосредоточиться на работе, потому что был очень взволнован и проверял почту каждые несколько минут (фактор притяжения?). Я ещё раз позвонил администратору и спросил, справятся ли они с таким количеством. Он ответил: «Конечно».

По четвергам у меня занятия по изучению каббалы, поэтому домой я попал только после девяти часов вечера. Я проверил свой автоответчик и электронную почту и получил ещё несколько заявок. Желающих было уже 67. Что же делать с таким наплывом людей? Мне пришла в голову блестящая идея постараться убедить тех, кто ответил после установленного срока, но хотел присутствовать на ужине, прийти немного позже. Заявки продолжали поступать в пятницу и субботу. Их количество достигло ошеломляющей цифры – 75 человек.

Мероприятие имело потрясающий успех! Не все, подавшие заявки, пришли, а некоторые из числа пришедших не присылали своих заявок (как всегда). В ресторане царил небывалое оживление, и очень быстро все места в зале были заняты. Это произвело большое впечатление на людей, которые присутствовали на подобном мероприятии впервые. Некоторые из завсегдатаев, состоявшие в обществе больше десяти лет, сказали, что установлен рекорд по количеству присутствующих на вечере вегетарианцев Оклахомы. Чередование мест за столиками сработало отлично. Некоторые из пришедших на вечер уезжали по делам. Поэтому постоянно были свободные места для тех, кто пришёл позже. Сотрудники ресторана тоже были довольны, ведь никогда раньше у них не было такого количества посетителей.

#### Невероятные происшествия с прокатом машины

Для поездки в Остин я взял машину напрокат, чтобы не рисковать лишний раз своим автомобилем. Сравнив тарифы и расценки, я пришёл к выводу, что стоимость будет одинаковой, если взять машину на всю неделю или со среды до понедельника. В Интернете я нашёл хорошие расценки на прокат машин среднего размера, которые, как мне казалось, будут удобнее, чем малогабаритный автомобиль. Приехав в агентство по прокату машин, я обнаружил, что выбор автомобилей весьма ограниченный. Я обратил внимание, что у них была пара оранжевых Chevy HHR, которые выглядели как настоящие гоночные машины. Когда я подошёл к стойке, оказалось, что на тот момент не было в наличии машин среднего размера. Я спросил, можно ли взять HHR? Мне ответили, что можно, хотя этот автомобиль по какой-то причине относили к разряду полноразмерных. Я подумал, что было бы здорово взять напрокат оранжевый

спортивный автомобиль для поездки в Остин. Ведь оранжевый цвет был одним из символов Университета Техаса, моей альма-матер.

Но когда я выехал из салона и доехал до своего офиса, то понял, что, хотя машина выглядела аккуратно, внутри она имела множество недостатков. Я решил вернуть её. Однако автомобиль был мне нужен, чтобы доехать до офиса и решить ряд срочных вопросов. В течение дня мне не удалось вернуть машину. Я связался с салоном и спросил, могу ли поменять её на более традиционный седан. Мне ответили, что такой машины, как мне нужна, у них на данный момент нет, и посоветовали попытаться счастья утром.

Утром я собрал вещи и вышел к машине, чтобы бросить туда сумку. К своему ужасу я обнаружил на дверце машины со стороны пассажира заметную вмятину. Конечно же, я всегда отказываюсь платить дополнительно за страховку. К тому же не мог припомнить, чтобы видел эту вмятину накануне днем. Я подумал, что меня обманули. Решил, что оставлю машину на неделю, и за это время что-нибудь придумаю. В итоге в четверг я уехал значительно позже, чем собирался, где-то в 12.30, и приехал в Остин около 18.30.

Сразу перейду к вечеру субботы. Было пять часов вечера, оставался час до встречи с Джо и доктором Хью Лином. Я сильно волновался по поводу вмятины и пытался придумать, что мне делать. Бродил по торговому центру в северном квартале Остина и безуспешно старался найти одноразовый цифровой фотоаппарат. Когда я вернулся в машину и собрался возвращаться в гостиницу, уже темнело, и шёл затяжной дождь. Притормозив, я готовился выехать на оживлённую улицу, как вдруг почувствовал удар. В меня кто-то врезался. Я подумал: вот невезение, вначале вмятина на двери, теперь это. Через час я должен быть на ужине, который уже оплатил, а ещё нужно время принять душ и переодеться. Ко всему прочему это был район с очень оживлённым движением, даже в субботний вечер. Я вышел из автомобиля, прихватив с собой свидетельство о прокате машины. Снаружи меня уже ждал молодой темнокожий парень. «Это всё шины, – сказал он. – Мне нужно заменить шины на своей машине, я не смог вовремя остановить её». Не слишком убедительный аргумент для адвоката, подумал я и сказал: «Черт, я взял эту машину напрокат!» Мы обошли мой автомобиль сзади, чтобы посмотреть, насколько значительные повреждения. Мы оба смотрели и были потрясены. «Машина цела, – сказал парень. – Машина цела, слава Иисусу!» Наверное, это прозвучало забавно, учитывая то, что я еврей, но я не мог поверить своим глазам. Невероятно, но он был прав – повреждений не было. Вероятно, машина была сделана из противоударного материала. Я понимал, что должен еще повозмущаться, но мне не хотелось долго торчать там и раздувать из этого большой скандал. Мне просто хотелось вернуться в свою гостиницу. Мы пожали друг другу руки, и пошли каждый своей дорогой. Я успел на ужин и сидел за столиком с Джо и Нериссой.

Я серьёзно занимался Хо'опонопоно, размышляя, как мне поступить с вмятиной на двери. Кроме того, я решил ничего не предпринимать до того момента, когда мне нужно будет возвращать машину обратно. В телефонном справочнике я нашёл мастерскую, где устраняли вмятины без покраски. Парень, с которым я разговаривал, сказал, что это обойдётся мне в 95 долларов, но на работу ему потребуется несколько часов. Это означало бы штраф за превышение времени проката, что меня никак не устраивало. Я задумался, как мне поступить, и ответ оказался на поверхности. Сказать правду. Позвонить в местный офис агентства и объяснить ситуацию. Если они решат, что я должен оплатить ремонт, я, по крайней мере, прикину свои расходы. Я действительно позвонил. Сотрудник агентства посоветовал не отдавать машину в ремонт, а приехать к ним, чтобы они могли сами увидеть вмятину и проверить её по своим записям. Я согласился, отогнал машину обратно в салон и оставил её на

площадке возврата. Сотрудница отдела обслуживания клиентов начала сканировать штрих-код и оценивать состояние автомобиля. Я рассказал ей, что произошло, и она отправила меня в офис. Я нашёл молодого человека, с которым говорил по телефону, и он ввёл идентификационный номер машины в свой компьютер. Чудо номер два: вмятина уже была зафиксирована в их записях. Я не был виноват. Аллилуйя! Я спокойно поехал домой!

#### *Моей сестре предложили работу её мечты*

Сестра позвонила мне через неделю после встречи с Джо и доктором Хью Лином. Сейчас она работает вице-президентом отделения одной известной и очень крупной компании. А тогда ей позвонили из агентства по найму сотрудников и предложили работу, о которой она всегда мечтала. Она не хотела рассказывать мне детали по телефону. Вместо этого сестра отправила мне по электронной почте описание работы, которое ей прислали из агентства. Я был поражён. Скажу только, что речь шла о компании, представляющей ведущую торговую марку. Мне бы стоило сказать вам только название компании, и вам всё стало бы ясно. Спустя несколько месяцев она была принята на работу!

Ещё одна история:

На трёхдневном семинаре «Landmark Forum» («Поворотный пункт») экспресс-метод исцеления Джо буквально остановил мой поток слёз. Чтобы «сблизить людей», ведущий семинара установил 74 участника в четыре ряда, и затем каждый ряд по очереди становился напротив другого ряда, и люди молча смотрели в глаза друг другу. Я попала в третий ряд.

Ведущий семинара попросил людей из первого ряда выйти на сцену и повернуться лицом к публике, т. е. к нам. Они смотрели на нас, а мы оставались на своих местах. Мы просто смотрели на них. Затем второму ряду велели выйти на сцену, и они стали в шаге от первого (лицом к лицу). Так они стояли, глядя в глаза друг другу, три минуты. Затем второй ряд сошёл со сцены и вернулся на свои места. И снова на сцене остался первый ряд. Они смотрели на нас, сидящих на своих местах, а мы смотрели на них, стоящих на сцене.

Чем ближе подходила моя очередь выходить на сцену, тем больше я понимала, что нервничаю, хотя не знала причины. Мои ладони вспотели, кроме того, я заметила, что ёрзаю на стуле. Предстоящее задание казалось достаточно простым. Я всегда успешно устанавливала контакт с незнакомыми людьми, тем более с друзьями. У меня всё должно было получиться.

Потом я вспомнила, как на моём первом семинаре Landmark руководитель рассказывал о том, как сам впервые выполнял такое упражнение. Он сказал, что когда участвовал в этом упражнении в качестве участника более 20 лет назад, его колени тряслись так, что один из ассистентов зажал между его коленями кофту, чтобы они не стучали.

Вспомнив его рассказ, я почувствовала желание выйти из зала. Я говорила себе, что мне не нужно выполнять это упражнение, что я и так хорошо умею смотреть людям в глаза! Но я знала, что мне бы не разрешили покинуть зал, поэтому оставалась на месте, потая и ёрзая.

Первый раз, когда мою группу пригласили на сцену, мы должны были стоять в ряд в шаге напротив другой группы и смотреть им в глаза. Слава Богу! Мне не нужно смотреть на 50

людей. Я должна смотреть на кого-то одного! Мне так казалось. Мы заняли свои места, и ведущий семинара повёл нас по трёхминутному пути нашего самопознания. Первые десять секунд у меня бесконтрольно лились слёзы. Я плакала и не знала, почему. Я не могла остановиться. Каждый раз, когда я смотрела на своего визави, слёзы катились из моих глаз. «Третья группа, прошу вас сойти со сцены», – услышала я. Сказав «спасибо» своему визави, я ушла.

Что же, чёрт возьми, случилось со мной?! Предполагалось, что я должна была слушать свой внутренний голос, но я не слышала абсолютно ничего! Я оказалась полностью подавлена – у меня не было слов. Я ничему не научилась! Что это за упражнение?! Я была растеряна, смущена, и мне оставалось только обдумывать происшедшее, в то время как на сцене передо мной продолжалось упражнение. «Третья группа, пожалуйста, встаньте и выйдите на сцену». «А-а-а-а-а! Только не это!» – кричал мой разум.

Теперь моя группа стояла лицом к людям, сидящим в зале. На этот раз я пережила три минуты, потому что просто не смотрела на тех людей, которые смотрели на меня. После этого на сцену пригласили четвёртую группу, и напротив меня теперь стоял новый партнёр. Его лицо было совсем близко от моего. На этот раз моим напарником оказалась добродушная пожилая женщина, которая мне застенчиво улыбалась. Я сказала себе: «Ладно, думаю, теперь у меня все получится». Но как только началось упражнение, из моих глаз хлынул поток слез. Каждый раз, когда я смотрела в глаза своей визави, слезы лились сами собой, и я отворачивалась. Она тихонько пыталась успокоить меня, говорила, что всё будет хорошо. Я была растеряна и смущена своими необъяснимыми слезами. Ведущий семинара говорил, чтобы мы прислушивались к происходящему внутри нас – что говорит нам внутренний голос. Но мой голос молчал.

Потом я вдруг вспомнила, что могла сама заполнить свою голову мыслями, вместо того чтобы пытаться прислушиваться к внутреннему голосу. В любом случае он не говорил со мной. Как только в моей голове появились мысли, заполнив пустоту, я снова взглянула на своего визави и подумала: «Спасибо. Я люблю тебя. Спасибо. Прости меня. Я люблю тебя. Спасибо». И сразу успокоилась. Меня переполняли признательность и любовь к женщине, стоящей напротив меня. Мне стало лучше, и поток слёз прекратился. Я смотрела на неё и больше не плакала.

К моему удивлению, теперь плакать начала она. Слезы ручьём лились по её лицу. Она слегка покачивалась взад-вперёд головой и шептала: «Теперь вы заставляете меня плакать». А я всё продолжала посылать ей мысленные сигналы: «Спасибо тебе. Я люблю тебя. Мне жаль. Прости меня, пожалуйста. Спасибо тебе». Затем мою напарницу попросили сойти со сцены, и я снова осталась стоять перед 50 людьми, которым велели смотреть на меня и мою группу. Но сейчас в моей душе царил покой. Мне удавалось не отводить глаз от людей, смотрящих на меня. Я сама стремилась поймать их взгляды. Я смотрела только на тех, кто смотрел на меня. Мне было намного лучше! Я могла быть самой собой с незнакомыми людьми! К окружающим я испытывала любовь и по-настоящему ценила их.

Вскоре упражнение было окончено, и семинар продолжился. Потом у нас был короткий перерыв. Добродушная женщина, которая была моей напарницей в прошлый раз, нашла меня, и мы поговорили о том, что мы испытали. Я призналась ей, что боялась людей, хотя, никогда не осознавала этого. Она сказала мне, что мы действительно достигли взаимопонимания, и добавила, что семинар ей тоже принёс пользу. Она поняла, что ей было нелегко принимать любовь от других людей. В этот момент стало ясно, что я должна посвятить её в способ

исцеления, который применила, чтобы перестать плакать, когда мы вместе стояли на сцене. Она снова расплакалась. Мы обнялись и разошлись.

*Нерисса Оден.  
TheVideoQueen.com*

*В этом году я обнаружила, что одна из моих подчинённых берёт себе больше комиссионных от продаж, чем положено. В результате я теряла сотни долларов собственного бизнеса. Она отказывалась взять на себя ответственность за свои действия. Эта женщина – трудолюбивый сотрудник, однако ей бы не удалось в нашем маленьком городе найти другую работу, где она зарабатывала бы столько денег, сколько получала у меня. Мне было жаль её, и в то же время я была очень сердита и расстроена. В последующие дни я не могла говорить с ней ни о чем, что не относилось непосредственно к работе. Даже смотреть на неё мне было трудно. Я не знала, как мне поступить. Потом обратилась к Джо, и последовавшие за этим события были поистине удивительны. Он поблагодарил меня за то, что я пришла к нему. Затем он назвал мне конкретные шаги, которые нужно предпринять, чтобы очистить энергию. Во-первых, мне нужно понять, что я сама создала эту ситуацию. Это нелёгкое решение, но его важно принять. Затем я должна простить себя, свою сотрудницу и энергию, наполняющую эту проблему. Затем мне нужно определить, как, по моему представлению, должна развиваться ситуация, и повторять целительные слова доктора Хью Лина: «Мне жаль. Прости меня, пожалуйста. Я люблю тебя». Результат превзошёл мои ожидания. Когда всё было позади, я написала Джо такое письмо.*

*Дорогой Джо,*

*твои советы мне очень помогли. Когда я прочитала их, я должна была ехать из Уимберли в Остин. Я выполнила все шаг за шагом. Оказалось, что это просто потрясающе. Мне понадобилось много времени для того, чтобы понять, что я действительно сама создала эту ситуацию. Тогда простила себя, мою сотрудницу и энергию ситуации. Я увидела новые пути развития ситуации и повторяла уникальный гавайский способ исцеления много раз. К тому времени, когда я приехала в Остин, я чувствовала, как гора упала у меня с плеч.*

*После того как я последовала рекомендациям Джо, энергия внутри меня кардинально изменилась. Злость и обида ушли. Это было невероятно. Теперь отношения на работе между мной и той сотрудницей наладились.*

*Сюзанна, если кто-то спросит меня, работает ли этот метод, я скажу: вне всякого сомнения работает!*

*Виктория Шеффер  
Издатель, Pedal Ranch Publications  
Уимберли, Техас*

*А вот благодарственное письмо от Дэнниса Килонски, Шривпорт, штат Луизиана.*

*Этот сон приснился мне в октябре 2006 года, и он напрямую касается метода Хо'опонопоно.*

*Я видел мир без тюрем, потому что необходимость в них отпала благодаря философии Хо'опонопоно. Простота призыва Хо'опонопоно, который разделяли доктор Хью Лин, Джо, я сам и другие люди, были в том, чтобы нести этот метод по всему миру через конференции и*

семинары. Эти занятия учили людей, особенно молодежь, любить самих себя и через любовь к себе дарить любовь друг другу.

Во сне я видел, как провожу семинар за семинаром, на которые приходят тысячи и тысячи людей. Ни этих семинарах я воодушевлял людей, и они вспоминали, кем являются на самом деле, вспоминали свою Божественную Сущность, а также что нужно делать, чтобы быть человеком – помнить, что по своей природе люди созданы для любви.

В своём сне я видел подростка, члена преступной группировки, который приставил пистолет к голове другого парня, угрожая застрелить его. Молодой человек, которому угрожало дуло пистолета, только что был на моём семинаре в школе. Он всё продолжал говорить о чуде, и ему хотелось, чтобы и люди вокруг него тоже почувствовали чудо. Но им уже до смерти надоело слушать об этом!

На том семинаре юноша вспомнил свою истинную природу. Он делился своим открытием с товарищами, и они чувствовали в его словах угрозу, потому что все было слишком просто, казалось невероятным и нереальным.

Дело в том, что на семинаре, в котором участвовал тот парень (которому сейчас грозила смерть), он вышел на сцену и выстрелил прямо мне в живот. Лежа на полу и чувствуя, как из меня выходит кровь и жизненная энергия, я позвал его. Обняв, я прошептал ему на ухо: «Прости меня. Я люблю тебя». И я умер у него на руках, обнимая его и ощущая любовь к нему каждой клеточкой своего тела. В это мгновение молодой парень всё понял. Обнимая моё мертвое тело, он шептал мне сквозь слезы и рыдания: «Прости меня, пожалуйста. Я люблю тебя». В этот момент жизненная сила вернулась ко мне. Нас обоих наполнил прекрасный золотой свет, и он был так ярк, что все люди в зале и на милях вокруг нас могли почувствовать любовь, которая исходила от нас.

По мере того, как энергия нашей любви наполняла тех, с кем она соприкасалась, её становилось всё больше и больше, и она распространялась всё дальше и дальше. Но не все оказались готовы увидеть её. Молодой преступник, о котором эта история, который приставил сейчас пистолет к виску собственного брата, не хотел увидеть и принять эту любовь. Его спасённый брат сказал ему: «Прости меня, я люблю тебя», и обнял так, как будто он обнимал тёмную сторону самого себя.

И это произошло! Их обоих наполнил золотой свет энергии любви, и второй юноша наконец смог увидеть его и принять ту любовь, которую ему отдавали. И когда он принял её, то сказал: «Прости меня. Я люблю тебя, брат. Прости меня».

Угадайте, что произошло потом?

Этих двоих переполнял золотой свет любви, которая всё росла и росла. После того, как энергия любви заполнила комнату и коснулась каждого члена банды (а они тоже видели и принимали эту любовь), свет полился на улицы и распространился на многие мили вокруг. Когда люди видели его, то передавали другим, и так золотая энергия любви росла и распространялась всё дальше и дальше, пока весь мир не наполнился любовью.

Это был Золотой век, век Любви. Вот почему нам был ниспослан дар Хо'опонопоно, чтобы мы помнили, кто мы на самом деле, и что наше истинное предназначение – любить. Все мы просто хотим, чтобы нас любили.

*Прекрасный сон, не правда ли? Об истории Хо'опонопоно можно было бы снять замечательный фильм. Я вспоминаю мелодраму «Заплати вперёд» и думаю о тех переменах, которые происходят в мире. Мир готов принять Хо'опонопоно.*

*Трудно даже подсчитать количество чудес, которые произошли в первые семь дней после того, как я вернулась домой с первого «Основополагающего уик-энда» Джо Витале. Как губка, я впитала в себя всю энергию, уроки и наставления. Мои успехи проявлялись с огромной скоростью.*

*Перечислю некоторые из самых впечатляющих результатов. У меня появилось множество новых клиентов. Новые знакомства возникают, казалось бы, из ниоткуда. Мне предлагают участие в многочисленных совместных проектах. Список моих контактов увеличился более чем на 300% (на тот момент, когда я пишу это). Меня несколько раз просили присутствовать на мероприятиях в качестве почетного гостя, и я едва успеваю справляться со всеми потрясающими идеями, которые возникают у меня сами собой.*

*Подумать только, всего три месяца назад в той сфере деятельности, где я работаю, никто не знал о моем существовании.*

*Всё это произошло без насилия над собой, без непомерных стараний и даже без настоящих усилий с моей стороны. Все буквально само пришло в мои руки, легко, щедро. Теперь, когда у меня появляется идея, которая меня вдохновляет, я действую незамедлительно, и результаты превосходят все мои ожидания.*

*Я часто использую «метод стирательной резинки» Хо'опонопоно для расширения своего бизнеса и с нетерпением жду, что же еще я создам, возвращаясь к доске и стирая, стирая, стирая.*

*Спасибо вам, Джо и доктор Хью Лин!*

*Навсегда благодарна,*

*Эмми Скотт Грант*

<http://thesuccessmethod.com>

<http://newsuccess.org>

*Джойси Мак-Ки написала:*

*За последний год я взяла себе новую роль: я заботилась о других. Моя мама оставила свой дом, в котором прожила много лет, чтобы быть ближе к дочерям. Отчасти это объяснялось некоторыми проблемами в нашей жизни. Вскоре после этого моей всегда здоровой, выносливой мамочке поставили диагноз – сердечная недостаточность и рак лёгкого. К счастью, она решила прожить оставшееся ей время со своими дочерьми. Она решила не лечить рак в своем возрасте, а ей было 88 лет. Врачи уверили нас, что жить ей осталось недолго.*

*В мае прошлого года я посетила «Основополагающий уик-энд» Джо Витале и узнала о докторе Хью Лине и его методе Хо'опонопоно. Я была заинтригована. На меня чрезвычайно подействовала история о душевнобольных преступниках и о том, как он обратил взгляд внутрь себя для очищения и освобождения.*



*Вселенная очень великодушна. Она посылает учителя, когда ученик готов. Лучшего времени и быть не могло. Мой главный вопрос в те выходные был: «Как я могу помочь своей матери в такой трудный для неё момент?»*

*Я хотела признать сама и показать Вселенной, что я на 100% отвечаю за свою жизнь – за всё, включая мою маму. Поэтому я стала применять то, чему научилась. Я обращалась к себе самой и постоянно занималась очищением и освобождением.*

*Результаты и для меня, и для моей мамы были простыми и вместе с тем удивительными. До конца своих дней она оставалась в здравом уме, не страдала от боли и могла сама себя обслуживать. Конечно, были кратковременные кризисы, когда ей нужны были лекарства, предоставляемые хосписом. Но она могла справляться с этими кризисами в домашней обстановке, и ей не приходилось оставаться в больнице. Это были моменты испытаний, которые готовили нас обеих к той минуте, когда она отойдёт в мир иной.*

*Самым большим подарком было то, что она прожила «сверх положенного». Она жила намного дольше, чем обещали врачи. Каждое утро она с удивлением просыпалась и бодро приветствовала меня: «Ну надо же, у меня ещё один день!» У нас было время сказать друг другу слова любви и просто побыть вместе. Нам хватило времени, чтобы по-настоящему подготовиться к её переходу в мир иной. Я перестала ощущать страх от осознания того, что мама покинет нас. Она знала, что ждёт её впереди, знала и я. Когда случались напряжённые моменты затруднённого дыхания, мы верили в милость Божью и не испытывали страха. О, что за чудо!*

*Метод Хо'опонопоно и мои молитвы изменили мои взгляды на жизнь. Я испытала и до сих пор испытываю небывалое чувство уверенности и своих силах. Осознание того, что я могу выступать активным участником не только в своей жизни, но и в жизни других людей, заставляет меня постоянно, в каждый момент времени искать Источник Всего.*

Вот ещё история:

*В мае 2006 года, когда посетила «Основополагающий уик-энд», я испытывала эмоциональные и финансовые трудности. Они были связаны с контрактом на 1,2 миллиона долларов с богатейшей нефтяной компанией, который сорвался ни полпути к подписанию из-за множества сложностей внутри этой нефтяной компании.*

*По пути домой и на протяжении четырёх дней после возвращения я повторяла: «Я люблю тебя. Мне жаль. Прости меня, пожалуйста. Спасибо тебе». Через пару дней после приезда домой я почувствовала слабость, у меня начался насморк и кашель. Я знала, что это уходит напряжение из моего тела.*

*Вскоре у меня состоялся разговор с экспертом по маркетингу. Во время нашей беседы произошли изменения в моём теле и в моём восприятии ситуации в нефтяной компании. Он просто спросил, какую максимальную сумму клиент платил мне за год за помощь в стабилизации ситуации в компании.*

*Я ответила, что 600 тысяч долларов. Он сказал: «Венди, ты у цели. Ты можешь использовать это, чтобы построить империю. Сколько людей могут похвастаться тем же?» В один миг я смогла увидеть все преимущества моей ситуации, а не недостатки. Вместо того*

чтобы видеть 200 тысяч долларов, которые они не заплатили мне, я смогла увидеть те 600 тысяч, которые были заплачены.

Я осознала, что концентрация на положительных моментах пробуждает во мне вдохновение, и новые идеи приходят ко мне постоянно. Свет озарял мою жизнь, и я благоговейно чувствовала значительные перемены, которые произошли внутри меня. Казалось, меня окружал свет, который распространялся далеко за пределы моей физической оболочки.

Два года я чувствовала себя жертвой и злилась на людей в компании за их проступки, а теперь была им благодарна.

Вскоре я почувствовала боль в левой ноге. Я не могла понять, что случилось. Я перепробовала всё: массаж, растяжки, горячие ванны. Затем обратилась к специалисту по китайской медицине, он «прочитал» моё тело и сказал, что я часто подвергалась стрессу, и моя боль относилась к меридиану моего желчного пузыря – меридиану злости.

Энергия не находила выхода, и это вызывало боль. Я прошла четыре сеанса лечения энергией, чтобы освободить застывшую злость, и боль ушла из моего тела.

Моё тело держалось за злость, которую я испытывала по отношению к той нефтяной компании. Когда я изменила своё отношение, злость готова была выйти, но она застряла!

Несколько месяцев спустя я узнала, что мой знакомый из нефтяной компании, который получил указания разорвать контракт со мной, отказался причинить боль другому человеку и ушёл с работы. Отдел распался, и за услуги, которые я предоставляла, теперь отвечал другой отдел.

Очищение энергии открыло мне путь к завершению моей электронной книги и открытию своего нового веб-сайта [www.getinsideyourcomfortzone.com](http://www.getinsideyourcomfortzone.com). Выпуск электронной книги открыл возможности, о которых я и не мечтала.

Моей целью было научить людей избавляться от негативных последствий работы за компьютером. Сейчас у меня появилась возможность работать специалистом по эргономике для трёх популярных веб-сайтов (пока), чтобы отвечать на вопросы по эргономике, а также рекламировать свою электронную книгу, услуги и другие программы.

Небольшие компании приглашают меня для консультирования сотрудников по поводу того, как избавиться от боли. Контракты небольшие и краткосрочные, так что у меня есть время развивать новые идеи, которые продолжают приходить мне в голову.

Кроме того, я сейчас преподаю закон привлечения как сертифицированный и лицензированный преподаватель по стратегиям привлечения на сайте [www.theuniversallawofattraction.com](http://www.theuniversallawofattraction.com).

Прорыв, который я совершила вскоре после уик-энда, скорее всего, объясняется применением Хо'опонопоно. Этот метод помог освободиться от старого, чтобы создать пространство для нового. Других объяснений нет.

Венди Янг

Вот ещё одна история:

*Как психолог, одно из наибольших препятствий, которые я помогаю преодолеть своим клиентам, – это трагедии в личной жизни. В книге Джеймса Редфилда «Селестинское пророчество» определена концепция «контроля над трагедиями»: «Мы должны осознать свой собственный способ контроля над другими людьми. Помните, «четвёртый взгляд» показывает, что люди всегда ощущали нехватку энергии и пытались контролировать друг друга, чтобы получить доступ к энергии, которая циркулирует между людьми». Внедрение этой концепции позволило использовать в моём собственном методе элементы интуиции в тех случаях, когда мои клиенты теряли связь со своими целями и результатами.*

*Хо'опонопоно открыл для меня Джо Витале, хотя он, возможно, и не знает об этом. Итак, с одной стороны, у меня была концепция трагедии и контроля над трагедией, и как приверженцу активного вмешательства, мне необходим был инструмент балансировки, чтобы не просто понимать клиента, а помочь ему снова использовать на полную свои ресурсы.*

*«Возвращение к нулю» стало уравнивающим элементом, который я ещё до конца не осознал, когда доктор Витале подарил мне мир доктора Хью Лина. В западном мире, особенно в США, господствующая культура и её настойчивый призыв направлены на то, чтобы заставить нас уйти от самих себя, и направить все силы на постоянное удовлетворение своих запросов в безумном потребительском мире, в котором мы живём. «От нуля до 60» – так можно выразить духовное движение общества, ориентированного исключительно на потребление.*

*Хо'опонопоно помог мне понять, что исцеление и настоящее чувство удовлетворения приходят с движением «от 60 к нулю». Так много метафизических конструкций содержит понятие «отстранённость», но мне это никогда не казалось завершённой или идеальной концепцией. В некоторых случаях попытки достигнуть полной отстранённости я считал бессмысленными. Однако теперь с движением обратно к нулю я по-настоящему понимаю динамику отстранённости и пути её достижения.*

*Десять месяцев прошло с тех пор, как мне посчастливилось встретить доктора Хью Лина во время интервью Джо на верхнем этаже отеля Hyatt с видом на реку Колорадо. Многое изменилось во мне и в жизни моей семьи. Все мои близкие, и близкие моей жены совершают грандиозные успехи каждый в своей области и обнаруживают, что их мечты воплощаются наилучшим образом. Родители жены перед выходом на пенсию купили дом за полмиллиона долларов в одном из самых спокойных районов, где мне доводилось бывать (вниз по дороге от дома Джо). У моей мамы были физические и эмоциональные проблемы, а сейчас она снова вышла замуж, и в полном восторге от своего позднего романа. Я сам неожиданно получил значительный доход в той сфере, которая не позволяла мне развивать и демонстрировать мои самые сильные стороны. Мой отец (он ещё молод в свои 72 года) наконец разорвал замкнутый круг, который заставлял его регулярно ездить из Хьюстона в Прадхоу-бей, Аляска (пятый в списке самых северных городов мира) каждые полтора месяца. Один из моих старых друзей сделал крутой поворот в своей довольно упорядоченной жизни и переехал в Остин, где сейчас развивает собственный бизнес и живёт совершенно по-новому. Мой шурин наконец-то переезжает в свой собственный дом. Сестра моей жены вместе с мужем переезжают из пригорода в дом своей мечты. Моя племянница и крёстная, старшеклассница, уже снялась в популярном телесериале, и стала претенденткой на титул «Королева вечера» встречи выпускников. А её маме недавно сделали самое выгодное деловое предложение в жизни. Всё это начало происходить и стало возможным после февраля 2006 года, когда я впервые услышал о методе Хо'опонопоно. Вдруг*

после 17 лет пребывания в безрадостном, унылом состоянии моя повседневная жизнь наполнилась яркими и радостными событиями.

*Жизнь – это привычка, поэтому я стал прививать себе привычку жить хорошо.*

*Я никоим образом не являюсь экспертом по Хо'опонопоно. Этот метод всё ещё очень нов для меня, и я не берусь предсказывать, как это может изменить мою жизнь. Я благодарен доктору Витале за то, что он открыл мне мир Хо'опонопоно на презентации, которую проводил доктор Хью Лин всего несколько месяцев назад. Касается ли дело моей личной жизни с моей прекрасной женой или моего бизнеса, достижение нулевого состояния, полная ответственность за события своей жизни, прощение других – это те важные аспекты, которые оказали огромное воздействие на мою жизнь. Спасибо тебе, Джо, и спасибо вам, доктор Хью Лин.*

*Брюс Бернс*

[www.YourOwnBestGood.com](http://www.YourOwnBestGood.com)

*Дорогой Джо,*

*я хотел бы выразить тебе огромную благодарность за то, что ты привёз доктора Хью Лина в Остин. Семинар был потрясающим и дал мне новое понимание жизни и того, как универсальные законы управляют нашим здоровьем и счастьем. Позволь мне объяснить.*

*Прежде всего, хочу сказать, что я отнюдь не являюсь специалистом в практике Хо'опонопоно. Поэтому прости меня, если я слишком много анализирую, но это то, что я вынес всего лишь с одного вечера занятий.*

*Доктор Хью Лин много говорил о дорогом сердцу – об искусстве достижения нулевого состояния. Собственно, это, кажется, центральная идея Хо'опонопоно. Много лет занимаясь боевыми искусствами являясь учителем цигун, я пришёл к пониманию, что эта способность очистить и освободить разум (достигнуть нуля) – один из величайших даров, известных человечеству.*

*Доктор Хью Лин напомнил нам о том, как важно жить в состоянии открытости, чистоты наших внутренних реакций и стремления к нулю. Я полностью согласен с его восприятием жизни. Мне было приятно встретить ещё одного человека на этой планете, верящего в те же идеалы, которым предан я сам.*

*В искусстве и практике цигун (китайская оздоровительная система) применяется специальный способ дыхания и циркуляции внутренней энергии нашего тела. Древние мастера боевого искусства обнаружили, что существуют универсальные законы, действующие в наших телах. Когда мы учимся перемещать нашу внутреннюю энергию по кругу, мы можем значительно улучшить своё здоровье и невероятно расширить сознание. Этот процесс часто называют микрокосмической орбитой.*

*(Если объяснять коротко – мы вдыхаем и направляем жизненную энергию во время вдоха вниз в нижнюю часть живота (область, известная как Dan Tien). Затем мы направляем энергию вверх вдоль позвоночника и обратно вперёд. Этот непрерывный процесс создаёт микрокосмическую орбиту внутри нашего энергетического тела, приводя к улучшению нашего здоровья и сознания.)*

*Когда доктор Хью Лин с помощью диаграммы объяснял действие метода Хо'опонопоно и показывал, как общение и понимание между людьми направляют поток по кругу, я был поражён сходством с микрокосмической орбитой. Было невероятно интересно видеть, как во Вселенной работает принцип замкнутого круга. Раньше я не осознавал этого.*

*Благодаря нарисованной доктором диаграмме я понял, что большую часть времени мы пытаемся строить отношения с людьми, используя двунаправленную линейную модель. Мы говорим друг с другом; мы спорим, доказываем, обвиняем – и всё это происходит в горизонтальной плоскости.*

*Однако я увидел, что, двигаясь совсем в другом направлении, мы могли бы достичь значительных изменений и глубокого единения с другими людьми. Это направление – круг. Я увидел в диаграмме доктора Хью Лина, что, стремясь к нулю, вниз, за пределы своего сознания, мы можем освободиться от своих установок и барьеров. Затем мы можем начать восхождение к высшему сознанию, а от него – к Божественному Сознанию. Бог может незаметно донести наши чистые и добрые намерения до другого человека, пробираясь через потайную дверь его сознания, делая возможными чистые и неиспорченные отношения и общение.*

*Я могу сказать, что этот метод работает, как ничто другое. Например, на прошлой неделе я присутствовал на деловой встрече. Один из моих оппонентов предъявлял претензии, которые, на мой взгляд, были несправедливыми и эгоистичными. Я поймал себя на том, что чувствую внутреннее напряжение. Вспомнив диаграмму и пользу кругового направления, я решил прекратить борьбу и отпустить ситуацию.*

*Вначале я стал контролировать своё дыхание и достиг нуля. Внутренне я почувствовал, как моё сознание начинает циркулировать (как в описанном мною упражнении цигун), и моё настроение тотчас изменилось. Если бы я сказал вслух то, что чувствовал, это звучало бы так: «Я люблю и поддерживаю тебя. Прости меня за то, что был жесток с тобой. Как я могу помочь тебе почувствовать себя в безопасности, помочь нам обоим получить то, к чему мы стремимся?»*

*Затем случилось нечто невероятное: мой друг (я больше не воспринимал этого человека как врага или угрозу) начал меняться. Он становился намного более открытым и восприимчивым, как будто перестал страдать от какого-то внутреннего конфликта. В течение 15 минут мы пришли к соглашению по предыдущей проблеме, причём решение целиком устраивало нас обоих, и оно никогда не пришло бы мне в голову в прежнем состоянии сознания.*

*По мере того как открываются тайны жизни, начинаешь видеть, что всё взаимосвязано. Всё происходит по законам Вселенной, а один из этих законов – принцип круговорота. Я помню, как в фильме «Секрет» вы сказали: «Вселенная любит скорость». Хотел бы добавить, что Вселенная любит ещё и круги, и жизнь определённо течёт более гладко, если знаешь, в каком направлении пойдёт круг.*

*Поэтому ещё раз спасибо вам, Джо. Диаграмма, которую использовал доктор Хью Лин при пояснении метода Хо'опонопоно, очень помогла мне. Увидев этот процесс на диаграмме, я многое понял и получил прекрасный инструмент, который могу использовать, чтобы вместо применения силы пустить проблему на самотёк, и реагировать на ситуацию в состоянии нуля.*

*Искренне ваш,*

*Ник «Тристан» Траскотт, Сенсей*

[www.SenseiTristan.com](http://www.SenseiTristan.com)

[www.AllWaysZen.com](http://www.AllWaysZen.com)

*Каждый день после «Основопологающего уик-энда» я говорю: «Я люблю тебя, мне жаль, прости меня, спасибо тебе».*

*Не так уже много изменилось из того, что можно легко увидеть, записать и чему можно поаплодировать, но у меня сейчас просто замечательная жизнь.*

*Конечно, мне хотелось бы разбогатеть, чтобы я могла без проблем навещать своих дочерей и родственников в Квинсленде, брата в Париже, и подарить своему мужу путешествие по железной дороге, о котором он так мечтает. И я хотела бы, чтобы мои книги завоевали мировое признание. Но всё это не сравнится с тем, что я имею сейчас.*

*Невидимые изменения поразительны. Когда я говорю «Мне жаль», я действительно чувствую ответственность за то, что меня беспокоит в данный момент. Я больше не могу отделять себя от людей, которые не соглашаются со мной.*

*Никогда я не испытывала такого чувства причастности.*

*Например, я очень сожалею о том, что совершаю в Ираке. Я ненавижу звонить по телефону, но я делаю множество звонков по всей стране в надежде изменить то, что я там делаю. Это помогает мне исцелиться.*

*И я очень благодарна, потому что чувствую себя прощённой.*

*Эвелин Коул,*

*писательница-всей-душой*

<http://write-for-wealth.com>

*Узнав о методе Хо'опнопоно от доктора Хью Лина и доктора Витале, я обнаружил, что мой бизнес связан с постоянным очищением. Когда я очищаюсь и возвращаюсь к нулю, дела идут гладко. Я постоянно занят очищением и возвращением к нулевому состоянию, и доктор Хью Лин научил меня делать это.*

*На встречу с доктором Хью Лином и доктором Витале я взял свою коллегу. Мы обнаружили, что у нас так много общего, что в тот же вечер пошли в ресторан. Прошло уже восемь месяцев, и мы любим друг друга как никогда. Секрет в том, чтобы находиться рядом с единомышленниками, прощать и меняться. Спасибо вам, доктор Хью Лин и доктор Витале, за то, что представили Хо'опнопоно широкой публике. Отдельное спасибо за то, что помогли мне встретить любовь всей моей жизни.*

*Крис Стюарт, преуспевающий парень*

[www.TheProsperityGuy.com](http://www.TheProsperityGuy.com)

*Поездка в Остин воспринималась мной как отдых после месяцев, проведённых в дороге во время турне. Оставив позади Хьюстон, я больше чем на сутки оказалась вдали от работы. Это*

была ночь подведения итогов. Стало ясно, что моя жизнь изменится прежде, чем начнется вечер-презентация, который проводил доктор Джо Витале.

Прошли месяцы с тех пор, как я последний раз слушала одну из презентаций метода Хо'опонопоно доктора Ихалиакалы Хью Лина, – полтора года, если быть точной. Хотя я не встречала Джо Витале до этого, я была благодарна ему за то, что Ихалиакала оказался в пределах досягаемости, и я могла присутствовать на мероприятии в Остине.

По мере того как менялся пейзаж и небольшие городки Техаса проносились за окном машины по пути в Остин, я стала думать о прошлых презентациях Хо'опонопоно. Ко мне вернулись забытые воспоминания. Я вернулась мыслями в то время, когда впервые услышала выступление Ихалиакалы. По моей спине пробежали мурашки, когда он читал вступительную молитву на гавайском. Я вспомнила, как заключила контракт с издательством через две недели после первого занятия Хо'опонопоно, всего лишь появившись на собрании издателей и раздав свои визитки. Через два дня мне позвонил издатель и попросил представить идеи для новой книги, над которой они работали. К концу месяца у меня был подписан контракт.

Я также вспомнила тот день всего полгода назад, когда ветеринар в Монреале сообщил мне грустную новость, что у моей любимой кошки Майи обнаружили рак кишечника. Нельзя было гарантировать, что она доживёт до момента, когда я смогу забрать её из клиники. Когда Майю выписали, ветеринар сказал, что мне повезло, и у меня есть несколько недель, чтобы «попрощаться» с ней. Я связалась с Ихалиакалой и попросила его о помощи. Мне нужно было какое-то специальное очищение, чтобы очистить её от всего, что это маленькое дорогое создание взяло от меня. Прошёл уже год и три месяца после того, как майе поставили диагноз. Я не могла себе и представить в тот момент, когда готовилась к её неминуемой смерти, что месяцы спустя она всё ещё будет рядом со мной в турне.

Ещё одна встреча с доктором Хью Лином в Остине была как глоток свежего воздуха после пребывания под водой – «возвращение к жизни». Это было погружение в самую глубокую, изменяющую жизнь духовную практику за 25 лет, в течение которых я обращалась к буддизму, кельтским духовным традициям, традиционной психотерапии, анализу сновидений (а у меня это хорошо получалось), энергетическому обмену и даже викканству.

И вот я в Остине, снова лицом к лицу с Хо'опонопоно – философией, традицией, которая начисто смыла все предыдущие практики, методы и учения, которые я так восторженно и долго изучала в надежде понять и принять себя и прожить ту жизнь, которая мне предопределена. Должна признаться, часть меня была готова была ворваться в толпу тех, кто никогда раньше не слышал о Хо'опонопоно и сказать им: «Я уже делаю это», но я стала очищаться и весь вздор (мои воспоминания) развеялся.

Ещё до того, как доктор Витале в тот вечер представил Ихалиакалу, на меня снизошло озарение. Это было как удар молнии и заставило меня вскочить из-за стола, где я сидела, и побежать в уборную, подавляя слёзы. В тот момент в Остине, в комнате, из окон которой был виден силуэт города, метод Хо'опонопоно овладел мной. В момент просветления я поняла, что больше не хочу продолжать турне. Шесть недель спустя мы с кошкой Майей ехали на запад по направлению к Лос-Анджелесу, к новому дому в районе каньона Топанга. Этот дом освободился как раз перед нашим прибытием: человек, с которым уже была договорённость, решил отказаться от аренды.

*Прошло ещё семь месяцев. И вот на прошлой неделе, когда я стояла на пороге ещё одного важного изменения, я прочла фразу, которую написал Ихалиакала: «Всё начинается с нуля». Я очистилась и сделала шаг вперёд, переступив важную черту, потому что знала: я не упаду; и могу подтвердить это сейчас.*

*Спасибо за эту возможность поделиться своими изменениями, открытиями и размышлениями о Хо'опонопоно во время февральской поездки в Остин.*

*Мир меня,  
Элизабет Кей Маккол*

*До изучения и применения метода я испытывала трудности во многих областях моей жизни: муж не верил в меня и в мою способность построить успешный бизнес; бизнес был далек от процветания; и чувство, что я совсем одна в стремлении к своим целям и мечтам.*

*Во время уик-энда с Джо, когда я узнала о методе Хо'опонопоно, я встретила молодую женщину, у которой были похожие интересы и цели, и мы решили стать бизнес-партнёрами. Наш проект стал чрезвычайно успешным, и всего за два месяца мой бизнес, благодаря ему, из убыточного превратился в процветающий. Теперь мы работаем над следующим проектом. Мне кажется, что мы были близкими друзьями многие годы, а не месяцы. Самым значимым и осязаемым изменением стало то, что еще до перемен в бизнесе мои отношения с мужем изменились буквально за несколько недель. Я применяла новый метод каждый раз, когда испытывала дискомфорт в наших отношениях. И вдруг муж стал перечитывать мои электронные книги, задавать мне вопросы и делиться впечатлениями. На работе он взял на себя больше ответственности. У него вновь появилось чувство гордости и любви к себе, что оказывает потрясающее влияние на наши отношения!*

*У меня появилась непоколебимая уверенность в себе и в своих новых возможностях, и всё благодаря нескольким минутам применения метода в день.*

*Спасибо вам!  
Кэрри Кинг,  
автор книги «The Red Hot Bedroom» ([www.redhotbedroom.com](http://www.redhotbedroom.com)),  
создатель метода «Joyful Spaces» ([www.joyfulspaces.com](http://www.joyfulspaces.com))*

*Время – не преграда для Хо'опонопоно*

*Я люблю животных.*

*Очень люблю.*

*Я не просто забочусь о своем любимце – я люблю их всех.*

*Несколько лет назад мой друг познакомил меня с «Сайтом спасения животных» [www.theanimalrescuesite.com](http://www.theanimalrescuesite.com).*

*Зайдя на этот сайт и щёлкнув на ссылке «Накормить нуждающееся животное», можно перевести деньги на еду для зверей в заповедниках. Каждый щелчок обеспечивает 0,6 порции еды*



для голодных животных. Один щелчок в день – вот всё, что нужно, чтобы что-то изменить. Последние пять лет я захожу на этот сайт каждый день, без исключения.

Однажды в субботу утром я просматривала свою электронную почту и чувствовала себя прекрасно, так как выполняла свой долг – «кормила нуждающихся животных». И вдруг я увидела фотографию, которую разместил один из спонсоров сайта.

Я увидела животное в клетке, которое пыталось выбраться через решётку. Оно выглядело таким больным и несчастным, что даже пушистый мех не мог скрыть его боль. Оно выглядело таким измученным, что я даже, не поняла, что это за животное! Это медведь? Или енот? Честное слово, я не могла определить. По правде говоря, я не хотела присматриваться. Мой страх говорил мне, что этим я только напомню себе, как много в мире боли и как мало я могу сделать, чтобы что-то исправить. И всё же лучше было смотреть, чем отворачиваться в другую сторону, чтобы я сама чувствовала себя лучше.

Я почувствовала, как меня переполняло желание разобраться. Я слышала, как этот зверь зовёт меня, просит проснуться и обратить на него внимание. Присмотревшись, я к своему ужасу обнаружила, что на фото были медведи в неволе, которых держали в клетках десять лет подряд.

Медведей держат в клетках, которые не намного больше, чем они сами, для того чтобы их было проще «доить». Желчь извлекают через разрез, который делается в брюшной полости медведя и в желчном пузыре, где желчь хранится после того, как выделяется печенью через печеночный проток. В это отверстие вставляют трубку, через которую выводится желчь, или же в желчный пузырь вводят стальную палочку, по которой желчь стекает вниз в специальную емкость. Два раза в день каждый медведь даёт от 10 до 20 мл желчи. Всемирное общество защиты животных сообщает, что исследователи видели, как во время «доения» медведи стонали, бились головами о клетку и кусали себе лапы. Коэффициент смертности составляет 50-60%. Когда через несколько лет медведи перестают вырабатывать желчь, их перемещают в другую клетку, где либо оставляют умирать от голода, либо убивают ради их лап и желчных пузырей.

([http://en.wikipedia.org/wiki/Bile\\_bear](http://en.wikipedia.org/wiki/Bile_bear))

Меня стало мутить, и я почувствовала естественное желание излить свою злость на этих бездумных браконьеров. Мне понадобилось всё мое самообладание, чтобы напомнить себе, что укоры и обвинения не способны изменить человека, и что благодаря доктору Джо и доктору Хью Лину теперь в моём наборе «хитрых» приёмов было кое-что получше – Хо'опонопоно.

Я стала повторять фразы: «Мне жаль. Прости меня. Я люблю тебя. Спасибо тебе». Повторяя эту мантру снова и снова, я визуализировала, как сердца мучителей медведей наполняются любовью, пониманием и состраданием. Я представляла, как к ним приходит «озарение» по мере того, как мои мысли проходили через них, и они сами приходили к пониманию происходящего. Уровень их сознания повышался, и никого нельзя было винить за кровь на их руках, только самих себя. Я представляла, как они упадут на колени, молясь и умоляя Бога и медведей простить их за пытки и мучения, которые они причинили этим прекрасным созданиям. Затем я увидела, как они выпускают всех медведей и обеспечивают им лечение, уход и исцеление, в которых те испытывали острую необходимость, и наконец отпускали их на волю.

Многие из вас не знают (как не знала и я), что медвежья желчь используется веками. Сегодня её применяют в производстве вина, шампуня и лекарств. Тяжёлый груз этой проблемы не ограничивается сегодняшним днём. Моя работа по очищению шла далеко назад, через долгие годы. Нужно было очищать сотни лет боли.

*Это событие полностью захватило меня. В тот день я часами не могла сконцентрироваться ни на чём другом, только повторяла: «Мне жаль. Прости меня, пожалуйста. Спасибо тебе. Я люблю тебя».*

*Тяжесть этой вселенской боли нельзя было отрицать, от неё нельзя было убежать. Меня переполняло страдание. Мне было больно. Было такое чувство, что я именно тот человек, который держал взаперти этих медведей и хранил ключ от их тюрьмы.*

*Мы с мужем договорились один раз в неделю устраивать себе «день свиданий». В тот день он пригласил меня в кино. Я очень переживала и не испытывала желания идти. Но знала, что моё оправдание будет выглядеть глупо: «Нет, спасибо. Я не могу пойти, я переживаю за медведей».*

*Оставив свою работу по очищению, я согласилась пойти с мужем. Мы пошли на фильм «16 кварталов» с Брюсом Уиллисом. В тот момент я не предполагала, что тема фильма будет перекликаться с моими переживаниями. Основная идея фильма были следующая: «Люди могут меняться».*

*На протяжении всего фильма я практиковала Хо'опонопоно. В одной сцене я увидела автобус на заднем плане. Реклама на нем изображала игрушечного медведя, и под ним была надпись: «Посылайте любовь».*

*Раньше я подумала бы, что это галлюцинация. Но мой новый опыт говорил: «Продолжай делать то, что делаешь. Ты на верном пути!» Может, так говорит с нами Вселенная? Мне хочется в это верить.*

*Это было ещё одним напоминанием о том, что мучителям медведей не нужна моя злость, чтобы измениться; им нужна моя любовь. Медведям нужна моя любовь. Миру нужна наша любовь. Любовь меняет людей, и из этого правила нет исключений. Отдавать любовь в опасной, неприятной или жестокой ситуации – единственное, что мы можем сделать, если стремимся к безболезненному исцелению и длительным переменам. Это не всегда легко сделать, но только любовь способна на подобные свершения.*

*По мере того как моя сверхнастороженность уменьшалась, и день сменялся вечером, тошнота, беспокойство, чувство вины, боль и страдание, которые я ощущала до этого, стали наконец угасать. И всё же я продолжала практиковать Хо'опонопоно остаток дня, пока не уснула.*

*Спустя некоторое время я проходила мимо телевизора и услышала, как ведущий новостей рассказывал о недавнем освобождении медведей. Я поняла, что эта новость предназначена именно для меня. Я получила подтверждение, что мы можем изменить что-то в любой точке мира, неважно, где мы при этом живём. Это происходит даже тогда, когда мы едим попкорн и смотрим кино.*

*Спасибо вам, доктор Джо и доктор Хью Лин, и всем тем, кто до вас нёс идеи Хо'опонопоно в нашу жизнь, чтобы мы пробудились и осознали, что обладаем силой изменить мир и повлиять на происходящее. Наша работа ещё только началась.*

*Прошу вас, давайте помнить:*

*Никому не вредить.*

*Любить всё.*

*Любить всех.*

*Время – не преграда для Хо'опонопоно...*

*Сюзанна Бернс*

[www.ThankYouth.com](http://www.ThankYouth.com)

*Моим многолетним поискам лекарства  
против астмы пришёл конец...*

*Одним чудесным вечером, после 50 лет страданий от астмы и аллергии, моя болезнь неожиданно прошла сама собой. Случилось это 25 февраля 2006 года.*

*В тот день я обедала в Остине, и вдруг у меня появилось какое-то странное ощущение. Это было такое необыкновенное чувство, как будто что-то происходило, и на меня кто-то незаметно воздействовал. Меня переполнила волна любви.*

*В тот вечер атмосфера, в конференц-зале гостиницы была наэлектризована и наполнена непостижимым восторгом. Оратор, доктор Хью Лин, присел за мой стол. Во время перерыва я рассказала ему о своём заболевании астмой. Позже он использовал мой рассказ как отправную точку в своем повествовании.*

*Конечно, я была знакома с гавайской духовной оздоровительной системой хуна, но не знала о методологии и философии прощения и исцеления, лежавшей в основе этой системы, о которой доктор Хью Лин много говорил. Он сказал нам, что работал над очищением каждого из нас во время обеда. Читая наши имена, он посылал нам освобождение и гармонию. Делал он это, выражая любовь к каждому человеку, прося прощения за любые грехи, совершенные намеренно и нечаянно, в прошлом и настоящем, им и его предками, по отношению к нам и нашим предшественникам, на всём пути от создания мира и простейших форм жизни. Здорово! Здесь было много чего очищать – так, чтобы он и мы вместе с ним могли вернуться к настоящим взаимоотношениям с Богом.*

*Уже на следующий день произошло чудо. Я отправилась на деловой ланч со своим куратором (программы о науке лидерства, разработанной Джо Витале) и его женой. При этом я жила за городом, и мы никогда не встречались лично. До ресторана мне пришлось пройти несколько кварталов. Я обратила внимание, что по пути мне ни разу не понадобился ингалятор. Это было очень необычно и послужило первой догадкой. Мои друзья заметили, что ресторан был далеко от того места, где я припарковала машину. Я ответила, что у меня, наверное, больше нет астмы, и, похоже, это было правдой.*

*В тот вечер мне посчастливилось обедать с доктором Хью Лином. Мы говорили об исцелении посредством Хо'опонопоно, и о том, что теперь, испытав его силу на примере собственного излечения от астмы, я могла идти и помогать другим с подобной проблемой. Он также говорил о том, что важно пить воду перед каждым приёмом пищи для выведения токсинов и освобождения места для чистой энергии. Хм!*

*Мне становилось всё лучше и лучше. Прошло уже шесть месяцев, и, хотя я переболела бронхитом, всё же смогла обойтись без лекарств. У меня больше не было одышки, мне не нужен был ингалятор и другие лекарства от астмы. За это время я часами находилась в домах с кошками, собаками и птицами, и у меня не было тяжёлого дыхания или потребности в*

ингаляторе. Мои лёгкие чистые, как колокольчик, и я могу вдыхать воздух полной грудью, первый раз за всю жизнь. Это потрясающе!

Доктор Хью Лин, хотя Вы не называете это исцелением, а себя целителем, и сказали бы, что всё это сделала Вселенная и моя душа, спасибо Вам, и спасибо Джо Витале за то, что он подарил нам доктора Хью Лина и этот вечер волшебных исцелений! Я навеки благодарна.

Марта Сни  
[www.translimits.com](http://www.translimits.com)

Вот ещё одна история:

### *Ирландец находит доказательство*

Десять лет назад я занялся познанием себя посредством метода Хо'опонопоно. Я пришёл к пониманию этой гавайской системы решения проблем после долгих лет изучения азиатских оздоровительных систем, боевых искусств и принципов энергетического обмена.

Я был настойчив в поисках истины. Будучи ирландцем, я всегда ищу реальные доказательства всему (стремясь видеть результаты за завесой слов). Я вырос в Южном Бостоне, штат Массачусетс (район, где проживали суровые ирландские рабочие, а звуки стрельбы и полицейских сирен были обычными, как пение птиц в парке). Поэтому шанс открыть для себя метафизическое понимание Вселенной выпадал не часто. И вот, получив возможность бесплатно посетить лекцию, я воспользовался ею, чтобы познакомиться с этим гавайским мировоззрением.

То, что я увидел, оказалось для меня неожиданным. Многие системы основаны на использовании и перемещении энергии (что похоже на передвижение фигур в шахматах). Однако метод Хо'опонопоно показал мне, как избавляться от негативного, которое проявляется как проблемные ситуации во мне самом (считая все шахматные фигуры одновременно). Я был заинтригован, если не сказать больше. Многие вещи в тот момент прошли мимо меня, потому что все идеи были новы. Но в конце лекции я решил, что испробую два инструмента, которые были нам предложены. Я начал активно использовать их в течение дня и в массажном салоне, стремясь найти подтверждение, что это работает.

В прошлом я уже практиковал туи-на, форму китайского лечебного массажа. Однако со временем я стал по-другому смотреть на процесс излечения. До использования нового метода у меня было чёткое представление о заболевании человека, базирующееся на азиатской традиции энергии и меридианов. Но, применяя новый метод, я заметил, что моё отношение ко многим вещам изменилось. Оно больше не основывалось на моём предыдущем опыте. Моё лечение было направлено на области, не связанные напрямую с жалобами моих клиентов. После применения нового метода оздоровления клиенты почти всегда говорили о мгновенных результатах в решении своих проблем. Нет нужды говорить, что я начал лучше понимать Хо'опонопоно. Мне стала открываться более широкая картина этого гавайского метода оздоровления. Следующей весной я прошёл полный курс и стал в полной мере применять предложенные методы и приемы.

Однажды мне позвонила бывшая клиентка, назовём её леди Д., практикующий психолог. Она попросила меня посмотреть одну из её пациенток, о которой она очень беспокоилась (назовём её леди Ф.). Ей поставили диагноз – биполярное расстройство, многочисленные попытки суицида; её

даже несколько раз помещали в клинику для душевнобольных для её же собственной безопасности. Я спросил леди Д: «Я сделал тебе что-то плохое?» Она засмеялась и ответила: «Я знаю, ты сможешь ей помочь. Ты должен. Если не ты, она не справится». И я согласился. Напоследок леди Д. добавила, что на леди Ф. однажды напал её массажист. Я спросил себя: «Как же я могу помочь этой женщине?»

В тот вечер, придя домой, я какое-то время просто сидел и думал, что же я могу сделать. Как я могу изменить сложившуюся ситуацию? После некоторых раздумий ко мне пришёл ответ: Хо'опонопоно! Хо'опонопоно! Название этого метода продолжало крутиться в моей голове, как сломанная пластинка, и я начал использовать приёмы, которые раньше не применял. Я прилагал титанические усилия до, во время и после каждого приёма, ничего не говоря леди Ф. о секрете своего лечения. Во время наших встреч лечебный кабинет был наполнен позитивом, после моего очищения воздух был наполнен глубоким умиротворением. Короче говоря, в жизни леди Ф. произошёл крутой поворот. Теперь она успешная женщина, которая может воспринимать жизнь такой, какая она есть. Она ходячее доказательство того, что, если мы берём на себя полную ответственность, ситуация может существенно измениться.

Мой массажный бизнес тоже изменился и расширился. Теперь я редко касаюсь своих пациентов. Сейчас я буквально лечу по жизни, то и дело перескакивая через «лежачих полицейских», с восторгом ожидая, куда же ещё приведёт меня очищение. Было ли это просто? Нет, но я очень благодарен всем ситуациям, которые встретились на моём пути и помогли понять, кто я есть на самом деле.

Много лет я являюсь волонтером организации Foundation Of I, Inc., Freedom of the Cosmos, и моя точка зрения проста: всегда в нашей жизни будут неприятности в той или иной форме. Это могут быть проблемы в семье, стресс, общественное мнение, война. Вначале мне было тяжело принять этот факт. Теперь, вместо того, чтобы говорить: «Почему я?» (ответ с точки зрения вины), я выбираю ответ: «Я отвечаю за это» (вина отсутствует). Я просто использую предлагаемые приёмы и предоставляю всё Божьей воле.

Это тяжёлая, очень тяжёлая работа. Я сказал тяжёлая? Но я верю, что за ней приходит спокойствие. Просто мы не можем понять всего происходящего, потому что в одних временных рамках существует очень много реальностей, параллельных нашей. Нам не следует терять время на вопросы «как?», «почему?» и «когда?», нужно просто действовать.

Поступая по привычке, мы выходим за рамки своего «я». Как только мы переступаем через себя, обвиняя, реагируя, жалуясь и сокрушаясь, мы теряем из виду проблему, а с ней и шанс освободиться от проблемы, которая заключена в нас самих. Если мы обвиняем, то теряем связь с собой (как при неуплате счёта – бах, и телефон отключён!).

Вместо того, чтобы тешить своё самолюбие или впадать в депрессию, нужно просто идти вперёд, не критикуя самое ценное, что у нас есть, – самих себя.

Если в процессе очищения я оступлюсь и упаду, то смогу подняться, отряхнуться и начать всё заново – у меня будет шанс найти новые доказательства.

Спасибо вам.

Брайан Ом Коллинз

## Глава 9

# Как быстро добиться результатов

---

*Вы не должны говорить Богу:  
«Пожалуйста, прости меня»  
потому что это нужно богу,  
вы должны говорить эту фразу,  
потому что это нужно вам.*  
Д-р Ихалиакала Хью Лин

**Н**есмотря на все доказательства, которые я привёл в предыдущей главе, я по-прежнему сомневался. Я сказал доктору Хью Лину, что не всегда вижу немедленные результаты после очищения. Он ответил: «Если ты не видишь значительных результатов от своего очищения и очищения других, ты должен испытать благоговение. И ты должен очищаться сильнее. Ты удерживаешь ошибки мира в своей душе так же, как я в своей». Затем он добавил: «У Шекспира был невероятный дар проницательности.

«Моя душа, ядро земли греховной  
Мятежным силам отдаваясь в плен,  
Ты изнываешь от нужды духовной...»  
(Шекспир, сонет 146 \*)

Шекспир написал, что разум (интеллект) приводит к безумию, смятению, непониманию (Шекспир, сонет 129), а кроме того, он описал проблему воспоминаний.

Когда на суд безмолвных, тайных дум  
Я вызываю голоса бывшего, –  
Утраты все приходят мне на ум,  
И старой болью я болею снова.

\*\*\*

Веду я счёт потерянному мной,  
И ужасаюсь вновь потере каждой,  
И вновь плачу я дорогой ценой  
За то, за что платил уже однажды!  
(Шекспир, сонет 30\*\*)

Моррна так описала цель подарка в виде жизни, данного нам Богом: «Очищай, стирай, стирай и найди свою собственную Шангри-ла. Где? Внутри себя».

---

\*Перевод С. Я. Маршака.

\*\*Перевод С. Я. Маршака.

Шекспир и Моррна являются носителями послания, которым была раскрыта загадка нашего существования.

Я старался, как только мог стараться человек, по крайней мере, человек по имени Джо Витале или Ао Акуа. Но по-прежнему не понимал сути того, что мне пытался сказать доктор Хью Лин. Однако я был очень настойчив. Я помнил то, что написал в своих предыдущих книгах: «Непонимание – это прекрасное состояние, предшествующее прозрению».

Что ж, я был в этом «прекрасном состоянии».

Многие терапевты приходили к доктору Хью Лину, жалуясь на плохое самочувствие или на ощущение, что они не могут помочь людям. Я мог стать посредником. Я открыл программу по обучению чудесам на сайте [www.miraclescoaching.com](http://www.miraclescoaching.com). В этой программе я хотел научить врачей понимать, что для исцеления других нужно, прежде всего, исцелить себя. Другие люди в действительности совершенны. Доктор Хью Лин когда-то объяснил это в своём письме следующим образом.

Один из студентов в классе по обучению методу самоаутентичности посредством Хо'опонопоно внезапно закричал громко во время дневного урока, когда я говорил. Он произнес:

«Мой Бог, сейчас я понимаю, почему чувствовал боль в животе, когда лечил своих пациентов. Я сознательно принимал на себя их боль. А я не должен был этого делать. Теперь я могу очиститься и убрать боль».

Этот студент получил то прозрение, которого не получили «врачеватели». Они не поняли того, что сам по себе пациент в прекрасном состоянии. Он не является проблемой. И доктор тоже не является проблемой. Проблема в том, о чём Шекспир сказал: «...И старой болью я болею снова».

Проблема заключается в ошибочных воспоминаниях, повторяющихся в подсознании (унихипили), которые «врачеватели» разделяют со своими пациентами.

Самоаутентичность посредством Хо'опонопоно представляет собой процесс решения проблем в форме повторения, прощения и преобразования всего, что каждый из нас может применить к самому себе. Это процесс обращения к Богу, призванный преобразовать ошибочные воспоминания в подсознании в нуль, т. е. в ничто.

Точно так же дело обстоит и с вами. Ошибочные воспоминания в вашем подсознании представляют собой повторяющиеся проблемы, будь то проблемы с вашим весом, или с вашим сыном, или какие-либо ещё проблемы. Сознательный разум, интеллект, в глобальных вопросах несведущ. Он не имеет ни малейшего понятия о том, что происходит.

Суть происходящего в следующем: метод Хо'опонопоно обращается к всезнающему Богу внутри человека, чтобы преобразовать воспоминания и заменить их в подсознании на нуль.

Здесь необходимо сделать одно замечание. Ожидания и желания не оказывают никакого влияния на Бога. Бог будет делать, что хочет и когда хочет своим собственным способом и в своё время.

Хотя я всё ещё не понимал смысла всего сказанного, я осознал мощь выражения «Я люблю тебя». Оно казалось достаточно невинным. Какой вред можно нанести, постоянно повторяя «Я люблю тебя»? Никакого. Действительно нуль.

Как однажды объяснил доктор Хью Лин: «Чтобы открыть дорогу для вхождения божественного благосостояния, *сначала* нужно отказаться от воспоминаний. Пока воспоминания (блоки/ограничения) присутствуют в подсознании, они мешают Богу давать нам *хлеб наш насущный*».

У меня появилось чувство, что об очищении с помощью метода «Я люблю тебя» следует рассказать всему миру. Поскольку я достаточно хороший предприниматель, чтобы увидеть в этом

продукт на продажу, то я поговорил со своим бизнес-партнёром Пэтом О'Брайаном о записи аудиoprogramмы, посвящённой этому методу. Он быстро согласился. Пока он записывал музыку, а я записывал четыре фразы, я также разработал веб-сайт, на котором разместил копию этой информации (она и сейчас хранится по следующему адресу: [www.milagroresearchinstitute.com/iloveyou.htm](http://www.milagroresearchinstitute.com/iloveyou.htm)).

Этот веб-сайт и аудиозапись стали бестселлерами для меня и для Пэта. Но ещё больше, чем продажи, нас радовало то, что мы помогаем людям открыть мощь простого процесса очищения. Представьте мысли тысяч людей, которые думают «Я люблю тебя».

Марк Райан, мой друг, который первым рассказал мне о загадочном докторе, исцелившем душевнобольных преступников, также подключился к созданию товаров, основанных на методиках доктора Хью Лина.

Я и Марк записали на DVD видеофильм, действующий на подсознание. Его использование было простым и не требовало усилий. Вам нужно было только вставить DVD в проигрыватель, устроиться поудобнее и смотреть на экран. В качестве звукового сопровождения воспроизводились истории, которые рассказывал либо я, либо Марк, а также оригинальная музыка. На экране ваш сознательный разум видел прекрасные изображения, например облака и острова. Вы не видели сообщений, которые возникали на экране на какие-то доли секунды. Эти сообщения были как телеграммы, предназначенные вашему подсознанию. Это были слова, помогающие избавиться от негодования и обиды и наполниться любовью. В целом DVD был создан, чтобы помочь людям забыть и полюбить снова (см. [www.subliminalmanifestation.com](http://www.subliminalmanifestation.com)).

Этот продукт был разработан для того, чтобы помочь людям очистить негативные блоки внутри самих себя. После очищения они оказывались ближе к счастливому нулевому состоянию отсутствия ограничений.

Я продолжал изучение новых идей, не переставая очищаться. Я стал называть этот процесс *вдохновлённым маркетингом*. В прошлом я мог попытаться создать новый товар, комбинируя существующие идеи или товары. Теперь же обнаружил, что намного эффективнее и менее трудно просто позволить идеям приходить ко мне. Всё, что мне оставалось делать, – реагировать на них. Именно так Пэт и я сделали аудиозапись «Я люблю тебя». Именно так Марк и я создали видео для подсознания. Идеи просто появились в моём мозгу, и я только отреагировал на них.

Если вы задумаетесь над вышесказанным, то можете испытать благоговейный трепет. Я просто говорю о том, что очищение намного важнее всего остального. Когда вы очищаетесь, идеи начинают приходить к вам. И некоторые из этих идей могут сделать вас очень богатыми.

Доктор Хью Лин предлагает несколько способов непрерывного очищения собственного изобретения. Одним из них является символ, изображение которого однажды пришло к нему в результате вдохновения. Вот он.





Он поместил этот символ на своей визитной карточке, а также выпустил стикеры и значки с его изображением. Как сказал доктор Хью Лин, слово «Ceerport» означает «Clean, erase, erase, while returning back to Port» («Очищайся, стирай, стирай, возвращаясь обратно в Порт – в нулевое состояние»).

Я убеждён, что очищение – единственный способ добиться быстрых результатов, поэтому ношу на своей одежде *два* значка с изображением этого символа. Я также наклеил стикеры с этим изображением на все подходящие вещи, начиная с моих машин до компьютера, бумажника и спортивных тренажёров. Я бы приклеил этот символ себе на лоб, если бы это не казалось странным окружающим. Я даже могу сделать такую татуировку.

Однажды, когда доктор Хью Лин пришёл ко мне, чтобы обсудить эту книгу, я показал ему свою новую визитную карточку. Друг сфотографировал меня, когда я стоял перед своим новым автомобилем Panoz Esperante GTLM 2005 года выпуска. Это марка роскошных спортивных автомобилей, которые собираются вручную в Атланте. Я знал, что выгляжу убедительно, а мой вид создаёт впечатление богатства, но понятия не имел, насколько мощным был данный эффект (см. моё изображение на моей визитной карточке).



«Это средство очищения, – сказал доктор Хью Лин, изучив визитку. – Ты можешь очищать воспоминания и устранять негатив, обмахивая своими визитными карточками предметы, людей или самого себя».

Прав он был или нет, но я почувствовал гордость за свою визитку, и больше чем когда-либо захотел раздавать её людям. Я постоянно обмахивал себя карточкой, чтобы очистить от негатива пространство вокруг себя. Доктор Хью Лин заметил это и улыбнулся.

Он сказал, что логотип компании, выпускающей автомобили Panoz, в виде щита, на котором изображён символ инь-ян и лист трилистного клевера, тоже является инструментом очищения. Он содержал в себе ярко-красный, белый и синий цвета, а также лист клевера зелёного цвета. Всё это говорит о том, что логотип – мощное средство очищения. Поскольку я люблю свой автомобиль, то стараюсь проводить за рулем как можно больше времени, и сознание того, что при этом я очищаюсь, заставляет меня улыбаться.

Самое чудесное то, что на моей визитной карточке находится фотография автомобиля с логотипом Rapoz на капоте. Таким образом, моя визитная карточка представляет собой средство очищения с двойным эффектом.

Я уверен, что многим читателям беседа с доктором Хью Лином покажется разговором с человеком «не в своём уме». Но независимо от того, считаете вы его сумасшедшим или нет, результаты, которых добился я и другие люди с помощью «ненормальных» средств очищения, абсолютно реальны. Однако если вы настроены скептически, перечислять эти результаты не имеет смысла. В конце концов, люди, которые расположили символ Сеерпорт в своих офисах для увеличения объёмов продаж, могут показаться глупыми и суеверными. Что ж, возможно, дело в эффекте плацебо: лекарство действует, потому что вы верите, что оно действует. Даже если это так, то я скажу: продолжайте его принимать.

Например, Марвин, продавец, о котором вы прочтёте в следующей главе, побил все рекорды по продажам шикарных автомобилей. Он сказал мне, что наклеивал стикеры Сеерпорт «езде».

«Я наклеил его под моим столом, на потолке, на компьютере, на кофейнике, под машинами, в демонстрационном зале и ещё во многих местах, – сказал он. – Я не получаю скидок при покупке этих стикеров. Но я покупаю их сотнями и расклеиваю где только можно».

Возможно, его вера в средство очищения приводит к такому результату.

Или же средство само делает всю работу.

Кто может сказать точно?

Однажды врач мне сказал: «В медицине повсеместно используется бутафория и плацебо».

Если моя визитка является плацебо, то это намного более дешёвое лекарство, чем другие.

Я скажу, что если этот метод работает, продолжайте его применять.

Очищайтесь, очищайтесь, очищайтесь.

## Глава 10

# Как улучшить здоровье

---

*Я есть «Я»  
Овау но ка «Я»*

**М**ой следующий семинар с доктором Хью Лином отличался от первого. Однако его цель оставалась прежней: рассказать об очищении и стирании программ воспоминаний, – однако на этот раз рассказ доктора был даже ещё более расслабляющим и более импровизированным. Он начал с того, что взял бейсбольный мяч и спросил, в чём смысл игры.

«Ударить, чтобы забежать в дом», – сказал кто-то.

«Выиграть», – сказал другой.

«Смотреть за мячом», – сказал я.

«Точно! – ответил доктор Хью Лин со своим гавайским акцентом. – Чтобы выиграть или добежать в дом, вы должны постоянно следить за мячом. Но какое место занимает бейсбольный мяч в вашей жизни?»

Все молчали.

«Ваше дыхание», – сказал один участник.

«Текущий момент», – сказал другой.

Доктор Хью Лин понял, что мы не можем найти верного ответа и предложил его сам: «Бейсбольный мяч – это Бог, – сказал он. – Вы должны сконцентрироваться на возвращении к нулевому состоянию. Никаких воспоминаний. Никаких программ. Нуль».

Очищение. Очищение. Очищение.

Вы здесь для того, чтобы очищаться или не очищаться. Вы можете выбрать, что вам нравится, но вы не решаете, получите то, чего хотите, или нет. Вы доверяете Богу сделать то, что будет хорошо для вас. Знаете ли вы это лучше, чем Бог? Вряд ли.

Очищение. Очищение. Очищение.

«Моя цель – оставаться в согласии с намерениями Бога», – сказал я доктору Хью Лину.

«Это хорошо, Джозеф».

Желания представляют собой ограничения. Вы решаете, что хотите припарковать свой автомобиль в первом ряду перед зданием. Вы настаиваете на этом. Но Бог предоставляет вам место для парковки в километре от входа. Почему? Потому что вам нужно больше ходить.

Очищение. Очищение. Очищение.

Я провёл ещё два дня с доктором Хью Лином. Тринадцать человек в комнате. Основное внимание было сосредоточено на том, как возникают проблемы.

«У вас всегда будут проблемы», – заявил доктор. Я не верю в это утверждение, но всё-таки записал его. Очищение. Очищение. Очищение.

«Проблемы представляют собой воспоминания, которые воспроизводятся, – сказал он. – Воспоминания представляют собой программы. Эти программы не только ваши. Они общие. Чтобы освободить свою память, нужно послать любовь Богу. Бог слышит и отвечает наилучшим для нас способом в нужное время. Вы выбираете, но не решаете. Решает Бог».

Я не понял. Очищение. Очищение. Очищение.

Марвин, жизнерадостный, с широкой улыбкой парень с Филиппин, поднялся и сказал, что он за год продал шикарных автомобилей более чем на 150 млн. долл. При этом он не пытался продавать как можно больше. Он просто очищался.

«Я просто повторял «Я люблю тебя» весь день, – объяснял он на плохом английском. – Я очищался, когда слушал людей. Я просто очищался, очищался, очищался. Постоянно очищался».

«Ты вообще не ставил перед собой никаких целей?» – скептически спросил я, подразумевая, что он, по крайней мере, хотел продавать автомобили, потому что в этом заключается его работа.

«Никогда, – ответил он. – Без исключений. Я просто приходил на работу и очищался».

Очищение. Очищение. Очищение.

Я провёл два дня, слушая истории об очищении от таких же обычных людей, как вы и я. Но принять это оказалось трудно. Просто очищаться и повторять «Я люблю тебя» – и мир изменится? Вы продадите больше машин? Вы заработаете больше денег? Правда?

«Вы полностью отвечаете за всё происходящее, – сказал доктор Хью Лин. – Всё находится в вас. Абсолютно всё. Без исключений. Вы должны очищаться от этого, или вы никогда не очиститесь».

Очистить терроризм?

Очищение. Очищение. Очищение.

Очистить экономику?

Очищение. Очищение. Очищение.

Очистить (вставьте свое)?

Очищение. Очищение. Очищение.

«Это всё ваш опыт, это вы должны очиститься», – говорит доктор Хью Лин.

Когда на перерыве я позвонил домой, чтобы узнать, как себя чувствует Нерисса и наши домашние любимцы, Нерисса прервала меня, сказав, что провела весь день, готовя для меня

сюрприз. У неё оказался готов длинный список необходимых поручений. Но мне ничего не хотелось делать.

«Что это?» – спросил я.

«Большой сюрприз».

«Скажи».

«Ты никогда не угадаешь, даже за миллион лет».

«Не заставляй меня гадать. У меня нет миллиона лет».

Прежде чем сообщить, что она сказала, позвольте мне вернуться на мгновение назад. Нериссу настиг стресс, потому что она занималась сразу несколькими делами. Она уже не выдерживала. Она работала над видео для меня, над другим видео для клиента. Она создавала программное обеспечение, рекламой которого собиралась заняться. Она также должна была заботиться о домашних животных и доме, пока я был в отъезде. У неё едва хватало времени на планирование своего дня, чтобы успеть выполнить все дела. Поэтому представьте моё удивление, когда я услышал следующее.

«Я разобрала твою гардеробную и перестроила её».

Очищение. Очищение. Очищение.

Я был поражён. Очищения моей гардеробной не было в её списке необходимых дел и даже в моём собственном списке.

«Я разобрала всю твою одежду, плечики, сделала новые полки, повесила вещи заново, повесила разбросанную одежду на плечики и сложила всю остальную одежду, которая валялась на полу».

Это поразило меня так, как если бы я получил чек, выписанный, например, на пять миллионов долларов.

Это было невероятно.

«Что заставило тебя заниматься этим?» – спросил я.

«Мне просто захотелось заняться этим сейчас», – ответила она.

Ей захотелось заняться этим? Возможно. Но у неё не было времени. Это было как гром среди ясного неба.

Доктор Хью Лин говорит, что, когда вы очищаете воспоминания, к вам приходит вдохновение. К Нериссе явно пришло вдохновение убрать в моей гардеробной. Это метафора, но и доказательство, что внутреннее очищение приводит к внешним результатам.

Вы не можете рассчитать, какими будут внешние результаты.

Вы можете выбирать, но не можете решать.

Позднее, в мотеле, мы с доктором Хью Лином сидели рядом в его комнате как учитель и ученик. Но дело в том, что это доктор Хью Лин относился ко мне как к учителю.

«Джозеф, ты один из десяти избранных Богом».

«Я?»

Я был польщён, но совершенно не понимал, о чем он говорит.

«Ты пришёл в этот мир, чтобы разбудить Бога в людях, – объяснил он. – Твои творения обладают гипнотическим эффектом. Это твой дар. Но есть и больше».

«Больше?»

Очищение. Очищение. Очищение.

«Ты И – человек для бизнеса, – сказал он. – Ты знаешь, что это означает?»

Я не имел никакого понятия и так и ответил.

«Ты Иисус для бизнеса, – объяснил он, – ключевой человек для перемен».

Когда он говорил, я думал, что сохраню этот разговор между нами. Никто не поверит в это. Лично я не поверил.

Очищение. Очищение. Очищение.

«Когда я был с Моррной, – сказал доктор, вспоминая годы, проведенные с кахуной, учившей его обновленной форме Хо'опонопоно, которую он проповедует теперь, – первые пять лет я считал её сумасшедшей. Но однажды эта мысль пропала».

Стиль разговора доктора Хью Лина хаотичный, поэтический и мечтательный. Создаётся впечатление, что он одновременно использует и левое, и правое полушария своего мозга, в то время как каждый из нас использует только одно. От слов, что я являюсь спасителем бизнеса, он перешёл к разговору о Морнау. Это его собственный, гипнотический метод общения. Он полностью приковал к себе моё внимание. Я хотел знать больше.

«Вокруг твоей головы есть венок, Джозеф, – сказал он, видя то, чего я не мог увидеть или почувствовать. – Он сделан из денежных символов, похожих на монеты с изображением орла».

Почему-то мне захотелось показать доктору цепочку, которую я ношу. Это сплошная золотая цепочка, сделанная две с половиной тысячи лет назад в Древнем Риме. Он подержал цепочку в руке и положил на свою ладонь.

«На этой цепочке написано латинское слово, – объяснил я, – это слово *Fidem*, что означает «вера».

Доктор Хью Лин молчал, держа в руках цепочку. Казалось, что он получает изображения или впечатления. Я тоже хранил молчание, пока он «настраивался» на частоту цепочки.

«В прошлой жизни ты был великим оратором, – сказал доктор, – но тебя окружили и убили. Эта цепочка исцеляет в тебе это воспоминание».

Это было любопытно. Меня часто посещали видения, что я был в прошлом легендарным оратором, но до этого момента я боялся говорить об этом, потому что был убит после

произнесения речи. Я думал, что это мои эгоистичные мечтания, а не прошлая жизнь. Каким-то образом доктор Хью Лин раскрыл это воспоминание, взяв в руки мою цепочку.

«Я её редко ношу», – признался я.

«Носи её всегда», – сказал доктор.

Он пристально смотрел на цепочку.

«Она прекрасна, – произнёс он. – Эту цепочку носил целитель, который понимал ценность познания самого себя».

Я был восхищён. Доктор Хью Лин обладал аурой, напоминающей остров спокойствия в штормовом море повседневной реальности. Когда мир кружился в водовороте, он оставался спокойным. Он говорил от всего сердца, принимая всё, что приходит, и всё, что сказано. Он посмотрел на меня, а затем перевёл взгляд на мои ноги.

«Джозеф, мой Бог, мне следует сидеть у твоих ног», – сказал он, вдохновленный тем, что увидел во мне. – Ты как Бог».

Очищение. Очищение. Очищение.

«Мы здесь для очищения, – напомнил доктор Хью Лин мне и всем остальным во время нашего занятия в выходные. – Очищайтесь всегда, постоянно, чтобы очистить все воспоминания и дать возможность Богу вдохновить нас на те дела, ради которых мы пришли в этот мир».

Очищение. Очищение. Очищение.

Во время занятия я осознал, что посвятил много времени очищению одной из моих книг и совсем не очищал другую. Я очень трепетно относился к своей книге «Секрет притяжения. Пять шагов к финансовому (и не только) благополучию», которая стала бестселлером. Но я почти не уделял времени для выражения любви другой моей книге – «There's a Customer Born Every Minute», которая не продавалась так хорошо. Меня как будто громом поразило. Вот почему другие мои книги не имели такого успеха.

Когда я посетил первое занятие, то понял, что могу использовать стирательную резинку на другом конце карандаша для очищения. Для этого я мог стучать резинкой по предмету, который хотел очистить. Вот так. Это символ, если не факт, очищения воспоминаний. Я достал экземпляр моей новой книги «Life's Missing Instruction Manual» и положил сверху на неё карандаш. Каждый день в течение многих месяцев я постукивал по книге резинкой. Считайте меня сумасшедшим. Но это был физиологический спусковой крючок, который помогал мне очищать воспоминания, окружающие эту книгу. В итоге эта книга тоже стала бестселлером и оставалась лидером продаж четыре дня. Многие ведущие компании закупили тысячи экземпляров. Книга продавалась через сеть *Wal-Mart*. Статья о ней появилась в журнале «Women's Day».

Но я не сделал никакого очищения по отношению к книге «There's a Customer Born Every Minute». И эта книга вышла из печати. Она приблизилась к списку бестселлеров, но так и не вошла в десятку самых продаваемых. Я организовал многолюдные рекламные акции, чтобы привлечь внимание к книге. Внимание привлечь удалось, но это почти не отразилось на уровне продаж. Я рассказал об этом доктору Хью Лину.

«Мысленно опусти книгу в стакан с водой и положи сверху какой-нибудь фрукт, – посоветовал он. – Я знаю, это звучит странно. Но запомни сегодняшний день, опусти книгу в воду и посмотри, что произойдёт».

Он также удивил меня, спросив насчёт Опры.

«Ты хочешь попасть на шоу Опры Уинфри?»

Заикаясь, я сказал, что очень хочу. В то время я ещё не был на шоу Ларри Кинга, поэтому шоу Опры Уинфри казалось значительным этапом в карьере.

«Ты должен очищаться, и тогда не будешь задыхаться в разговоре», – посоветовал он.

Очищение. Очищение. Очищение.

«Два автора были на шоу, и оба заикались», – объяснил он.

«Мне бы этого не хотелось», – сказал я.

«Когда ты пойдёшь на шоу Опры, то это случится по её желанию, а не по твоему», – сказал доктор.

«Звучит обнадеживающе», – ответил я.

«Ты должен отбросить мысль о том, что люди делают какие-либо вещи для тебя. Они делают их для себя. Всё, что ты должен делать, – это очищаться».

Очищение. Очищение. Очищение.

Перед тем как проститься с доктором Хью Лином, я снова спросил его о годах, проведённых в качестве штатного психотерапевта в больнице для душевнобольных преступников.

«Я хочу, чтобы ты кое-что уяснил абсолютно четко, – сказал он. – Это было непросто, и я это сделал не в одиночку».

Я по-прежнему хотел узнать больше. Намного больше.

Очищение. Очищение. Очищение.

Кажется, что у каждого, кто воспользовался методом Хо'опонопоно, есть своя чудесная история. Приведу несколько примеров.

*Дорогой доктор Хью Лин!*

*Недавно я посетила занятие по изучению метода Хо'опонопоно в Филадельфии. Хочу поблагодарить Вас от всего сердца за то, что Вы показали мне дорогу Домой. Я от всей души благодарю Бога за Вас и за Ваших детей, которые помогают Вам в обучении. Позвольте привести свидетельство одного из членов нашей группы о событиях, случившихся после семинара. Это послание для тех, кого интересует сила метода Хо'опонопоно. Если это свидетельство будет достойно обнародования, расскажите о нём. Если нет, то выбросьте его и просто оставьте мою благодарность.*

*Огромное спасибо Вам за всё.*



*Да хранит Вас Бог в мире, да пошлёт вам мудрость, здоровье и долгие годы жизни, в которых Вы очиститесь и придёте Домой.*

*Много-много любви и благословения.*

*Дайана Хайне*

*Свидетельство о результатах семинара  
по изучению метода Хо'опонопоно в Филадельфии*

*Доктор Хью Лин начал собрание с лекции и рисования.*

*Он объяснил космогонию метода Хо'опонопоно. Он спросил нас: «Кто вы? Вы знаете?» Вместе мы открыли невероятную, вечную, безграничную, всеобщую, совершенную и нулевую реальность нашей истинной Души, в которой возникает весь мир. Он назвал это «Дом». Затем мы исследовали с ним природу вопроса «В чём проблема?» «Вы замечали, – спросил он, – что вы всегда находитесь там, где есть проблемы? Вам это о чём-то говорит?» Как древнегреческий философ Сократ, он заставлял нас думать, задавать вопросы и давать ответы. Доктор Хью Лин искусно извлёк эти скрытые воспоминания и суждения для их очищения и преобразования.*

*Пойманная в сеть, я поднимала руку, задавала вопросы и делала комментарии. Однако каждый день у меня появлялось чувство, что всякий раз, когда я задаю вопрос, доктор Хью Лин осаждаёт меня. Я почувствовала себя разочарованной. Каждый ответ «сжигал» меня, и я чувствовала себя прилюдно пристыженной и униженной.*

*К утру воскресенья я так сильно разозлилась на доктора Хью Лина, что хотела уйти с занятия. Я стала считать его заносчивым, высокомерным и властным. Я сидела взволнованная, раздражённая, готовая заплакать.*

*Я была так раздражена, что хотела бросить занятия. Неуверенная в том, что смогу сдержаться, я встала и вышла в ванную, чтобы не разрыдаться прямо в комнате, где проводилась наша встреча. Я сидела одна в туалетной кабинке и чувствовала, как моё раздражение перерастает в гнев. Да, я ощущала яростный гнев. Какая-то часть меня не хотела, чтобы этот гнев прекратился. Но что-то внутри заставило меня повторять: «Прости меня. Прости меня. Я люблю тебя».*

*Я повторяла это своему гневу снова и снова. И затем поняла, что это чувство гнева не было для меня новым. Это чувство жило в моей душе как тлеющий огонь в моём подсознании. Этот огонь вырывался наружу каждый раз, когда мой муж прерывал меня, или когда адвокат моей матери настаивал на своей правоте. И слово «мама» для меня было одним из тех слов, которые чёрное могут сделать белым, смущая невинное сердце ребёнка.*

*А затем я поняла. Вот оно! Это какая-то старая память, бревно в моём глазу, то бревно, которое я пытаюсь найти в сердцах других людей. Это был дамоклов меч памяти, который я носила в своём сердце, в моём «сегодня», и которым старалась ранить других людей: доктора Хью Лина, мою мать, моего мужа, Буша, Саддама Хусейна, всех, кого только могла обвинить. Вот о чём говорил доктор Хью Лин. Бесконечное перематывание пленки, которая воспроизводится снова и снова.*

*Я не ушла. Я вернулась в комнату, где проходила встреча, и хранила полное молчание до конца дня. Я тихонько повторяла про себя: «Мне очень жаль. Пожалуйста, прости меня. Благодарю тебя. Я люблю тебя». Когда доктор Хью Лин отвечал на вопросы, я чувствовала с его стороны только любовь и не испытала ни одной из прежних эмоций. Он совершенно не изменился. Изменилось что-то во мне.*

*Спустя некоторое время после того, как я вернулась в комнату, доктор Хью Лин делился своим личным опытом того, как он сам познакомился с методом Хо'опонопоно. Он бросал курс, и не один раз, а три, каждый раз считая учителя «сумасшедшей» и забирая деньги, заплаченные за семинар. Он знал, о чём я думала? Он знал, что я хотела уйти, считая его сумасшедшим?*

*Во время перерыва я осторожно приблизилась к доктору Хью Лину. С большой любовью он объяснил, что в моей голове возникло древнее, часто повторяющееся воспоминание о мужском доминировании. Он объяснил, что эта память общая для многих, и требуется огромное терпение и настойчивость, чтобы исцелиться. Этого не случится, пока я не вернусь домой и не осознаю глубину исцеления, произошедшего со мной во время этого семинара.*

*В течение всего семинара доктор Хью Лин предоставлял нам средства для трансформации наших воспоминаний. Эти средства нельзя было назвать интеллектуальными. Не ожидая каких-либо результатов, просто выполняя указания, хотя и с большим скепсисом, я взяла карандаш, сказала: «Росинка» и постучала по трём словам, которые написала на листе бумаги, – словам, которые символизировали для меня проблемы: «компьютер», «сын» и «муж». И опять я не поняла силы этих слов, пока не вернулась домой.*

*Когда я вернулась домой, муж с сыном встречали меня. Улыбаясь, они сказали: «Угадай, что мы купили?»*

*«Новый компьютер?» – попыталась угадать я. С нашим компьютером постоянно возникали какие-то проблемы. Постоянно мы тратили часы (в буквальном смысле) на его техническое обслуживание, и я уже стала думать, что-либо нам попался ужасный компьютер, либо в нём завелся какой-то злой дух. За последние несколько недель наш компьютер много раз выходил из строя. Это ужасно нервировало. Меня не столько волнует компьютер, сколько гармония.*

*Я немного удивилась, когда муж и сын одновременно ответили мне, что они купили новый компьютер. Буквально вчера вечером они решили купить новый компьютер с 64-битовым процессором. Затем они сказали: «Угадай марку компьютера». Я стала перечислять все известные торговые марки: Dell, Hewlett-Packard, Sony, Gateway, Compaq и т. д. Я назвала все марки, какие только могла представить. На каждую догадку они отвечали: «Нет. Нет. Нет». Я взмолилась: «Сдаюсь!»*

*Теперь следует рассказать о моём муже. Это мужчина с очень строгими правилами. Мы женаты уже 30 лет. У него железная воля, и если он что-то решил, то проявляет в этом фантастическое упорство. Не будь он таким здравомыслящим, это упорство было бы похоже на нелепое упрямство, когда человека невозможно переубедить. Он давно стал ярым приверженцем компьютеров под управлением Windows, и ничего, ну просто ничего не могло изменить его мнения. Поэтому, когда они оба выкрикнули: «Apple!», я чуть не упала от*

удивления. Понимаете, мне всегда хотелось купить компьютер именно этой фирмы, но компьютеры Apple у нас дома не были позволены, как свинина на кошерной кухне.

Другим это может показаться чем-то обычным. Но я прожила в браке уже больше 30 лет. За эти 30 лет мы пережили разные времена на пути к достижению единства и понимания. Этот, казалось бы, случайный выбор компьютера символизировал для меня действие, которое индейцы называют «зарыть томагавк войны». Я имею в виду, что если бы Китай предоставил независимость Тибету, то это событие удивило бы меня намного меньше.

Я вспомнила, как взяла карандаш, сказала: «Росинка» и начала постукивать стирательной резинкой на словах «муж», «компьютер» и «сын». Мог ли 30-летний конфликт решиться так быстро и так эффективно? Могло ли мысленное произнесение фраз «Мне очень жаль», «Прости меня», «Благодарю тебя» и «Я люблю тебя» изменить конфликты всей моей жизни с самыми важными для меня людьми – с матерью и мужем? Прошло две недели после семинара. Каждый день я молюсь так, как научил меня доктор Хью Лин, изо всех сил. Мой сын выздоровел после продолжительной болезни, а мой муж говорит со мной на темы, о которых я старалась не упоминать. Вчера он сказал мне: «Если хочешь, дорогая, мы купим тебе один из этих небольших ноутбуков».

# Глава 11

## Скептики хотят знать

---

*«Смысл жизни в том, чтобы шаг за шагом вернуться в состояние Любви. Для достижения этой цели человек должен понять, что он несёт полную (100%) ответственность за все события в своей жизни. Он должен понять, что своими мыслями он создаёт свою жизнь, момент за моментом. Проблемы не в людях, местах или ситуациях, а в мыслях об этих людях, местах и ситуациях. Человек должен понять, что не существует такого понятия, как «внешний мир».*

**Д-р Ихалиакала Хью Лин**

Как я уже упоминал в этой книге, я написал статью под названием «Самый необычный врач в мире» и поместил её в своём блоге. Я также добавил её на свой веб-сайт [www.mrfire.com](http://www.mrfire.com). Кроме того, она была опубликована в книге Дэвида Риклана «101 Great Ways To Improve Your Life». Эта статья стала самой известной и самой обсуждаемой из всего написанного мной. Люди размещали её в группах новостей, отправляли своим друзьям и т. д. Очевидно, что её содержание заинтересовало каждого. Это была та самая статья, которая привлекла моего нынешнего издателя, компанию *John Wiley & Sons*, и привела меня к созданию этой книги.

Но не всем она понравилась. Некоторые люди не могли поверить, что любой человек, даже психолог, способен помочь в исцелении душевнобольных преступников в больнице. Один человек написал доктору Хью Лину письмо, в котором потребовал доказательств. Этот человек хотел знать факты об опыте доктора Хью Лина в больнице для душевнобольных. Правду сказать, я тоже этого хотел. Вот что написал доктор Хью Лин в подробном ответе.

Эта история, как и большинство других историй, требует пояснения.

Правда такова.

1. Я провёл несколько лет в качестве штатного психолога в Государственной больнице Гавайев. Эта психиатрическая больница работает под управлением Государственного департамента здравоохранения штата Гавайи.
2. В должности штатного психолога я проработал с 1984 по 1987 год. Я работал по 20 часов в неделю в строго охраняемом отделении для пациентов мужского пола, совершивших уголовные преступления: убийства, изнасилования, употребление наркотиков, нападения, избивание людей и нанесение ущерба собственности.
3. Когда в 1984 году я был зачислен в штат, все изолированные палаты были заняты буйными пациентами.
4. Каждый день некоторых пациентов приходилось заковывать в металлические кандалы на руках и ногах, чтобы предотвратить акты насилия по отношению к другим пациентам.
5. Применение пациентами силы в отношении друг друга, а также нападения на персонал случались постоянно.
6. Пациентам не разрешалось улучшать условия своей жизни и выполнять какую-либо работу.
7. Не проводилось никакого перевоспитания пациентов.
8. Не предпринималось никаких действий вне клиники для отдыха или работы пациентов.
9. Посещение пациентов членами семьи разрешалось очень редко.

10. Пациентам нельзя было покидать территорию охраняемой клиники без письменного разрешения врача и без наручников и кандалов.

11. Пациенты жили в больнице годами, стоимость пребывания одного пациента составляла приблизительно 30 тыс. долл. в год.

12. Текучесть обслуживающего персонала была крайне высокой.

13. Здание больницы было серым и ветхим.

14. Медицинский персонал больницы составляли в основном прекрасные и заботливые люди.

15. То, что я описываю, характерно для большинства психиатрических лечебниц.

Когда в 1987 году я уволился из больницы, дела обстояли следующим образом.

1. Изолированные палаты больше не использовались.

2. Не применялись наручники и кандалы.

3. Акты насилия стали исключительно редкими, особенно это касалось новых пациентов.

4. Пациентам разрешили улучшать свой быт и работать, включая украшение комнат, работу по благоустройству территории и легальную деятельность перед выпиской из больницы.

5. Стали проводиться мероприятия за пределами больницы, включая занятия йогой и теннисом. При этом для выхода из больницы не требовалось письменного разрешения врача и использования кандалов.

6. Пациенты смогли работать за пределами больницы, например, мыть автомобили. Для выхода на работу не требовалось письменного разрешения врача и использования кандалов.

7. В больнице пациенты пекли печенье и изготавливали обувь.

8. Пациентов стали навещать родственники.

9. Текучка персонала резко снизилась.

10. Атмосфера в клинике значительно улучшилась благодаря покраске стен и улучшению технического обслуживания, а также благодаря изменению отношения людей.

11. Персонал клиники больше участвовал в поддержке пациентов и старался нести за них полную ответственность.

12. Время от поступления пациентов в клинику до их выписки резко сократилось и измерялось уже не годами, а месяцами.

13. Взаимоотношения пациентов и персонала претерпели коренные изменения — от отношений между тюремщиком и заключённым до отношений, напоминающих одну большую семью, где люди заботятся друг о друге.

Что я сделал для этого как штатный психолог? Я применил метод самоаутентичности посредством Хо'опононо. Метод повторения, прощения и превращения всего, что происходило во мне, и что проявлялось как мои сознательные и бессознательные проблемы *до, во время и после* моей работы в больнице в каждый момент моей жизни.

Я не занимался терапией или консультациями пациентов в больнице.

Я не проводил никаких собраний персонала в больнице.

Я принял на себя полную ответственность за очищение себя от тех проблем, которые появлялись у меня как у штатного психолога.

Меня создал тот, кто «Азм есть», и я совершенен, как и все другие его творения. Несовершенны только воспоминания, которые заставляют нас действовать, повторяются как осуждение, возмущение, гнев, раздражение и того, что знает только Бог, и что мы носим в своей Душе.

Мир меня,

Ихалиакала Хью Лин,

доктор философии,

председатель в отставке The Foundation of I, Inc. Freedom of Cosmos

[www.hooponopono.org](http://www.hooponopono.org)

Я сам продолжаю изучение метода Хо'опонопоно, но иногда учу ему других, когда чувствую, что они готовы услышать. Безусловно, их состояние готовности является отражением меня, а не их. Чем чище я становлюсь, тем чище становятся люди вокруг меня. Но этот факт трудно принять. Намного проще захотеть изменить другого, чем измениться самому.

На острове Мауи риелтор провёз нас по округе, чтобы показать нам дома. По дороге мы много говорили об исцелении, духовности, фильме «Секрет» и самосовершенствовании. Всё это было интересно, но на одном этапе нашего пути произошло нечто поистине удивительное.

В своё время риелтор читал мою широко известную статью о докторе Хью Лине и гавайском методе исцеления Хо'опонопоно, который он применил для исцеления целого отделения душевнобольных преступников.

Как и на многих других людей, эта статья произвела на риелтора очень большое впечатление.

Но, как и многие другие, он не вполне её понял.

Когда мы ехали по прекрасному острову Мауи, я слушал жалобы риелтора о доме, который он не мог продать. Покупатель и продавец устроили настоящую битву за дом, изливая друг на друга гнев, возмущение и другие подобные чувства. Сама сделка была забыта за этой ссорой, и они не продвигались к её завершению ни на шаг. Риелтор был разочарован поведением своих клиентов.

Я немного послушал, а затем почувствовал желание произнести речь.

«А вы хотели бы узнать, как доктор Хью Лин уладил бы эту ситуацию с помощью метода Хо'опонопоно?», – спросил я.

«Да! – воскликнул риелтор, весьма удивлённый. – Мне очень интересно. Расскажите, пожалуйста».

«Это будет интересно», – сказала Нерисса.

«Что ж, я не доктор Хью Лин, – начал я, – но я пишу вместе с ним книгу и провожу занятия. Поэтому думаю, что знаю, как уладить эту ситуацию».

«Расскажите!»

«Доктор Хью Лин изучает самого себя, чтобы понять, что внутри него является общим опытом, проявление которого он видит вне себя, – начал я. – Когда он работал в психиатрической больнице, он читал истории болезни пациентов. Когда он чувствовал отвращение к каким-либо действиям пациентов или событиям в их болезни, то не начинал работать с пациентами, а начинал

работать с чувствами, которые испытывал он сам. Когда он очищал эти чувства, то пациенты становились чище и исцелялись.

«Мне это нравится», – сказал риелтор.

«Большинство людей не понимают, что значит ответственность, – продолжил я. – Они обвиняют других. Когда они растут и становятся более сознательными, они начинают осознавать, что отвечают за свои слова и поступки. Но если вы станете ещё более сознательным, то поймёте, что вы ответственны за всё, что говорит или делает любой человек, просто потому, что он появился в вашей жизни, это ваш опыт. Если вы создаёте собственную реальность, то вы создаёте всё, что видите, даже то, что вам не нравится».

Риелтор улыбался, качая головой.

Я продолжал.

«Не имеет никакого значения, что покупатель и продавец делают в этой ситуации. Важно, что делаете *вы*. Доктор Хью Лин просто повторяет «Я люблю тебя», «Мне очень жаль», «Пожалуйста, прости меня» и «Благодарю тебя». Он не говорит это людям, он говорит это Богу. Идея в том, чтобы очистить общую энергию».

«Я сделаю это», – сказал риелтор.

«Но вы должны это делать не для того, чтобы получить что-то, – продолжил я. – Вы делаете это, чтобы очистить общую энергию, чтобы ни у кого больше не было этого негативного опыта, никогда. Это очищение, и его никогда не нужно прекращать».

Я прервался.

Казалось, что риелтор понял смысл. Его глаза были широко раскрыты, а на устах играла широкая улыбка.

«Если вы это осознаете, – продолжил я, – то сможете очиститься и исцелиться. Поскольку вы привлекли к этой ситуации о продаже дома моё внимание, то я тоже должен очиститься. Теперь это часть моего жизненного опыта. Я сам являюсь творцом своего опыта, поэтому тоже несу ответственность за эту ситуацию».

Во время нашего дальнейшего осмотра домов на острове я разъяснил свои слова.

Спустя несколько дней я получил по электронной почте письмо от риелтора. Он написал, что продолжает применять метод исцеления доктора Хью Лина.

Вот как это работает.

Это все – любовь.

Это – бесконечно.

И вы несёте полную ответственность.

Однажды я проводил семинар «Секрет денег» вместе с Майди Харт, которая руководит Единой церковью в городе Уимберли, штат Техас. Во время этого семинара я учил его участников

методу очищения Хо'опонопоно. После его завершения один джентльмен подошел и сказал: «Мне трудно говорить «Мне очень жаль» и «Пожалуйста, прости меня».

«Почему?» – спросил я.

Я никогда не слышал ничего подобного. Я был удивлен.

«Я не могу представить любящего Бога, который нуждается в моей просьбе о прощении, – ответил он. – Я не думаю, что Бог должен прощать меня за всё».

Я немного подумал и, когда нашёл ответ, сказал этому человеку: «Вы говорите эти фразы не для того, чтобы быть прощённым Богом. Вы говорите их, чтобы очистить самого себя. Вы говорите их *Богу*, но они для очищения *вас* самого».

Другими словами, Бог уже изливает на вас свою любовь. Этот процесс не прекращается никогда, Нулевое состояние, где не существует ограничений, мы можем описать как состояние чистой любви. Она есть там. Но вы не там. Поэтому, говоря: «Я люблю тебя», «Мне очень жаль», «Пожалуйста, прости меня» и «Благодарю тебя», вы очищаете программы, которые находятся *в вас* и не позволяют оказаться в чистом состоянии – состоянии любви.

Повторю, что Бог не требует от вас выполнения метода Хо'опонопоно, но *вы* нуждаетесь в этом.

Недавно я получил по электронной почте душераздирающее письмо от моего близкого друга. Она спрашивала: «Что бы ты сказал кому-то, кто прочитал твою книгу, посмотрел фильм «Секрет», кто ежедневно читает твой блог, кто старается изо всех сил, но по-прежнему остаётся без денег, без счастья и терпит неудачи одну за другой? У меня постоянно возникают новые и новые проблемы. Этому нет конца. Что бы ты сказал?»

Я почувствовал её боль. В конце концов, однажды я был бездомным. Десять лет я прожил в крайней бедности. Для моего «внезапного» успеха понадобилось 20 лет. Мне знакомо чувство, когда кажется, что земля уходит из-под ног.

Что можно сказать этому человеку?

В прошлом я бы предложил решение. Я бы посоветовал прочесть книгу Клода Бристоля «The Magic of Believing». Семь раз посмотреть фильм «Секрет». Написать сценарий той жизни, которой вы хотите жить. Ежедневно находить время для медитации. Работать над проблемами самобичевания.

Но это самый простой метод для изменения ситуации. Я понял (и это может подтвердить доктор Хью Лин), что данный метод срабатывает редко.

Что же остаётся делать?

Как вы или я, или кто-то ещё можем помочь человеку в беде?

Согласно методу Хо'опонопоно, единственным способом является очищение самого себя. Люди, которые пришли в этот мир до меня (включая и того человека, который написал мне письмо), имеют общие со мной программы. Это как ментальный вирус. Их нельзя осуждать. Они



чувствуют себя в ловушке или зажатыми в угол. Я могу бросить им веревку, но, скорее всего, они ею не воспользуются или используют эту веревку для того, чтобы повеситься.

Что же вам делать?

Всё, что я могу сделать, это очищать *себя*. Когда я очищаю себя, то они становятся чище. Когда мы очищаем общие программы, то они исчезают из жизни всего человечества. Вот что я делаю теперь. Это то, о чём мне сказал доктор Хью Лин во время нашего первого разговора по телефону, который был так давно: «Всё, что я делаю, это очищение, очищение, очищение».

Всё, что я делаю, это говорю: «Я люблю тебя», «Мне очень жаль», «Пожалуйста, прости меня» и «Благодарю тебя». Всё остальное делает Бог. Я не считаю это бессердечным, наоборот, я считаю это самым искренним занятием, которым я занимался. И этим я занимаюсь прямо сейчас, когда пишу эти слова.

Подведём духовный итог этой истории.

Поскольку история человека, который написал мне письмо, теперь является частью вашего опыта, то это означает необходимость и вашего исцеления. В конце концов, если вы создаёте свою реальность, то вы должны были создать *эту* ситуацию, так как она составляет часть вашей реальности. Я предлагаю вам использовать фразу «Я люблю тебя» для исправления таких ситуаций.

Когда вы исцелите сами себя, то станет лучше человеку, который написал мне, и всем, у кого есть эта программа.

## Глава 12

# Выбор – это ограничение

---

*Мы можем просить Бога, который читает в наших душах,  
об исцелении всех мыслей и воспоминаний,  
которые мешают нам.*  
**Моррна Симеона**

**В** октябре 2006 года доктор Хью Лин прилетел в Остин, штат Техас, чтобы провести со мной несколько дней. Как только я встретил его в аэропорту, мы начали говорить о жизни, о программах, об очищении и т. д. Доктор Хью Лин спросил, что произошло за последние дни. Я рассказал о том, насколько я взволнован.

«Есть один фильм, в котором актёр говорит: «Некоторые люди проснулись и живут в состоянии постоянного восхищения». Я сам близок к этому состоянию», – сказал я. – В моей жизни происходят чудеса, и эта жизнь меня пьянит».

«Расскажи больше», – настаивал доктор.

Я рассказал ему о своём новом автомобиле, который я обожаю. Это Panoz Esperante GTLM – роскошный спортивный автомобиль 2005 года выпуска. Эти автомобили производит семейная фирма Panoz. Каждый из них собирается вручную, на каждом стоит знак изготовителя, и каждому автомобилю дают имя. Имя моей машины – Франсин. Я знал, что доктор Хью Лин оценит любовь, вложенную в машину, и тот факт, что я обращался с ней, как с живым существом. Для доктора всё является живым.

Я рассказал ему о том, что участвовал в шоу Ларри Кинга благодаря съёмке в фильме «Секрет». Он захотел узнать, каким человеком является Ларри Кинг. Я рассказал. Кинг – прямой, доброжелательный и умный человек. Мне он понравился.

Я продолжил и рассказал доктору Хью Лину об успехе моих книг, а именно о книгах «Секрет притяжения. Пять шагов к финансовому (и не только) благополучию» и «Life's Missing Instruction Manual». Через несколько минут доктор увидел, что меня переполняет энергия.

«Как ты думаешь, что изменилось в тебе по сравнению с тем моментом, когда ты попал на семинар по обучению методу Хо'опонопоно?»

Немного подумав, я ответил: «Я перестал контролировать всё происходящее. Я позволил себе плыть по течению. Всё, что я делаю, – это очищаюсь, стираю воспоминания и стремлюсь попасть в нулевое состояние».

Он похлопал меня по плечу и улыбнулся одобрительно.

Мы пошли к моей машине, но через несколько шагов доктор остановился и пристально посмотрел на меня.

«Ты идёшь упругой походкой, – почти восхищённо сказал он. – Ты практически прыгаешь».

«Ну да, я действительно очень рад нашей встрече», – ответил я.

Мы отправились ужинать, и я рассказал доктору о своём разочаровании: по сравнению с написанной мной книгой советов П. Т. Барнума «There's a Customer Born Every Minute», другая моя книга продавалась хуже.

«Джозеф, ты должен любить её».

Я хотел, чтобы моя книга продавалась, поэтому не понимал, о какой любви идёт речь.

«Джозеф, если бы у тебя было трое детей, и один из них отставал в школе, ты сказал бы ему, что разочаровался в нём?»

«Нет», – ответил я. И внезапно меня озарило. Моя книга – это мой ребёнок, и я не должен говорить, что он чем-то хуже других моих детей. Я почувствовал это так остро, что практически расплакался в ресторане.

«Ты понял, Джозеф, – сказал доктор Хью Лин. – Ты должен любить всех своих детей».

Я испытал огромное сожаление, что отвернулся от своего «ребёнка» за то, что он отставал в школе жизни. В уме я начал повторять слова, обращаясь к Богу: «Я люблю тебя», «Мне очень жаль», «Пожалуйста, прости меня» и «Благодарю тебя», сохраняя чувство к моей книге в своём сердце. Позже, когда я пришёл домой и увидел свою книгу, я прижал её к своей груди, обнял её, выражая свою любовь и прося прощение за то, что не ценил её просто за её существование.

Позже, когда я отвёзил доктора Хью Лина в мой дом в Уимберли, штат Техас, он сказал, что видит внутри меня эльфа.

«Кого?»

«Эльфа», – ответил он.

Я привык, что доктор видит вещи, которых не вижу я. Он не называл это физической возможностью, – скорее, это напоминало раскрытие скрытого в каждый момент времени.

«У эльфа большие глаза и большие уши. Он хочет оставаться внутри и не показываться на публике».

«Это та часть меня, которая хочет оставаться дома и работать за компьютером, а не общаться с другими людьми».

«Есть и другая твоя часть, которой нравится свет рамп».

«Две трети меня хотели принять участие в шоу Ларри Кинга и Опры Уинфри, – подтвердил я, – но последняя часть хотела остаться в тиши дома».

«Твой эльф заботится о твоём здравомыслии», – объяснил доктор Хью Лин. – Люди, которые во что бы то ни стало хотят стать знаменитостью, становятся одержимыми. Люди, которые хотят уединиться в пещере, прячут свой свет за камни. Тебе удаётся сохранять баланс».

Вечером того же дня я рассказал моей любимой Нериссе о своём эльфе.

«А что будет, если эта часть тебя захочет выйти на сцену?», – спросила она.

«Я не знаю».

Помолчав, она сказала: «Думаю, его зовут Спрайт\*».

«Спрайт?»

«Да, Спрайт. Мне кажется, это имя подходит».

Я рассмеялся и вынужден был согласиться. На следующий день, когда я рассказал доктору Хью Лину, что Нерисса назвала мою внутреннюю часть Спрайт, он громко рассмеялся. Это имя ему понравилось.

«Спрайт похож на свет», – продекламировал он.

Через день после того, как я оставил доктора Хью Лина в своем доме в Техасе, я поехал на встречу с ним. Он сидел за столом вместе с двумя мексиканскими женщинами, которые, казалось, ловили каждое его слово. Он подозвал меня ближе. Я сделал себе кофе и хотел сесть в кресло позади доктора.

Он остановил меня и попросил сесть на стул рядом с собой, напротив женщин.

«Расскажи этим женщинам, чем ты занимаешься», – сказал он.

Я рассказал о моих книгах, о моём появлении в кино и о том, как пытаюсь помочь людям найти их счастье.

«Расскажи им, как ты справляешься с проблемами».

«Раньше я пытался решать проблемы, касались ли они меня или кого-то ещё. Теперь я позволяю им оставаться нерешенными, но очищаю воспоминания, которые вызывают эти проблемы. Когда я это делаю, проблемы решаются, а я становлюсь счастливым, потому что проблемы решены».

«Джозеф, ты можешь привести пример?»

«Моя сестра разочаровывает меня, – признался я. – Она живёт на пособие, её дом ограбили, документы украли, и ещё много других неприятностей. Она несчастна и огорчает меня этим. Я пытался помочь, отправляя ей деньги, книги, кинофильмы и даже DVD-плеер, чтобы она могла смотреть фильмы. Однако она не предприняла никаких усилий для того, чтобы измениться. Но теперь я и не пытаюсь изменить её».

«Что же вы делаете?» – спросила одна из женщин.

«Я работаю над *собой*, – объяснил я. – Теперь я понимаю, что жизнь, которую она ведёт, – не только результат её действий. Это также память или выполняемая программа, а она попала в ловушку этой программы. Так, как будто она подхватила вирус. В этом нет её вины. И поскольку я чувствую это, поскольку я чувствую её боль, значит, это наша общая программа. Я должен очищаться. Когда я очищусь, эта программа также оставит и её».

---

\* Sprite в переводе с англ. — «эльф», «фея». — Примеч. пер.

«Что вы делаете для очищения?»

«Я просто повторяю: «Я люблю тебя», «Мне очень жаль, «Пожалуйста, прости меня» и «Благодарю тебя».

Доктор Хью Лин пояснил, что в простой фразе «Я люблю тебя» есть три элемента, с помощью которых можно преобразовать всё что угодно. Он сказал, что это благодарность, уважение и преобразование. Я продолжил свое объяснение.

«Фразы, которые я произношу, напоминают мне магическое заклинание, которое открывает двери Вселенной. Когда я декламирую эти фразы как стихи, я открываю самого себя для Бога, чтобы он мог очистить меня и стереть все программы, которые мешают мне жить».

Доктор Хью Лин сказал, что ему нравится моё описание метода очищения Хо'опонопоно.

«Сравнение с вирусом очень точное, – сказал он. – Это программа, которая правит миром, и мы попали под её воздействие. Если кто-то попал в программу, и вы заметили это, значит, и вы попали в программу. Идея в том, чтобы принять на себя полную ответственность. Когда вы очищаете себя, вы очищаете программу для всех». Он остановился и добавил: «Но существует масса разных программ. Они как сорняки вокруг нуля. Чтобы получить неограниченные возможности, нужно очищаться больше, чем вы можете себе вообразить».

Казалось, что женщины поняли, и это меня удивило. Мы говорили о концепциях, которые изменяли образ мыслей, и женщины их легко воспринимали. Я не мог этого понять, но предположил, что они попали в резонанс с тоном доктора Хью Лина, как резонирует камертон.

Ранним холодным утром мы с доктором Хью Лином отправились на прогулку. Мы прошли около километра по пыльной гравийной дороге. По дороге мы видели оленя. В одном месте на нас начала лаять стая собак, но мы продолжили идти и разговаривать. Внезапно доктор Хью Лин кивнул головой в сторону собак, как будто благословляя их, и сказал: «Мы любим вас».

Собаки перестали лаять.

«Каждый из нас хочет быть любимым, – сказал он. – Ты, я и даже собаки».

Одна маленькая собачка за спинами других тихонько твякнула. Я представил, что она хотела нам сказать: «Это по-нашему!» или «Благодарю вас». Или даже: «Я тоже люблю тебя».

Наши разговоры с доктором всегда были очень интересны. Однажды доктор Хью Лин потряс меня фразой, что в нашей жизни есть только один выбор: очищаться или не очищаться.

«Ты можешь действовать или по памяти, или по вдохновению, – объяснил он. – Вот и всё».

Я ответил: «Я всегда говорил людям, что они могут действовать по вдохновению или нет. В этом и есть свобода воли. Бог посылает сообщение, а вы можете действовать или не действовать. Если вы действуете, всё будет хорошо. Если нет – у вас могут возникнуть проблемы».

«Выбор в том, чтобы очищаться или не очищаться, – сказал Хью Лин. – Если вы чисты, то приходит вдохновение, и вы действуете. Вы не думаете об этом. Если вы думаете об этом, то

сравниваете вдохновение с чем-то ещё, а то, с чем вы сравниваете, и есть память. Очистите память, и у вас не будет выбора. У вас останется только вдохновение, и вы будете действовать без размышлений».

Ух ты! Эта мысль потрясла меня. Я даже почувствовал себя плохо от того, что писал и утверждал, что выбор – это свобода воли. Сейчас я научился, что свобода воли означает, что вы застряли в памяти. Когда вы окажетесь в нулевом состоянии, где нет ограничений, вы не будете делать ничего, кроме того, что вы должны делать.

«Как будто мы все – музыканты одной великой симфонии, – объяснил доктор Хью Лин. – У каждого из нас свой инструмент. И у меня тоже. У твоих читателей – их инструменты. И ни одного одинакового. Чтобы сыграть концерт так, чтобы он всем понравился, каждый должен сыграть свою, а не чью-то другую партию. У нас возникают проблемы, когда мы отказываемся от своего инструмента или начинаем завидовать инструментам других людей. Это – память».

Я начал понимать, что для концерта нужны работники сцены, промоутеры и уборщики. У каждого своя роль.

Я также влиял на различных людей, с которыми был знаком и которые, казалось, совершенно не знали о том, каким образом они достигли успеха. Например, Джеймс Каан, знаменитый актёр, снявшийся в фильме «Крестный отец» и телесериале «Лас-Вегас». Я встречался с ним несколько раз. То, как он стал знаменитым, для него такая же загадка, как для вас или для меня. Он отличный актёр, можно сказать, легендарный. Но всё, что он делал, это оставался самим собой. Он просто играл свою роль в сценарии для всей Вселенной.

То же самое можно сказать обо мне. Некоторые люди, с которыми я встречался, вели себя так, словно я гуру. Если они видели меня в фильме «Секрет» или читали мои книги, особенно «Секрет притяжения», то решили, что я установил прямую связь с Богом. Однако я просто играю на своём инструменте в концерте жизни.

Когда вы играете свою роль, а я свою – мир работает. Когда вы пытаетесь стать мной, а я – вами, возникают проблемы.

«Кто раздал эти роли?» – спросил я у доктора Хью Лина.

«Бог, – ответил он. – Нуль».

«Когда он раздал их?»

«Задолго до того, как ты и я появились на этой земле как амёбы».

«Значит ли это, что свободы выбора не существует вообще? Что мы только исполнители заданных ролей?»

«У тебя есть полная свобода выбора, – ответил он. – Ты творишь так, как дышишь, но, чтобы жить от нуля, ты должен отпустить все воспоминания, чтобы оказаться в этом состоянии».

Должен признаться, что я не совсем понял весь этот разговор. Часть меня осознала, что моя работа заключается в том, чтобы играть на своём инструменте. Играя на своём инструменте, я буду частью общей мозаики жизни на своём месте. Но если я попытаюсь вставить себя на другое место в этой мозаике, то не смогу этого сделать, и вся картина разрушится.

«Твоё сознание попытается понять все это, – сказал доктор Хью Лин. – Но оно способно воспринять только 15 битов информации, в то время как в каждый момент ему поступает 15 миллионов битов информации. Твоё сознание не имеет ни малейшего понятия о том, что происходит».

Принять это было не слишком приятно.

По крайней мере, моему сознанию.

Как я говорил ранее, однажды я проводил семинар под названием «Секрет денег». Я говорил всем, что у них будут деньги, если они очистятся. Я рассказал об этом доктору Хью Лину, и он согласился.

«Воспоминания могут отталкивать деньги, – сказал он. – Если ты чист в отношении денег, они у тебя будут. Вселенная даёт их тебе, если ты их принимаешь. Это воспроизводящиеся воспоминания отталкивают деньги от вас или вас от понимания этого».

«Как можно очиститься?»

«Продолжай говорить «Я люблю тебя».

«Это нужно говорить деньгам?»

«Вы можете любить деньги, но лучше говорить это Богу. Когда вы находитесь в нулевом состоянии, то у вас нет никаких ограничений, и даже деньги могут прийти к вам. Но когда вы действуете по памяти, вы блокируете эти возможности. Существует множество воспоминаний о деньгах. Когда вы их очищаете, они очищаются для всех».

Мы зашли в магазин и заказали себе кофе. Когда мы вошли, в магазине было тихо, но постепенно люди заполнили все столики, стало оживленно и шумно. Энергия возрастала.

«Ты заметил?» – спросил меня доктор Хью Лин.

«Много людей, и они в хорошем настроении», – ответил я.

«Мы зашли сюда более чистыми, и место это почувствовало», – сказал он.

Доктор рассказал мне о своём посещении ресторанов в Европе. Ресторанный бизнес шёл вяло, но после его визита количество клиентов резко возросло. Он проверил это в нескольких заведениях, и везде эффект был одинаковый. Он подошёл к владельцу ресторана и спросил: «Если мы будем приходить к вам, и ваш бизнес пойдёт намного лучше, вы разрешите нам есть бесплатно?» Владелец согласился. Доктор Хью Лин часто получал бесплатные обеды и ужины только за то, что присутствовал в ресторанах.

Я заметил, что доктор Хью Лин легко расставался с деньгами. Мы зашли в небольшой магазин. Он купил несколько стеклянных изделий для своих друзей. Затем он положил 20-долларовую купюру на кассу и сказал: «А это вам». Продавец очень удивился. Но доктор добавил: «Это всего лишь деньги!»

Позже в ресторане я дал очень большие чаевые официантке. Она смотрела на меня с открытым ртом. «Я не могу это взять», – сказала она. «Конечно, можете», – не согласился я.

В этот же день мне пришла идея о товаре, который, я знал, позволит мне заработать много денег. Доктор Хью Лин обратил на это внимание: «Вселенная вознаграждает тебя за щедрость. Ты отдал и получил обратно. Это дало тебе твоё вдохновение. Если бы ты не отдал, ты бы и не получил».

Вот настоящий секрет денег.

«Мы, американцы, забываем о том, что написано прямо на наших деньгах: «На Бога уповаем», – сказал доктор. – Мы печатаем эту фразу, но не верим в неё».

Однажды доктор Хью Лин спросил меня о компании по торговле пищевыми продуктами, которую я основал вместе с физиологом и диетологом. Мы создали эту компанию, чтобы найти рынок сбыта для природной формулы снижения уровня холестерина, которую мы назвали «Кардио Секрет» (см. сайт [www.CardioSecret.com](http://www.CardioSecret.com)). Доктор Хью Лин консультировал меня по поводу того, как назвать продукт и компанию. Он удивился, как далеко мы зашли.

«Сейчас проект заморожен, – рассказа я. – Мы наняли юриста из Управления по контролю за качеством пищевых продуктов и лекарственных средств США, чтобы он проверил наш веб-сайт и упаковку. Ждём его заключения. Но в результате работы над этим продуктом у меня появилась идея ещё об одном впечатляющем товаре, который я назову, например, «Фита-Рита».

Я объяснил, что «Фита-Рита» – это натуральный коктейль на основе «Маргариты» (см. [www.fitarita.com](http://www.fitarita.com)). Идея этого коктейля пришла мне в голову, когда я выпивал вместе с друзьями. В то время я усиленно занимался бодибилдингом и фитнесом, поэтому очень редко мог позволить себе «Маргариту». Во время одного из таких случаев я сказал: «Нужно придумать «Маргариту» для тех, кто занимается бодибилдингом». Как только я это произнёс, то понял, что это хорошая идея.

«Ты молодец, Джозеф, – сказал доктор Хью Лин, – что не зациклился на первом товаре и хочешь, чтобы дела шли, как они идут. Поэтому Бог даёт тебе новую идею для зарабатывания денег. Слишком много людей замыкаются на одной идее и стремятся, чтобы она оправдала их ожидания. Этим они только блокируют истинное богатство, которого могли бы добиться. А ты, Джозеф, молодец».

Конечно, он прав. Если я остаюсь открытым для идей, которые посылает мне Бог, они обязательно появятся. Кроме идеи о «Фита-Рите» мне пришла идея об «очистительных подстилках». Это подстилки, на которые нужно класть еду для её очищения перед обедом (см. [www.clearingmats.com](http://www.clearingmats.com)). Но на этом я не остановился. Доктору Хью Лину тоже пришла идея.

«Я никогда не видел сайта, где бы люди, которые зашли на него, могли очищаться, просто глядя на экран, – сказал он мне. – Давай сделаем таким наш веб-сайт для книги. Когда люди зайдут на него, они очистятся тем, что мы разместим на этом сайте».

Мы так и поступили. См. [www.zerolimits.info](http://www.zerolimits.info).

Идеи никогда не иссякают, как не кончаются и деньги, которые вы можете заработать с помощью этих идей, приходящих тогда, когда только вы откажетесь от своих нужд и позволите этим идеям прийти. Ключ, как всегда, в том, чтобы очищаться, очищаться, очищаться.

«Что должен делать терапевт, когда он видит пациентов?» – спросил я, желая узнать особые методы, помогающие людям исцелиться.



«Просто любить их», – ответил доктор Хью Лин.

«Но как быть, если кто-то приходит к вам потому, что получил травму?» – спросил я, стараясь загнать Хью Лина в угол и вывести какой-то метод, которым я могу воспользоваться.

Всё, что каждый хочет, – это быть любимым, – ответил он. – Разве ты этого не хочешь? Неважно, что вы говорите или делаете, если вы при этом любите человека».

«То есть я могу быть сторонником Юнга или приверженцем Фрейда, или кем-то ещё?»

«Это неважно, – подтвердил он. – Важно, что вы любите человека, потому что он является частью вас. И эта ваша любовь поможет стирать и очищать, очищать программы, запущенные в его жизни».

Я не был удовлетворен этим ответом, хотя и понимал его точку зрения.

«Но что, если человек сумасшедший?»

«Ко мне приходила женщина, которой поставили диагноз «шизофрения», – начал доктор. – Я попросил её рассказать мне свою историю. Вы должны понять: то, что рассказывает она или кто-то другой, не представляет собой реальной проблемы. Их история – это их сознательная интерпретация событий. То, что произошло на самом деле, осталось вне их понимания. Но их история – это точка, с которой можно начать».

«Что она рассказала?»

«Она рассказала свою историю. Я внимательно выслушал. Я просто повторял про себя Богу «Я люблю тебя», веря, что всё, что нуждается в очищении, будет очищено. В какой-то момент она назвала мне своё полное имя, которое оказалось двойным».

«Как, например, Витале-Оден?»

«Я знал, что в этом часть проблемы. Когда кто-то разделяет имя или фамилию, он создаёт двойную личность. Ей нужно было её собственное имя, данное ей при рождении».

«Вы попросили её официально сменить имя?»

«Ей не нужно было заходить так далеко, – ответил он. – Но когда она стала обращаться к себе с использованием только одного имени, то смогла расслабиться и снова ощутить себя цельной личностью».

«Эта перемена была результатом смены имени или того, что вы повторяли «Я люблю тебя?»»

«Кто знает?»

«Но я хочу знать, – заявил я. – Я начал вести программу «Обучение чудесам» на сайте [www.miraclescoaching.com](http://www.miraclescoaching.com). Я хочу быть уверен, что мои преподаватели говорят и делают правильные вещи и действительно помогают людям».

Он продолжил объяснение и сказал, что врачи думают, будто их задача в том, чтобы помогать людям или спасать их жизни. Но в действительности их работа заключается в том, чтобы исцелять

себя от программ, которые они видят в своих пациентах. Как только эти воспоминания будут уничтожены врачом, они будут нейтрализованы и в пациенте.

«Не имеет значения то, что ты или другие наставники говорят или делают, если они любят человека, с которым общаются, – объяснил он ещё раз. – Запомни, что человек, которого ты видишь, – это твоё зеркало. Его жизненный опыт является общим опытом с тобой. Очисти общую программу, и вы оба почувствуете себя хорошо».

«Но как?»

«Я люблю тебя», – ответил доктор Хью Лин.

В этот момент я начал понимать.

Я пытался понять устройство мира с тех пор, как начал читать детские книжки и комиксы. Комикс «Супермен» понять было несложно. Сейчас мне приходится иметь дело с наукой, религией, психологией и философией, а также догадками собственного разума.

Как только я думал, что понял, как устроен мир, выходила новая книга, которая разрушала мою точку зрения. На этот раз я читал книгу Рамеша Балсекара «Сознание говорит», как вдруг почувствовал головную боль.

Если бы мне потребовалось резюмировать всё сказанное в этой книге, я бы сказал, что у нас полностью отсутствует свобода воли. Другими словами, сами мы ничего не способны сделать. Всё просто проходит сквозь нас. Мы думаем, что мы сознательные актёры. Однако это не так. Это просто говорит наше Эго. В некотором смысле, мы – куклы у Бога, а энергия внутри нас дёргает нас за верёвочки.

А теперь представьте следующее.

Я – человек, который написал книгу «Секрет притяжения. Пять шагов к финансовому (и не только) благополучию». В этой книге описывается метод выполнения пяти действий, благодаря которому можно получить или овладеть всем, чего вы только захотите. Я и другие люди использовали этот метод, чтобы получить всё, начиная от богатства, машин и работы, и заканчивая счастливым браком, здоровьем и т. д. Суть его в том, чтобы определить свою цель и затем действовать согласно поставленной задаче самостоятельно или используя внешние факторы, чтобы достичь этой цели. Короче говоря, вы – кукловод, а мир – это ваша кукла.

Каким образом эти две взаимоисключающие концепции смогли ужиться в моей голове и не свести меня с ума?

Думаю, это работает следующим образом.

Во-первых, мы живём в мире, которым управляет вера. В то, что вы поверите, то и сработает. Так и проходят ваши дни. Так оформляются ваш опыт и ваши ощущения. И когда в вашу жизнь приходит то, что не соответствует вашему мировоззрению и системе верований, вы находите способ дать этому явлению объяснение и «подогнать» под свою систему. Или принимаете валидол.

Во-вторых, я не знаю, но думаю, что обе философии правы: мы – и куклы, и кукловоды. Но это срабатывает только тогда, когда мы находим свой собственный путь. Только то, что внутри нас, приводит нас к пьянству, перееданию, распутству, краже, лжи и даже излишне долгим

размышлениям об устройстве мира. Наш разум попадает в поток естественного хода вещей. Но наш разум понимает, что наши действия предопределены, поэтому выдумывает систему условных предположений, которые позволяют человеку чувствовать себя уверенно и выжить в этом мире. В реальности (т. е. *на самом деле*) наш разум является препятствием для восприятия блаженства каждого момента жизни.

Если это так, то все приёмы очищения (которые я описываю как третий этап в книге «Секрет притяжения») существуют, чтобы устранить *препятствие* из плана Бога.

Например, используя метод наподобие метода эмоциональной свободы (EFT – метод устранения проблем из вашей жизни), вы ликвидируете проблемы, которые вас беспокоят.

Но что происходит потом?

Затем вы совершаете хорошие дела.

Разве вам никогда не хотелось совершать хорошие дела?

И разве вы не знали, что всё началось с возникновения проблемы?

Другими словами, необходимость предпринять действие была послана вам Богом, а ваш страх её преодоления выступает препятствием. Устраните препятствие, и вы опять станете одним целым с Богом. Таким образом, вы кукла и кукловод одновременно.

Позвольте подвести итог того, что имеет для меня смысл в настоящее время.

Вы приходите в этот мир с даром внутри себя. Вы можете знать это или не знать. Вы можете не знать этого даже сейчас. Но в какой-то момент вы почувствуете этот дар в себе. Тогда ваш разум попытается оценить этот дар. Если ваш разум оценит его как зло, то вы обратитесь к врачу или прибегнете к таблеткам, чтобы справиться с ним, скрыть его, устранить его или смириться с ним. Но как только вы устраните это препятствие, которое не даёт вам действовать в соответствии с вашим даром, вы начнёте действовать согласно с ним. Короче говоря, вы станете куклой в руках Бога, но кукловодом в своей жизни.

Ваш выбор в том, отдать себя в руки Бога или нет.

В *этом* свобода выбора. Некоторые называют её «свободой отказа», ведь вы принимаете решение, действовать согласно импульсу или нет.

Даже великий шоумен и маркетолог П. Т. Барнум, о котором я писал в своей книге «There's a customer born every minute», знал это. Он совершал действия. Он действовал с широким размахом. Но он всегда подчинялся распоряжениям кого-то свыше. На его могильной плите высечена надпись: «Не по своей воле, но потому, что Твоя должна исполниться».

Он действовал, руководствуясь своими идеями, без препятствий со стороны разума, позволяя результатам быть такими, какими они получались. Он верил, что всё происходящее является частью общей картины Вселенной. Он был способен пустить дела на самотёк, *предпринимая* что-нибудь.

Это пятый этап в моей книге «Секрет притяжения».

Сегодня ночью я понял, как устроен мир (как я думаю).

В завтра я так не уверен.

Я снова тоскую по комиксам.

«У каждого есть дар», – сказал доктор Хью Лин во время нашей прогулки.

«А как насчёт Тайгера Вудса?» – спросил я, зная ответ, но желая поставить более сложный вопрос.

«Он играет свою роль в плане Бога».

«Но что будет, когда он начнёт учить других игре в гольф?»

«Он никогда не добьётся успеха, – ответил доктор Хью Лин. – Его роль – играть в гольф, а не учить этому. Эта роль принадлежит кому-то другому. У каждого из нас своя роль».

«Даже у дворника?»

«Да! Есть дворники и уборщики мусора, которые любят свою работу, – сказал он. – Ты так не думаешь, потому что представляешь себя выполняющим их роль. Но помни, они-то не играют твою роль».

Внезапно вспомнил фразу из старого курса по самосовершенствованию: «Если Бог говорит вам, что делать, то нужно это делать и быть счастливым. То, что вы делаете, это то, что, по замыслу Бога, вы должны делать».

Главное – не отказываться от своей роли. Я могу хотеть писать песни как Мишель Малоне, быть таким актёром, как Джеймс Каан, или таким бодибилдером, как Фрэнк Зейн, или таким писателем, как Джек Лондон. Я даже могу неплохо писать песни, или играть, или заниматься в зале, или писать рассказы. Но моя роль – быть *вдохновителем*. Я пишу книги, чтобы разбудить людей, или, точнее, чтобы разбудить *себя*.

Так же как я разбудил себя, я разбудил вас.

## Глава 13

# Сигары, гамбургеры и убийство Бога

---

*Очищение помогает уменьшить кредит вашей души.*

**Д-р Ихалиакала Хью Лин**

**О**днажды в понедельник вечером доктор Хью Лин проголодался. Это было в моём маленьком городке, где все заняты привлечением туристов на выходные, поэтому заведения часто закрываются в понедельник для уборки. Я знал только одну открытую закусочную по продаже гамбургеров, которая называлась *Burger Barn*. Я не хотел даже упоминать об этом месте, потому что, как я понял, доктор Хью Лин любил только здоровую пищу. Кроме того, мой стиль жизни изменился, и это коснулось и моих пристрастий в еде, я даже не осмеливался проезжать мимо фаст-фудов. Но всё-таки рассказал доктору Хью Лину о закусочной.

«Гамбургер – это великолепно!» – оживленно воскликнул он.

«Вы уверены?» – удивился я.

«О да! Я люблю хорошие гамбургеры!»

Мы подъехали к закусочной и припарковались. Мы зашли в заведение и сели за столик. Меню не слишком понравилось бы тому, кто уважает только здоровую пищу.

«Я буду двойной чизбургер с двойной порцией мяса на белой булке», – сделал заказ доктор Хью Лин.

Я был озадачен. По моему мнению, эта пища – прямой путь к инфаркту. Мясо? Сыр? И белая булка? Я не мог в это поверить. Я также не мог поверить, что заказал то же самое. Я решил, что если это хорошо для гуру, то будет хорошо и для меня.

«Вас не беспокоит то, что вы будете есть мясо, сыр и хлеб?» – спросил я доктора.

«Нисколько, – ответил доктор. – Каждое утро я ем на завтрак хот-дог с соусом чили. Мне нравится такая еда».

«Правда?»

«Не еда несёт опасность, – объяснил он, – а то, что ты думаешь о еде».

Я слышал это выражение раньше, но не считал его правильным. Я был уверен, что пища важнее мысли. Возможно, я ошибался.

Доктор Хью Лин начал объяснять: «Прежде чем что-нибудь съесть, я про себя говорю пище: «Я люблю тебя! Я люблю тебя! Если я в чём-то виноват, что приведет меня к болезни после того, как я съем тебя, то это не твоя вина! И даже не моя! Просто что-то сработало, за что я должен понести ответственность!» Затем я приступаю к трапезе и наслаждаюсь пищей, потому что теперь она очищена».

И ещё раз его образ мыслей поразил меня. Я так много читал о проблемах здоровой пищи и пользе правильного питания, что не мог насладиться простым гамбургером. Я решил очиститься от этого. Когда заказ был доставлен, мы поели с большим удовольствием.

«Этот гамбургер был лучшим из всего, что я когда-либо ел», – заявил доктор Хью Лин. Ему так понравилось, что он захотел увидеть повара и лично поблагодарить его. Повар не привык к тому, что люди благодарят его за прожаренные бургеры. Он даже не знал, что сказать.

Как не знал и я.

Когда я проводил экскурсию для доктора Лина по своему дому, включая и гимнастический зал, я задержал дыхание. В гимнастическом зале я держал сигары. Наверное, смешно заниматься со штангой по утрам и курить по вечерам, но такова моя жизнь. Однако я переживал, что доктор Хью Лин осудит моё пристрастие к сигарам.

Я показал ему различные тренажёры, фотографии знаменитых бодибилдеров на стенах и сертификаты, которые получил на соревнованиях по фитнесу. Я старался увести его от сигар, которые лежали на скамейке. Но он их заметил.

«Что это?» – спросил он.

«Сигары», – вздохнул я.

«Ты куришь во время занятий на тренажёрах?»

«Нет-нет, но я курю по вечерам, – объяснил я. – Это время для медитации. Я сажусь на скамейку, закурываю и испытываю благодарность за мою жизнь».

Доктор Хью Лин на минуту задумался. Я ожидал, что он мне сейчас расскажет, насколько вредно курение. Наконец он сказал:

«Думаю, это прекрасно».

«Правда?» – спросил я.

«Я думаю, ты должен курить сигары вместе со своим автомобилем марки Panoz».

«Что вы имеете в виду? Сделать фотографию на фоне автомобиля с сигарой в руке?»

«Возможно, но я полагаю, ты мог бы курить, натирая машину или протирая на ней пыль».

«Я думал, вы осмеёте меня за курение, – признался я. – Один человек прочитал мой блог, нашёл упоминание о сигарах и написал мне, что я вношу токсины в свой организм и убиваю себя».

«Вероятно, этот человек никогда не слышал о традиции американских индейцев передавать друг другу трубку мира. Или что курение во многих племенах служит своеобразным церемониалом, позволяющим почувствовать общность и стать единой семьёй».

Я ещё раз убедился, что ключевым вопросом для доктора Хью Лина является любовь ко всему. Когда вы любите, вещи меняются. Курение – плохо, когда вы думаете, что это плохо. И как всё в древних гавайских традициях, всё начинается с мысли, а великим целителем выступает любовь.

Я наконец начал понимать его и то, как важно дойти до нулевого состояния отсутствия ограничений.

Но не все чувствовали то же, что и я.

Однажды я пришёл на телесеминар и рассказал всем об опыте общения и обучения у доктора Хью Лина, большую часть которого описал на страницах этой книги. Зрители внимательно слушали. Они задавали вопросы. Казалось, они поняли, что я пытался объяснить. Но, к моему удивлению, в конце встречи они вернулись к своему привычному стилю мышления. Соглашаясь с тем, что мы несем полную (100%) ответственность за свою жизнь, они опять стали говорить о других. Соглашаясь с мощью метода очищения доктора Хью Лина, они опять вернулись к старым привычкам.

Одна женщина сказала: «Я не хочу говорить «Мне очень жаль», ведь это скажу уже не я, а тот, кем я стану после этой фразы».

Я хотел ответить: «Мы можем это очистить», зная, что её утверждение было лишь её верой. Но я просто сказал: «Доктор Хью Лин говорит: «Делайте то, что работает для вас».

Я был вынужден признать, что почувствовал разочарование. Но затем понял, что тоже должен очищаться. В конце концов, если я полностью отвечаю за свой жизненный опыт, то отвечаю и за *них*. И если есть только одно средство, с помощью которого можно очищаться, а именно фраза «Я люблю тебя», то я должен очищаться от того, что вижу в других так, как будто вижу это *в себе*.

Возможно, это самая сложная для понимания часть Хо'опонопоно. Ничего нет снаружи. Всё находится в вас. Какие бы события ни происходили, они происходят внутри вас.

Один человек решил поспорить со мной по этому вопросу. Он спросил: «А как насчёт тех 50 миллионов человек, которые проголосовали за президента, который мне не нравится? Очевидно, что я ничего не могу поделать с их действиями!»

«Где вы почувствовали эти 50 миллионов?» – спросил я,

«Что значит, где я почувствовал? – удивился он. – Я читал о них, я видел их по телевизору, и есть факт, что они проголосовали за него».

«Да, но где вы почувствовали эту информацию?»

«Своим разумом, воспринимая как новость».

«Внутри самого себя, правильно?» – спросил я.

«Ну, я обработал информацию внутри себя, но они находятся вне меня. В моей голове не помещается 50 миллионов человек».

«В действительности они там помещаются, – заявил я. – Вы чувствуете их в себе, поэтому они не существуют, пока вы не посмотрите внутрь себя».

«Но я могу посмотреть наружу и увидеть их».

«Вы видите их внутри себя, – сказал я. – Всё, что вы обрабатываете, находится внутри вас. Если вы этого не обрабатываете, этого не существует».

«Это как загадка: падает ли дерево в лесу, если нет никого рядом, чтобы услышать звук его падения?»

«Точно».

«Это безумие».

«Правильно, – подтвердил я. – Но это дорога домой».

Затем я решил подвергнуть его более глубокой проверке.

Я спросил: «Можете ли вы сказать мне, какой будет ваша следующая мысль?»

Он задумался. Он хотел найти ответ, но понял, что не может.

«Никто не может предсказать свою будущую мысль, – объяснил я. – Вы можете вербализировать её после того, как она к вам придёт, но сама мысль возникает в вашем подсознании.

Вы не можете её контролировать. Единственный выбор, который вам доступен, когда мысль приходит, это действовать или не действовать».

«Я не совсем понимаю».

«Вы можете сделать любое количество вещей после возникновения мысли, но сама мысль генерируется в вашем подсознании. Чтобы очистить подсознание, дабы у вас возникали только хорошие мысли, вам нужно сделать нечто другое».

«Например?»

«Я пишу книгу об этом», – ответил я, ссылаясь на книгу, которую вы читаете.

«И что она может сделать с 50 миллионами человек, которые находятся снаружи?»

«Они находятся снаружи не больше, чем ваши собственные мысли, – ответил я. – Всё происходит внутри вас. Вы можете только очищаться, чтобы очистить блок программ в вашем разуме. Как только вы очиститесь, мысли, которые у вас возникают, станут более позитивными, эффективными и даже более полными любви».

«Я по-прежнему считаю это безумием», – сказал он.

«Я буду очищаться от этого», – ответил я.

Скорее всего, он никогда не поймёт этого. Но если я стремлюсь к состоянию без ограничений, то должен нести полную ответственность за то, что он не понял. Его память – это и моя память. Его программа – это и моя программа. Тот факт, что он высказал это мне, означает, что память и программа у нас общие. Поэтому если я очищусь от этого, то и он очистится.

Когда я пишу эти строки, то повторяю про себя: «Я люблю тебя», не обращая внимания на слова, на набор текста, на компьютер, на окружающую обстановку. Я повторяю «Я люблю тебя», когда работаю, пишу, читаю, играю, разговариваю или размышляю, пытаюсь постоянно очищаться, стирать и ещё раз очищать всё, что находится между мной и нулевым состоянием.

Вы чувствуете эту любовь?



Как-то утром доктор Хью Лин сказал, что видел логотип для меня, на котором изображён четырёхлепестковый клевер. «Четвертый лепесток-ножка является главным, как язык», – сказал он. Он несколько минут описывал то, что видел в своём воображении или в воздухе. Я не знаю, откуда он черпал вдохновение. Как не знал этого и он сам.

«Нужно найти художника, который нарисовал бы тебе логотип».

Позже мы пошли гулять в город. Мы пообедали и затем зашли в несколько магазинов. В первом магазине продавались изделия из раскрашенного стекла. Они нам очень понравились. Когда мы восхищались ручной работой владельца магазина, он сказал: «Если вам понадобится эскиз или логотип, мы можем вам его нарисовать».

Доктор Хью Лин улыбнулся и кивнул мне, я тоже улыбнулся и поклонился ему. Если действовать из нулевого состояния, то события происходят своевременно.

Когда я писал этот раздел книги, мне пришлось прерваться, чтобы дать интервью по поводу другого фильма. Этот фильм похож на фильм «Секрет», но больше сфокусирован на том, как стать здоровым с помощью своих мыслей. Я начал с того, что не так важны мысли, как их отсутствие. Я попытался рассказать о нулевом состоянии отсутствия ограничений, когда вы позволяете Богу исцелить вас. Я не знал, почему всё это рассказываю. Часть меня взывала к моему здравому смыслу. Я двигался по течению.

Когда камеру выключили, то ведущая сказала, что она исцеляет людей, входя в нулевое состояние. Выяснилось, что она врач и сейчас лечит животных с помощью перехода в нулевое состояние отсутствия мыслей и ограничений. Больные животные должны просто присутствовать при этом. Она показала мне фотографии собак с катарактой, а затем фотографии, на которых эти животные были полностью излечены.

Ещё раз Бог доказал, что Он обладает всей силой, а не я. Я только могу очищаться, чтобы слышать Его и подчиняться Ему.

Прошлой ночью я провёл полтора часа, разговаривая по телефону с автором бестселлеров и гуру в области самосовершенствования. Я являюсь его поклонником многие годы. Мне нравятся все его книги. Я был счастлив получить сообщение от него. Поскольку ему тоже понравились мои книги, мы созвонились и поговорили. Но я был поражён темой нашего разговора.

Этот эксперт по личностному росту рассказал мне печальную историю о его последних годах жизни. Он стал жертвой и был оскорблён человеком, которого любил. Слушая его, я удивлялся, как он может говорить, что стал жертвой, если сам же написал в своей книге о личной ответственности каждого за свою жизнь.

Для меня стало очевидным, что почти все (даже эксперты по личному самосовершенствованию, которые учат вас и меня правильно жить) не задумываются о том, что они делают. Они остаются отсутствующим элементом мозаики. Они доходят до точки, когда думают, что их прошлые достижения всю оставшуюся жизнь будут работать на них. Но жизнь вносит коррективы. Все мы разные, и жизнь постоянно меняется. Как только вы начинаете думать, что знаете всё, возникает новое испытание – и ваша жизнь снова выпадает из ваших рук.

Доктор Хью Лин убеждает нас пустить дела на самотёк и довериться Богу, постоянно очищая все мысли и опыт, которые мешают нам услышать Бога. Во время этой постоянной работы мы можем избавиться от сорняков программ и лучше управлять своей жизнью, просто и изящно.

Слушая, как автор книг по самосовершенствованию рассказывает о своём тягостном жизненном пути, я продолжал мысленно повторять Богу «Я люблю тебя». К тому моменту, когда он закончил свой рассказ, автор казался более спокойным и счастливым.

Как напоминает мне и всем остальным доктор Хью Лин: «Бог – не консьерж. Вы не должны просить о вещах, вы должны очищаться».

Мне нравилось проводить время в обществе доктора Хью Лина. Казалось, он никогда не возражал, чтобы я задавал вопросы. Однажды я спросил его, существуют ли более сильные методы очищения. В конце концов, он занимался методом Хо'опонопоно в течение 25 лет. Конечно же, он создал или постиг и другие методы для очищения воспоминаний, кроме повторения фраз «Я люблю тебя».

«Что вы делали в эти дни для очищения?» – спросил я.

Он тихонько засмеялся и сказал: «Убивал Бога».

Я оторопел.

«Убивал Бога?» – повторил я, гадая, что он имеет в виду.

«Я знаю, что даже вдохновение находится на один шаг дальше от нулевого состояния, – объяснил он. – Я говорю, что должен убить Бога, чтобы оказаться дома».

«Но как вы убиваете Бога?»

«Продолжаю очищаться», – сказал он.

Всегда, всегда, всегда один и тот же припев, который исцеляет все раны: «Я люблю тебя; мне очень жаль; пожалуйста, прости меня; благодарю тебя».

Когда я был в столице Польши Варшаве в конце 2006 года, то решил представить моей аудитории идею об отсутствии ограничений и нулевом состоянии. В течение двух дней я рассказывал о гипнотическом маркетинге и о своей книге «Секрет притяжения». Люди были открытыми, внимательными и готовыми к обучению. Поэтому я решил научить их тому, о чём рассказываю в этой книге: что мы ответственны за всё, что происходит в нашей жизни, и о способе универсального исцеления с помощью фразы «Я люблю тебя».

Хотя мне требовался переводчик, казалось, аудитория, ловила каждое моё слово. Но один человек задал мне интересный вопрос: «Здесь, в Польше, люди часто проводят целые дни в молитвах к Богу и постоянно посещают церковь. И при этом мы пережили войну, Гитлер бомбил наш город, мы жили по законам военного времени долгие годы и сильно страдали. Почему эти молитвы не помогли, и чем они отличаются от гавайского метода?»

Я сделал паузу, чтобы обдумать правильный ответ. Как бы я хотел, чтобы доктор Хью Лин был здесь и мог мне помочь. Через мгновение я дал такой ответ: «В ответ на свои молитвы люди получают скорее то, что они чувствуют, чем то, о чём они говорят. Большинство молящихся не

верят, что они будут услышаны, или им придёт помощь свыше. Большинство людей молятся от отчаяния. А это означает, что они получают то, что чувствуют – больше отчаяния».

Человек, задавший вопрос, понял ответ и казался удовлетворённым. Он кивнул головой. Но когда я вернулся в Соединенные Штаты, я написал доктору Хью Лину и спросил, как бы он ответил на этот вопрос. Он ответил мне следующим сообщением по электронной почте.

Ао Акуа!

Благодарю тебя за возможность очиститься от того, что происходит во мне, и от того опыта, который я получил в результате твоего вопроса.

Одна американка подошла ко мне во время перерыва на занятии, которое я проводил в испанской Валенсии. «Мой внук был болен раком, – сказала она. – Я молилась за него, умоляя, чтобы он не умер, но он всё равно умер. Почему так случилось?»

«Вы молились не за того, – ответил я. – Лучше молиться за себя, прося прощения за то, что происходит в вас, и что проявляется как жизненный опыт в виде болезни вашего внука».

Люди не считают себя источником собственного жизненного опыта. Очень немногие из тех, кто молится, обращаются к тому, что происходит в них самих.

Мир меня,

Ихалиакала

Мне понравился его точный и честный ответ. Снова и снова он повторял, что ничего не существует вне нас. Когда большинство людей молятся, они действуют так, будто не имеют собственных сил и не несут никакой ответственности. Но, согласно методу Хо'опонопоно, вы полностью ответственны за свою жизнь. «Молящийся» должен просить прощения за то, что происходит в нём и приводит к внешним обстоятельствам. Он восстанавливает связь с Богом. Остается только довериться Богу, чтобы он исцелил вас. Когда вы исцелитесь, то же самое произойдёт и с окружающим вас миром. Всё без исключения находится внутри вас.

Об этом хорошо сказал Ларри Досси в своей книге «Healing Words»: «Мы должны постоянно повторять, что молящийся при своём создании моста к Абсолюту *никогда не терпит поражения*. Эта функция моста работает со 100%-й гарантией, если только мы не препятствуем её реализации, забывая о её возможности».

Меня беспокоил один момент, связанный с моей совместной работой с доктором Хью Лином.

По мере своего духовного развития и проникновения в суть происходящего, я стал переживать по поводу того, что все мои предыдущие книги были ошибочными и сбивали людей с истинного пути. Например, в книге «Секрет притяжения» я воздавал хвалу силе мотивации. Теперь, когда со времени создания этой книги прошло много лет, я понял, что мотивация – это занятие для дураков, игрушка эгоистов, и что реальная сила во вдохновении. Я также понял, что согласие с происходящими жизненными событиями и обстоятельствами является великим секретом к счастью. Счастье приходит, когда вы не пытаетесь управлять своей жизнью. Слишком много людей, включая меня, представляют и утверждают что-либо, пытаясь управлять миром. Теперь я знаю, что это не нужно. Лучше двигаться по течению, очищая всё, что встречается на пути.

Наверное, я чувствовал то, что должен был чувствовать Невилл Годдард. Это один из моих любимых авторов эзотерической литературы. Его первые книги были посвящены тому, как создать свою реальность, преобразуя «чувство в факт». Он называл это «законом» в своей книге «The Law and the Promise». «Закон» относился к вашей способности влиять на мир с помощью чувств. «Обещание» – это признание того, что вы подвластны воле Бога.

Невилл начал свою карьеру с того, что учил людей получать то, чего они хотят, с помощью того, что он называл «разбуженным воображением». Это выражение хорошо поясняет любимая цитата Невилла: «Воображение создаёт реальность». Его первая книга называлась «At your command» («По вашей команде»). Позже я выпустил обновлённую версию этой книги. В ней объясняется, что в действительности мир работает «по вашей команде». Скажите Богу, чего вы хотите, и он это воплотит в реальность. Но в последние годы жизни Невилла, после 1959 года, он открыл куда большую силу. Сила в том, чтобы позволить делам идти так, как они идут, и позволить Богу действовать *через* вас.

Но дело в том, что он не мог отозвать свои прошлые книги, как компания-производитель может отозвать автомобили с обнаруженным дефектом. Я не знаю, огорчило его это или нет. Он оставил их в мире, потому что чувствовал «закон», заключающийся в пользе «набивания» людьми «шишек» на жизненном пути. Я же хотел отозвать свои книги. Мне казалось, что они смущают людей. Я сказал доктору Хью Лину, что чувствую себя так, будто приношу этому миру вред.

«Твои книги похожи на камни, по которым переходят реку, – объяснил доктор Хью Лин. – Люди находятся на разных этапах пути. Твои книги говорят, где они находятся. Используя одну книгу для своего совершенствования, они будут готовы к следующей. Тебе не нужно отзываться книги. Они совершенны».

Когда я размышляю о своих книгах, о Невилле, о докторе Хью Лине и о всех читателях в прошлом, настоящем и будущем, всё, что я могу сказать, – «Мне очень жаль; пожалуйста, прости меня; благодарю тебя; я люблю тебя».

Очищение. Очищение. Очищение.

## Глава 14

# Открывшаяся истина

---

*Это не ваша вина, но ваша ответственность.*

**Д-р Джо Витале**

**Я** так и не завершил расспросы доктора Хью Лина. Я до сих пор не имел полного представления о его работе в больнице для душевнобольных.

«Вы никогда не видели пациентов? – снова спросил я его. – *Никогда?*»

«Я видел их в коридоре, но никогда не видел их как пациентов в моем кабинете, – ответил он. – Однажды я встретил одного пациента, и он сказал: «Я мог бы убить вас, вы знаете».

«Могу поспорить, ты мог бы сделать и хорошее дело», – ответил я».

Доктор Хью Лин продолжил рассказ: «Когда я начал работать в больнице с душевнобольными преступниками, то серьезные драки между пациентами случались три-четыре раза в день. Тогда в больнице было около 30 пациентов. Людям надевали наручники, заключали в карцер, не давали выходить на прогулку. Доктора и медсестры ходили по коридорам, прижимаясь спинами к стенам, опасаясь внезапного нападения. После нескольких месяцев очищения мы увидели разительные перемены к лучшему, больше не было кандалов и наручников, не использовался карцер, люди могли выходить из больницы, могли работать и заниматься спортом».

Но что именно он сделал, чтобы началась эта трансформация?

«Я должен был принять на себя полную ответственность за проявление проблем во внешнем для меня мире, – сказал он. – Я должен был очистить собственные вредные мысли и заменить их любовью. С пациентами было всё в порядке. Ошибки были во мне».

Как объяснил доктор Хью Лин, пациенты, и даже палаты, не ощущали любви. Он просто полюбил всё и всех.

«Я посмотрел на стены и сказал, что их нужно покрасить, – рассказывал доктор. – Но ни одна из красок не держалась. Стены постоянно облупливались. Поэтому я сказал стенам, что люблю их. Затем кто-то решил ещё раз покрасить стены, и на этот раз краска легла хорошо».

Это звучало, по меньшей мере, странно, но я уже привык к подобным речам доктора. Наконец я решился задать вопрос, который беспокоил меня больше всего.

«*Все* пациенты были выписаны из больницы?»

«За исключением двух, – ответил он. – Их перевели в какое-то другое место. Если бы не они, то было бы исцелено всё отделение полностью».

Затем он добавил кое-что ещё, что помогло мне действительно понять мощь того, что он делал.

«Если ты действительно хочешь знать, что происходило в эти годы, то напиши Омаке О’Кала Хамагучи. Она работала социальным работником в течение всех тех лет, что я был там».

Я так и сделал. И вот что она мне ответила.

*Дорогой, Джо!*

*Благодарю вас за эту возможность.*

*Я пишу это письмо вместе с Эмери Лансом Оливерой, который был социальным работником и работал в одном отделении с доктором Хью Лином.*

*Я была принята на работу в новое учреждение при государственной больнице для душевнобольных на Гавайях. Эта организация называлась CISU (Closed Intensive Secure Unit – закрытое заведение с повышенными мерами безопасности). В этом отделении больницы содержались пациенты-заключённые, отправленные сюда за совершение страшных уголовных преступлений: за убийства, изнасилования, насилие над людьми, кражи, домогательства и за несколько таких преступлений одновременно. У всех этих преступников были диагностированы серьёзные нарушения психической деятельности мозга.*

*Одни преступники были признаны невиновными по причине их невменяемости и приговорены к содержанию в этом отделении. Другие были полными психопатами и нуждались в медицинском уходе, а за третьими велось делить наблюдение с целью определить возможность их адекватной оценки происходящего (т. е. их способности понять происходящие изменения и принять участие в собственной судьбе). Некоторые были шизофрениками, у кого-то было раздвоение личности, были также умственно отсталые личности, а кому-то был поставлен диагноз «психопатия». Попадались и такие, которые пытались симулировать душевную болезнь, чтобы избежать уголовной ответственности.*

*Все пациенты круглосуточно содержались под замком. Покидать территорию отделения им разрешалось только в наручниках и кандалах, и только по медицинским надобностям или для участия в судебном заседании. Большую часть суток пациенты проводили в карцерах – палатами с бетонными стенами и потолками, с закрытой ванной и без окон. Многим давали огромное количество медикаментов. Мероприятия по организации досуга и совместной деятельности пациентов проводились очень редко.*

*Постоянно происходили «инциденты». Пациенты нападали на медицинский персонал, на других пациентов, калечили себя, пытались бежать. Ещё одной проблемой были «случаи» с медицинским персоналом: сотрудники издевались над пациентами, возникали проблемы с лекарствами, сотрудники старались чаще выходить на больничный, чтобы хоть как-то компенсировать себе условия труда. Люди постоянно увольнялись. Постоянно менялись психологи, психиатры и управляющие клиникой. Постоянно выходил из строя водопровод, и прерывалась подача электричества. И т. д. и т. п. Это было опасное, депрессивное и жестокое место. Даже цветы здесь не росли.*

*Даже после того, как отделение перевели в другое здание, в котором была территория для прогулок, огороженная забором, никто не ожидал каких-либо перемен.*

*Поэтому, когда появился «ещё один из этих психологов», мы предполагали, что он захочет хорошенько «встряхнуть» это место, попытается применить какие-то современные методы и покинет эту больницу так же внезапно, как появился.*

*Однако на этот раз новым психологом оказался доктор Хью Лин, который был настроен дружелюбно и, казалось, вообще не собирается ничего предпринимать. Он не проводил осмотра пациентов, не оценивал их состояние, не ставил диагнозов. Он не проводил никаких терапевтических процедур и никаких психологических тестов. Он часто опаздывал на работу, не посещал специализированных конференций и не вёл записей. Вместо этого он занимался «странным» методом самоаутентичности посредством Хо'опонопоно. Этот метод заключался в принятии 100%-й ответственности за свою жизнь, изучении себя и очищении всей негативной и нежелательной энергии в себе. Хм...*

*Удивительнее всего было наблюдать постоянно благостное настроение этого психолога и даже полное удовольствие от себя самого! Он много смеялся, шутил с пациентами и персоналом и, казалось, получал удовольствие от того, чем занимается. Создавалось впечатление, что все любят его и получают удовольствие от общения с ним, даже несмотря на то, что он пренебрегал своими рабочими обязанностями.*

*И ситуация начала меняться. Карцеры стали пустовать. Пациенты взяли на себя ответственность за свои собственные потребности и за всю ситуацию. Они начали принимать участие в планировании и реализации реабилитационных программ для самих себя. Объём применения лекарственных средств резко упал, и пациентам стали разрешать покидать охраняемую территорию больницы.*

*Больница ожила. Она стала более тихой, более светлой, более безопасной, более чистой, более активной, более весёлой и более полезной. Начали расти растения, проблем с водопроводом больше не возникало, случаи насилия стали исключительно редкими, а персонал казался более гармоничным, расслабленным и энергичным. Вместо проблем с больничными и увольнениями возникли затруднения с избытком персонала*

*Особенно мне запомнились два события.*

*Один пациент был ярко выраженным параноидальным типом, который часто бредил. От его действий серьёзно пострадали несколько человек как в больнице, так и за её пределами. В больницы его помещали много раз. На этот раз он попал в наше отделение по подозрению в убийстве. Я очень его боялась. У меня волосы вставали дыбом, когда он оказывался поблизости.*

*Для меня было большим сюрпризом то, что через год или два после появления доктора Хью Лина, когда этот пациент в сопровождении санитаров прошёл рядом со мной, я при этом не испытала никакого страха. Я просто отметила факт нашей встречи, но не дала ему никакой оценки, даже когда мы прошли рядом, практически касаясь плечами. Обычно моей реакцией было желание убежать как можно дальше. В действительности я заметила, что он выглядит тихим. К тому времени я уже не работала в больнице, но должна была понять, что случилось. Я узнала, что его уже не содержат в карцере и сняли наручники.*

Единственным объяснением могло быть то, что какая-то часть персонала вместе с доктором Хью Лином занималась методом Хо'опононо.

Другой случай произошёл, когда я смотрела новости по телевизору. Я взяла в больнице выходной, чтобы отдохнуть от работы и расслабиться. В новостях показали одного из пациентов нашей больницы, который на судебном заседании обвинялся в изнасиловании и убийстве трёх- или четырёхлетней девочки. Этот пациент был госпитализирован с подозрением на неспособность адекватно воспринимать происходящее. Его обследовали несколько психологов и психиатров, которые поставили ему несколько диагнозов, позволяющих признать его неподсудным по причине невменяемости. Он не попал бы в тюрьму и мог твёрдо рассчитывать, что его оставят в больнице (с менее жёсткими условиями содержания) и предоставят возможность условного освобождения.

Доктор Хью Лин часто общался с этим пациентом, который постоянно просил обучить его методу Хо'опононо и оказался очень усердным и настойчивым в освоении этого метода. Наверное, потому, что раньше он был офицером военно-морского флота. Теперь он должен был предстать перед судом, чтобы тот мог принять решение по его делу.

В то время как большинство других пациентов и их адвокатов просили о снисхождении в связи с психическим заболеванием и невменяемостью, этот человек так не поступал. За день до появления в суде он отказался от адвоката. На следующий день он встал в суде перед судьёй и с большим сожалением и смирением сказал: «Я несу полную ответственность за случившееся и раскаиваюсь в содеянном». Этого никто не ожидал. Прошло несколько мгновений, пока судья понял, что произошло.

Два или три раза я играла в теннис с доктором Хью Лином и этим парнем, и хотя пациент был очень вежливым и внимательным, но я все равно его осуждала. Однако в тот момент, когда я видела его по телевизору, я испытывала к нему только жалость и любовь, и видела резкую перемену отношения к нему в зале суда. Голоса судьи и прокуроров стали мягче, и казалось, что все смотрят на подсудимого с лёгкой улыбкой. Это был потрясающий момент!

Поэтому, когда во время игры в теннис доктор Хью Лин спросил, хочет ли кто-нибудь узнать о методе Хо'опононо, я подпрыгнула от радости, ожидая скорейшего завершения партии. С тех пор прошло почти 20 лет, а я всё ещё испытываю благоговение от того, что узнала, как Бог действует через доктора Хью Лина в Государственной больнице штата Гавайи. Я бесконечно благодарна доктору Хью Лину и тому «странному» методу, который он принёс с собой.

Кстати, если вам интересно, тот пациент был признан виновным, но в определённом смысле был вознаграждён судьёй, который удовлетворил его просьбу и поместил его в федеральную тюрьму для отбытия срока приговора в родном штате этого пациента, где он может быть рядом со своей женой и детьми.

Хотя прошло уже почти 20 лет, сегодня утром мне позвонил секретарь больницы, чтобы узнать, будет ли доктор Хью Лин в ближайшее время на Гавайях, чтобы можно было устроить встречу прежнего коллектива больницы (многие из сотрудников уже вышли на пенсию). Встреча состоится через несколько недель. Кто знает, что ещё выяснится? Я готова слушать новые истории.



*Мир меня,*

*О. Х.*

Так вот что там было. Доктор Хью Лин действительно совершил чудо в больнице. Практикуя любовь и прощение, он преобразил людей, которые находились в отчаянии и были изолированы от общества.

Вот она, сила любви.

Конечно, я хотел знать ещё больше.

Завершив первый набросок этой книги, я отправил её доктору Хью Лину. Я хотел, чтобы он проверил точность изложенных в ней сведений. Я хотел также, чтобы он заполнил все пробелы в истории этой клиники для душевнобольных. Через неделю после того, как он получил рукопись, по электронной почте мне пришло следующее письмо.

Ао Акуа,

это личное послание тебе и только тебе. Оно появилось в результате моего прочтения черновика книги «Жизнь без ограничений». У меня есть и другие комментарии к этому черновику, но я их оставляю для следующих писем.

«Ты это сделал», – сказала Моррна без выражения.

«Что я сделал?» – спросил я.

«Ты завершил работу в Государственной больнице штата Гавайи».

Хотя в этот тёплый июльский день 1987 года я чувствовал, что моя работа завершена, я сказал: «Мне нужно уведомить их за две недели». Конечно, я этого не сделал. Я не прислал уведомления. И ни один человек в больнице мне ничего не сказал.

Я больше не возвращался в больницу, даже когда меня приглашали на вечеринку по поводу моего увольнения. Подарки с этой вечеринки были переданы в офис *Foundation of I*.

Мне нравилось работать в охраняемом отделении Государственной больницы штата Гавайи. Я любил ребят. В какой-то момент, не знаю, когда, из штатного психолога я превратился в члена большой семьи.

Я жил с медицинским персоналом, пациентами, правилами, полицией и вооружённой охраной три года, двадцать часов в неделю.

Я был там, когда стандартными методами лечения были карцеры, металлические наручники, медикаменты и другие формы контроля.

Я был там, когда применение карцеров и наручников прекратилось. Когда? Никто не знает.

Физическое и моральное насилие тоже прекратилось, практически полностью.

Уменьшение объёма применения медикаментозных препаратов произошло само по себе.

С какого-то времени, никто не знает, когда, пациенты начали выходить из больницы на отдых и работу без каких-либо ограничений и без медицинского предписания.

Без сознательных усилий в настроении медицинского персонала произошёл переворот от напряжённости до мирного отношения.

Вместо постоянной нехватки персонала число сотрудников стало излишне большим.

Хочу подчеркнуть, что я был активным членом медицинского коллектива. Я не стоял в стороне.

Да, я не применял никакой терапии. Не проводил психологических тестов. Не организовывал собраний медицинского персонала. Однако я принимал активное участие в работе сотрудников.

Я присутствовал при реализации первого рабочего проекта в больнице – при выпечке печенья для продажи. Я присутствовал на первом проекте за пределами больницы – мойке машин. Я присутствовал при запуске первой программы по оздоровлению пациентов вне больницы.

Я не выполнял обычных обязанностей штатного психолога не потому, что чувствовал бесполезность этой работы. Я не делал этого по каким-то неизвестным причинам.

Однако я ходил по двору и принимал участие в выпечке печенья, в беге трусцой и в игре в теннис.

Но больше всего я занимался своим очищением до, во время и после каждого моего визита в больницу каждую неделю эти три года. Я очищал все свои мысли относительно больницы каждое утро и каждый вечер, а также когда какая-то мысль о больнице возникала у меня в уме.

Благодарю тебя.  
Я люблю тебя.  
Мир меня,  
Ихалиакала

Мне понравилось это объяснение. Хотя оно и продемонстрировало скромную роль доктора Хью Лина, но позволило понять, что он делал и чего не делал, пока состоял в штате больницы.

Я написал ему в ответ и попросил разрешения включить его письмо в эту книгу, чтобы продемонстрировать его вам. Он ответил одним словом, которого я и ожидал: «Да».

Я не прекратил работу над тем, что узнал от этого удивительного человека. Мы решили, что будем совместно проводить семинары и, конечно, будем соавторами этой книги. Но, по крайней мере, теперь я знаю полную историю того, как он помог исцелить целое отделение душевнобольных преступников. Он сделал это, как он делает всё – работая над собой. А способ, которым он работает над собой, заключается в трёх простых словах: «Я люблю тебя».

Этот способ, конечно, можете применить и вы, и я. Если бы мне пришлось резюмировать смысл метода самоаутентичности посредством Хо'опонопоно, это выглядело бы следующим образом.

1. Постоянное очищение.
2. Действия в зависимости от идей и возможностей, которые у вас появляются.
3. Постоянное очищение.

Вот и всё. Возможно, это самый короткий путь к успеху, который когда-либо существовал.

Возможно, это и есть самый прямой маршрут к состоянию нуля. И всё начинается и заканчивается одной фразой – «Я люблю тебя».

Это путь туда, где *нет ограничений*.

И конечно, *я люблю вас*.

# Эпилог

## Три этапа пробуждения

---

*На Земле у меня две миссии.  
Моя первая задача заключается  
в улучшении этого мира. Моя вторая задача –  
пробудить спящих людей. Снят почти все!  
И единственный способ пробудить их –  
работать над самим собой.*  
Д-р Ихалиакала Хью Лин

**О**днажды журналист спросил меня: «Где вы видите себя через год?» Раньше я просто перечислил бы, чего надеюсь добиться за год. Я рассказал бы о своих планах, целях и намерениях – о книгах, которые хочу написать; о вещах, которые хочу сделать, создать или купить. Но после работы с доктором Хью Лином я больше не заявляю о своих целях и намерениях и не строю планов на будущее. Вместо этого я ответил так, как думал в тот момент: «Надеюсь, что буду намного дальше, чем даже могу представить себе сейчас».

Этот ответ намного глубже, чем может показаться на первый взгляд. Он пришел по вдохновению. Когда я его произнес, ответ удивил меня. Он показал, где мой разум находится в настоящее время: я больше заинтересован в *этом* моменте, чем в следующем. Когда я уделяю внимание текущему моменту, тогда раскрывается будущее. Как я однажды сказал доктору Хью Лину: «Теперь мое намерение – следовать намерениям Бога».

Несколько минут назад я рассказал своему другу о вопросе репортера и своём вдохновенном ответе. Этот ответ ему понравился. Он занимается методом Хо'опонопоно вместе со мной уже несколько месяцев, поэтому понял истину: когда вы выбрасываете из головы свое Эго и желания этого Эго, вы получаете нечто лучшее – волю Бога.

Это новое Я и новое понимание для меня, это часть моей жизни. Конечно, сдвиг в моем сознании не произошел за одну ночь. Но, повторяя «Я люблю тебя» и другие фразы, я пришёл к более глубокому пониманию, что можно назвать пробуждением, а может быть, даже просветлением. Я осознал, что существует как минимум три этапа просветления, и это практически карта духовного путешествия в вашей жизни. Вот эти три этапа.

- 1. Вы – жертва.** Все мы рождаемся с чувством собственной беспомощности. Большинство из нас так и остаются в этом состоянии. Мы считаем, что окружающий мир управляет нами: правительство, соседи, общество, т. е. плохие парни в той или иной форме. Мы не чувствуем, что обладаем каким-либо влиянием на происходящее. Мы – результат причин, возникающих в мире. Мы огорчаемся, жалуемся, протестуем и собираемся в группы, чтобы бороться с теми, кто против нас. За исключением редких мгновений счастья, в жизни обычно не везёт.
- 2. Вы управляете ситуацией.** В какой-то момент вы посмотрели фильм, который меняет представление о жизни, например «Секрет», или прочитали такую книгу, как «Секрет притяжения», и открыли в себе силу. Вы осознали силу намерений и постановки целей. Вы

поняли, что можете воплотить желаемое в реальность, предпринять действие и добиться результата. Вы начинаете ощущать какое-то волшебство. Вы добиваетесь результатов. Жизнь начинает казаться удачной.

**3. Вы проснулись.** В определённый момент после достижения второго этапа вы начинаете понимать, что ваши желания и намерения являются ограничениями. Вы начинаете понимать, что, несмотря на всю свою открывшуюся силу, вы не в состоянии контролировать всё происходящее. Вы начинаете понимать, что, когда вы подчиняетесь высшей силе. Начинают происходить чудеса. Вы пускаете события на самотёк и доверяетесь этой силе. Шаг за шагом вы начинаете на практике осознавать свою связь с Богом. Вы учитесь распознавать вдохновение, которое приходит к вам, и действуете в соответствии с ним. Вы понимаете, что у вас есть выбор, но вы не управляете своей жизнью. Вы понимаете, что лучшее, что вы можете сделать, это согласиться с каждым моментом своей жизни. На этом этапе происходят чудеса, и они постоянно удивляют вас. Вы живёте в постоянном состоянии восхищения, удивления и благодарности.

Сейчас я перешёл на третий этап, может быть, вместе с вами. Поскольку вы продолжаете путешествие вместе со мной, позвольте мне несколько глубже раскрыть наше пробуждение. Возможно, это поможет подготовить вас к тому, что скоро произойдёт, или поможет вам лучше понять то, что происходит сейчас.

Я увидел отблеск Бога на первом своем семинаре с доктором Хью Лином. В эти дни я прекратил свои духовные поиски. Я принял всё. Мира можно достичь за пределами постигаемого. Моей мантрой стала любовь. Эта песня постоянно играла в моей голове.

Когда я находился в обществе доктора Хью Лина, я ощущал мир. Я уверен, что это был эффект камертона. Его тон воздействовал на моё сознание. В результате я достигал гармонии с миром.

Во время второго семинара я начал ощущать то, что некоторые называют «паранормальными явлениями». Я видел ауры у людей. Я видел ангелов возле людей. В моём мозге появлялись изображения. Я до сих пор помню, как видел невидимых кошек вокруг шеи Нериссы. Когда я рассказал ей об этом, она рассмеялась. Было это изображение реальным или нет, но оно изменило её настроение. Она радостно улыбнулась.

Доктор Хью Лин часто видит знаки вопроса, которые летают над головами людей. Эти знаки подсказывают ему, к какому человеку следует обратиться во время семинара. Когда он видит невидимые символы или существ, он говорит: «Я знаю, это кажется безумием. Меня посадили бы в психушку за подобные вещи».

Конечно, он прав, но после того как пробуждение состоялось, назад дороги нет. На своём первом семинаре «За пределами познаваемого» я видел энергетические поля у некоторых людей. Они пребывали в состоянии благоговения. Я не могу сказать, что это мой дар, потому что это только начало. Ранее неиспользуемая часть моего мозга включилась и заработала. Теперь мои глаза видят, если я им это позволяю. Я сказал доктору Хью Лину: «Мне кажется, что со мной разговаривают все вещи. Всё кажется живым». Он понимающе улыбнулся.

Ко времени своего второго семинара «За пределами познаваемого» я пережил ещё одно сатори. Сатори – это проявление просветления, ощущение Бога. Это похоже на то, как будто окно приоткрывается, и на какой-то момент вы сливаетесь с источником жизни. Это так же трудно

объяснить, как трудно описать цветок жителю другой планеты. Но понимание того, что я могу исчезнуть и ощутить состояние отсутствия ограничений, изменило меня. Я использовал этот опыт как пробный камень. Я мог возвращаться к нему и переживать его снова. На одном уровне это прекрасно, как мой обратный билет в блаженство. Но на другом уровне это только воспоминание, которое удерживает меня от восприятия текущего момента. Всё, что я могу делать, это продолжать очищаться.

Иногда на встречах я расслабляюсь и расфокусирую своё зрение. В результате я могу видеть сложившуюся ситуацию как бы со стороны. Время словно останавливается или, по крайней мере, замедляется. Я могу чувствовать истинную природу жизни. Это в какой-то степени напоминает удаление верхнего слоя краски, под которым обнаруживается шедевр мастера. Зовите это внутренним зрением, рентгеновским зрением или божественным откровением. Я просто сказал бы, что «Джо Витале» (или даже «Ао Акуа») растворяется в нулевом состоянии или мои глаза могут воспринимать его. Там нет ограничений. Это просто *существует*. В этом месте нет никаких сомнений. Всё предельно ясно.

Я не живу в этом состоянии. Я по-прежнему возвращаюсь к так называемой реальности. Передо мной по-прежнему встают сложные задачи. Когда Ларри Кинг спросил, были ли у меня неудачные дни, я ответил: «Конечно». У меня по-прежнему есть проблемы. Доктор Хью Лин говорит, что проблемы у нас будут всегда. Но метод Хо'опонопоно – это метод решения проблем. Когда я повторяю «Я люблю тебя» Богу и продолжаю очищаться, я возвращаюсь в то место, где нет ограничений.

Сигналом от нуля, если мы хотим назвать его словами, является «любовь». Поэтому повторение фразы «Я люблю тебя» позволяет нам настроиться на нужную волну. Повторение этой фразы помогает нейтрализовать воспоминания, программы, суеверия и ограничения, препятствующие вашему пробуждению. Когда я очищаюсь, я настраиваюсь на волну вдохновения. Когда я действую согласно этому вдохновению, то начинают происходить чудеса более прекрасные, чем я мог себе вообразить. Мне остаётся лишь продолжать в том же духе.

Некоторые люди думают, что они слышат голос вдохновения, прислушиваясь к голосам, звучащим у них в голове. Мой друг однажды сказал: «Я знаю разницу между голосом моего Эго и голосом вдохновения, потому что моё Эго очень настойчиво, а вдохновение приходит намного тише и мягче».

Я считаю это самообманом. Голос, который звучит жёстко, и голос, который звучит нежно, всё равно являются голосами Эго. Даже сейчас, читая эти слова, вы разговариваете сами с собой. Вы задаёте себе вопросы о том, что читаете. Вы идентифицируете этот голос как ваш собственный. Это не так. За этими голосами стоят Бог и вдохновение. Занимаясь по методу Хо'опонопоно, вы начинаете различать, где истинное вдохновение, а где – нет.

Доктор Хью Лин продолжает напоминать нам: «Это не мгновенный метод исцеления. На исцеление нужно время».

Пробуждение может произойти в любой момент. Даже тогда, когда вы читаете эту книгу. Или на прогулке. Или когда вы гладите свою собаку. Ситуация не имеет значения. Имеет значение только ваше внутреннее состояние. И всё начинается и заканчивается одной прекрасной фразой: «Я люблю тебя».

# Приложение А

## Основные принципы

---

*Мир ныне, и присно, и во веки веков.*

### **1. Вы не имеете понятия о том, что происходит**

Невозможно знать обо всём, что происходит вокруг вас. Ваши тело и мозг регулируют сами себя прямо сейчас, без какого-либо вашего участия. В атмосфере присутствуют многочисленные невидимые сигналы, диапазон которых очень широк – от радиоволн до мыслеформ. Вы не можете воспринять все эти сигналы. Вы действительно принимаете участие в создании собственной реальности прямо сейчас, но это происходит бессознательно, без какой-либо осведомлённости или контроля с вашей стороны. Вот почему вы можете мыслить позитивно и всё равно оставаться в нужде. Ваш сознательный разум не является творцом.

### **2. Вы не управляете всем**

Очевидно, что если вы не знаете обо всём, что происходит, то не можете и контролировать это. Это только ловушка вашего Эго, заставляющего думать, что мир управляется вашими приказами. Поскольку ваше Эго не способно видеть то, что происходит в мире в текущий момент, то не совсем разумно позволять ему решать, что лучше для вас. У вас есть право выбора, но вы не можете управлять событиями. Вы можете использовать своё сознание, чтобы выбрать, что вы предпочитаете испытать (пережить), но вы должны позволить решить за вас, произойдут эти события или нет, как они произойдут и когда. Ключом здесь служит подчинение.

### **3. Вы способны исцелить всех, кого встречаете в жизни**

Что бы ни появлялось в вашей жизни (неважно, каким образом), оно поддаётся исцелению только потому, что находится в сфере вашего действия. Суть в том, что если вы можете чувствовать это, то можете исцелить это. Если вы видите проблему в ком-то другом и это вас беспокоит, то вы можете это устранить (исцелить себя). Или как я когда-то сказал Опре Уинфри: «Если вы можете заметить это, то вы получили это». Вы можете не иметь ни малейшего понятия, почему это случилось в вашей жизни или почему сложились такие обстоятельства, но должны принять это, потому что вы об этом ничего не знаете. Чем больше вы исцеляете то, что встречается у вас на пути, тем чище вы становитесь и тем ближе вы к проявлению того, чего желаете, так как вы освобождаете энергию, доступную теперь для использования по отношению к другим проблемам.

### **4. Вы несёте полную ответственность за весь свой жизненный опыт**

Всё, что происходит в вашей жизни, не является вашей виной, но вы несёте за эти события полную (100%) ответственность. Концепция личной ответственности простирается гораздо дальше, чем вы говорите, делаете и думаете. Она включает в себя то, что говорят, делают и думают в вашей жизни другие. Принятие на себя полной ответственности за события в своей жизни означает, что если в вашей жизни появился человек, у которого есть проблема, то это

будет и ваша проблема. Данный принцип тесно связан с предыдущим принципом, гласящим, что вы способны исцелять всех, кто встречается на вашем пути. Таким образом, вы не имеете права обвинять кого-либо или что-либо в том, что происходит. Вы только можете взять на себя ответственность, что означает принять происходящее, признать его своим и любить его. Чем больше вы исцеляете то, что встречается на вашем пути, тем прочнее становится ваша связь с источником жизни.

#### **5. Ваш билет к отсутствию ограничений – это повторение фразы «Я люблю тебя»**

Пропуск, который ведёт вас в мир за пределами постижимого, от исцеления до исполнения желаний, это простая фраза «Я люблю тебя». Повторение этой фразы Богу очищает всё в вас, что позволяет вам ощутить чудо данного момента – отсутствие ограничений. Идея в том, чтобы любить всё вокруг. Любить свой лишний вес, своего проблемного ребёнка, соседа или супруга, любить их всех. Любовь преобразует энергию и освобождает её. Фраза «Я люблю тебя» служит волшебным паролем к ощущению Бога.

#### **6. Вдохновение намного важнее намерения**

Намерения – это игрушки разума, а вдохновение – это указание от Бога. В какой-то момент вы подчиняетесь и начинаете прислушиваться, вместо того, чтобы просить и ожидать. Намерение – это попытка управлять своей жизнью, основываясь на ограниченном видении своего Эго. Вдохновение – это получение послания от Бога и действие в соответствии с этим посланием. Намерения срабатывают и дают результаты, вдохновение срабатывает и творит чудеса. Что вы выбираете?

## Приложение Б

# Как исцелить себя (других) и обрести здоровье, богатство и счастье

---

Согласно методу Хо'опонопоно, существует два доказанных способа для исцеления самого себя (или кого-нибудь другого) от всего, что вы заметили. Не забывайте, что то, что вы видите в другом человеке, присутствует также и в вас, поэтому всё исцеление – это исцеление самого себя. Никто не может выполнить это за вас. Целый мир в ваших руках.

О первом способе рассказала Моррна, чтобы помочь исцелить сотни, если не тысячи людей. Это простой, но мощный способ.

*Божественный Творец, Отец, Мать, Сын единосущный... Если моя семья, родственники и предки согрешили против Тебя, твоей семьи, родственников и предков в мыслях, словах, делах и поступках от момента нашего создания до настоящего времени, мы просим о прощении... Позволь очистить нас от этого, избавь нас от всех жестоких воспоминаний и от негативной энергии и преврати эту ненужную энергию в свет... Вот и всё.*

Второй способ, который нравится доктору Хью Лину, начинается с того, что он говорит «Мне очень жаль» и «Пожалуйста, прости меня». Вы говорите это, обладая знанием, что что-то (вы не знаете что) попало в ваше тело и разум. Вы не имеет понятия, как это произошло. И вам не нужно этого знать. Если у вас избыточный вес, то вы просто «подцепили» программу, которая заставляет ваше тело вести себя таким образом. Повторяя «Мне очень жаль», вы говорите Богу, что просите прощения за то, что позволили этому проникнуть в вас. Вы не просите Бога простить вас, вы просите у Бога помощи в том, чтобы простить *самого себя*.

После этого вы начинаете повторять «Благодарю тебя» и «Я люблю тебя». Когда вы говорите «Благодарю тебя», вы выражаете благодарность. Вы демонстрируете свою веру в то, что проблема будет решена так, как будет лучше всего для всех, кого она касается. Фраза «Я люблю тебя» превращает застоявшуюся энергию в поток. Эта фраза позволяет восстановить связь с Богом. Нулевое состояние – это состояние чистой любви и отсутствия ограничений, поэтому вы начинаете дорогу к данному состоянию с выражения своей любви.

Всё, что происходит потом, зависит от Бога. Вы можете получить вдохновение на выполнение каких-либо действий. Что бы это ни было, сделайте это. Если вы сомневаетесь в том, какое действие предпринять, используйте тот же метод исцеления, чтобы устранить свои сомнения. Когда очиститесь, вы будете знать, что надо делать.



# Приложение В

## Кто руководит?

---

От доктора Ихалиакалы Хью Лина

**Б**лагодарю вас за то, что вы остались со мной, чтобы прочитать это приложение. Я очень признателен.

Я очень люблю метод самоаутентичности посредством Хо'опонопоно и дорогую Моррну Наламаку Симеону, кахуну Лапа'ау, которая столь любезно поделилась этим методом со мной в ноябре 1982 года.

Эта статья базируется на мыслях, которые я записал в свой блокнот в 2005 году.

### 9 января 2005 года

*Проблемы можно решать без знания того, что именно происходит! Понимание и признание этого приносит мне утешение и наполняет меня радостью.*

*Метод самоаутентичности посредством Хо'опонопоно касается решения проблем, части общего смысла существования. При решении проблем следует задавать два вопроса: Кто я Кто мной руководит?*

*Постижение природы Космоса начинается с изречения Сократа: «Познай себя».*

### 21 января 2005 года

*Кто руководит?*

*Большинство людей, включая учёных, относятся к миру, как к физической сущности. Примером этого могут служить последние исследования ДНК в поисках причин возникновения болезней сердца, рака и диабета.*

### **Закон причины и следствия: физическая модель**

#### **Причина**

*Ущербная ДНК*

*Ущербная ДНК*

*Ущербная ДНК*

*Физическая*

*Физическая*

#### **Следствие**

*Болезни сердца*

*Рак*

*Диабет*

*Физические проблемы*

*Проблемы с окружающим миром*

Интеллект, или **Сознание**, считает, что он способен решить проблему, что он контролирует происходящие события.

В своей книге «The User Illusion: Cutting Consciousness Down to Size» журналист Тор Норретрандерс рисует совершенно другую картину Сознания. Он ссылается на научные исследования, в частности на исследования профессора Бенджамина Либета из Калифорнийского университета в Сан-Франциско. Эти исследования показали, что решение принимается человеком до того, как он его осознаёт, а Интеллект ничего об этом не знает, веря, что действует по своему усмотрению.

Норретрандерс также провёл исследования, которые показали, что мозг способен воспринять только 15-20 битов информации в секунду, в то время, как миллионы битов информации остаются неосознанными.

Если это не Интеллект и не Сознание, то кто нами руководит?

## 8 февраля 2005 года

Воспроизводящиеся воспоминания **управляют** тем, что воспринимает сознание.

Сознание воспринимает замечающие, **подражательные** и **отражённые** воспроизводящиеся воспоминания. Оно ведёт себя, видит, чувствует и принимает решения так, как **диктует** память. Сознание действует без осведомлённости о происходящем, исходя из воспоминаний. Воспоминания диктуют восприятие, как показывают исследования.

### **Закон причины и следствия: самоаутентичность посредством Хо'опонопоно**

#### **Причина**

Воспоминания, воспроизводящиеся  
в сознании

Воспоминания, воспроизводящиеся  
в сознании

Воспоминания, воспроизводящиеся  
в сознании

Воспоминания, воспроизводящиеся  
в сознании

Воспоминания, воспроизводящиеся  
в сознании

#### **Следствие**

Физическое – болезни сердца

Физическое – онкологические заболевания

Физическое – диабет

Физические проблемы с телом

Проблемы с окружающим миром

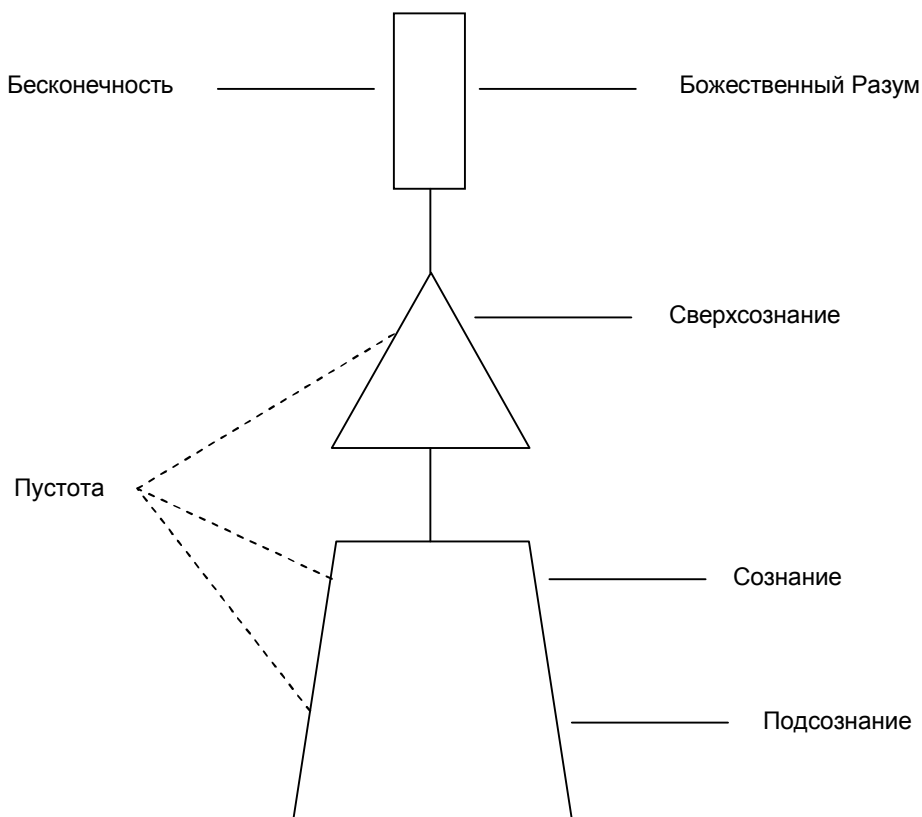
Тело и мир воспринимаются Сознанием в виде творений воспроизводящихся воспоминаний и очень редко в виде Вдохновения.

**23 февраля 2005 года**

*Подсознание и Сознание, которые составляют Душу, не генерируют собственных идей, мыслей, чувств и действий. Как было сказано выше, жизненный опыт и восприятие в сознании являются либо воспроизводимыми воспоминаниями, либо Вдохновением.*

*Но мы по-своему толкуем вещи,  
Событий искажая верный смысл.  
Шекспир. «Юлий Цезарь»\**

*Важно понимать, что Душа сама по себе не генерирует восприятие событий, она видит их таковыми, каковы они с точки зрения воспоминаний. Душа чувствует себя, ведёт и поступает так, как подсказывают воспоминания. Но иногда Душа видит, чувствует, ведёт себя и поступает так, как видит, чувствует, ведёт себя и поступает Вдохновение.*



*Рис. В.1. Состояние пустоты*

*В решении проблем важно осознать, что тело и мир не являются проблемами сами по себе, на самом деле проблемами являются последствия воспоминаний, воспроизводящихся в Подсознании! Кто нами руководит?*

---

\* Перевод И. Мандельштама. – Примеч. пер.

*Моя душа, ядро земли греховной,  
Мятежным силам отдаваясь в плен,  
Ты изнываешь от нужды духовной  
И тратишься на роспись внешних стен.  
Шекспир. Сонет 146\**

## 12 марта 2005 года

*Пустота – это основа самоаутентичности, разума и Космоса. Это состояние, предшествующее «вливаю» вдохновения от божественного Разума в подсознание (см. рис. В.1). Все учёные знают, что Космос возник из ничего и вернётся в ничто, когда придёт время. Вселенная начинается и заканчивается нулём.*

*Чарльз Сейфе. «Biography of Dangerous Idea»*

*Повторяющиеся воспоминания вытесняют пустоту самоаутентичности и не дают проявляться Вдохновению. Чтобы устранить эту замену, восстановить самоаутентичность, воспоминания должны быть трансформированы в пустоту с помощью преобразования Божественным Разумом.*

*Очищайтесь, стирайте, стирайте и находите свою  
собственную Шангри-ла. Где? Внутри себя.*

*Моррна Наламаку Симеона,  
кахуна Лапа 'ау*

*Ни бронзовые стены, ни темницы,  
Ни каменные башни, ни оковы  
Не могут силу духа обуздать.  
Шекспир. «Юлий Цезарь»\*\**

## 22 марта 2005 года

*Жизнь – это дар Божественного Разума. И этот дар дан для **единственной цели** – восстановления самоаутентичности путём решения проблем. Метод самоаутентичности посредством Хо'опонопоно представляет собой обновлённую версию процесса решения проблем древних гавайцев в виде **повторения, прощения и превращения**.*

---

\* Перевод С. Маршака

\*\* Перевод И. Мандельштама

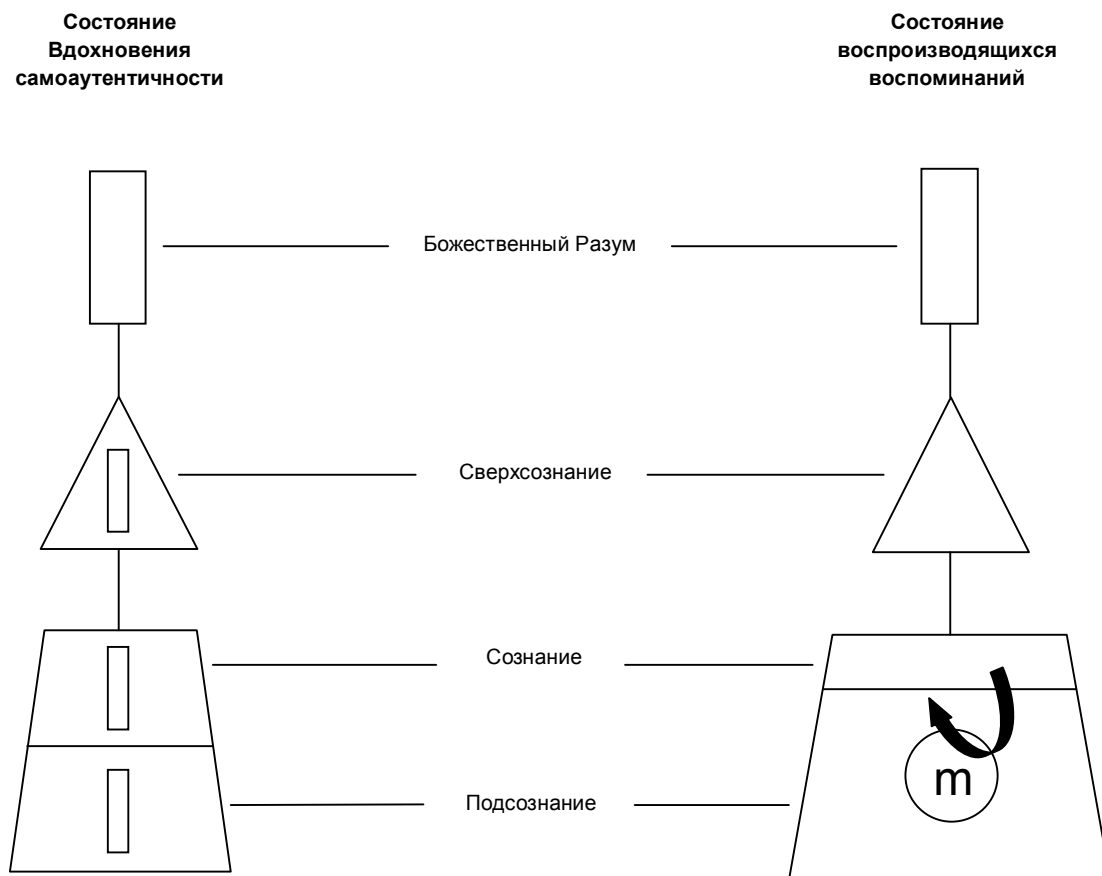
*Не судите, и не будете судимы; не осуждайте, и не будете осуждены; прощайте, и прощены будете.*

*Евангелие от Луки (6:37)*

*Хо'опонопоно привлекает полное участие каждой из четырёх составляющих самоаутентичности: Божественного Разума, Сверхсознания, Сознания и Подсознания. Эти части начинают работать как одно целое. Каждая часть выполняет свою уникальную функцию при решении проблем, которые являются воспроизводящимися воспоминаниями в Сознании.*

*Сверхсознание представляет собой свободную память, на которую не влияют воспоминания, воспроизводящиеся в Сознании. Оно не всегда составляет единое целое с Божественным Разумом. Однако Божественный Разум меняется, а значит, меняется и сверхсознание.*

*Самоаутентичность касается вдохновения и памяти. Только одно из них – либо вдохновение, либо память – может управлять Сознанием в каждый конкретный момент времени. Душа самоаутентичности служит только одному хозяину: обычно это шипы памяти, а не розы Вдохновения (см. рис. В.2).*



*Рис. В.2. Состояние вдохновения и состояние воспроизводящихся воспоминаний*

**30 апреля 2005 года**

*Я сам своих невзгод и бед творец.  
Джон Клар. «Я емь»\**

*Пустота – это общее основание, уравниватель всего сущего, «живого» и «неживого». Это неопишное и бесконечное основание всего Космоса, видимого и невидимого.*

*Мы исходим из той очевидной истины, что все люди созданы равными...  
Томас Джефферсон.  
Декларация независимости*

*Воспроизводящиеся воспоминания перемещают общее основание самоаутентичности, смещая Душу Разума из естественной позиции Пустоты и Бесконечности. Хотя воспоминания перемещают Пустоту, они не могут её уничтожить. Как можно уничтожить ничто?*

*Дом, в себе разделённый, устоять не сможет.  
Авраам Линкольн*

**5 мая 2005 года**

*Чтобы самоаутентичность стала самоаутентичностью, требуется постоянная практика метода Хо'опононо. Как и воспоминания, метод Хо'опононо не может уйти в отпуск. Его нельзя отправить на пенсию. Непрерывающийся процесс нельзя остановить...*

**12 мая 2005 года**

*Сознание может инициировать процесс Хо'опононо, чтобы освободиться от воспоминаний, или же оно может связать эти воспоминания со стыдом и раздумьями (см. рис. В.3).*

- 1. Сознание инициирует процесс решения проблем Хо'опононо, обращаясь к Божественному Разуму, чтобы он преобразовал воспоминания в Пустоту. Сознание знает, что проблемы представляют собой воспоминания, воспроизводящиеся в Сознании, и что оно полностью*

---

\* Перевод И. Павлонского

Повторение и прощение  
(решение проблем)  
по методу Хо'опононо

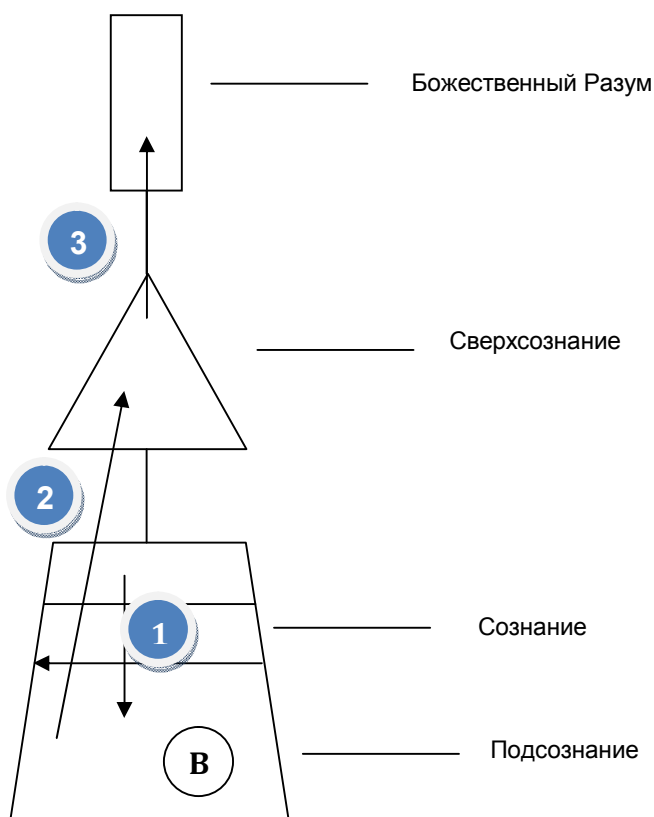


Рис. В.3. Повторение и прощение

*(100%) ответственно за эти проблемы. Просьба Сознания отправляется вниз из Сознания в Подсознание (см. рис. В.3).*

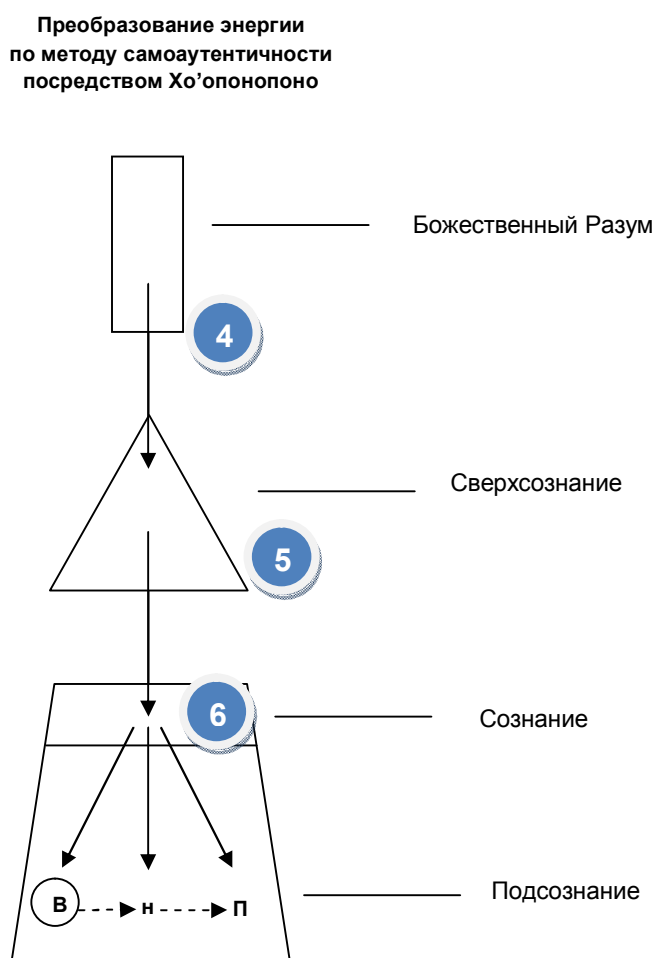
- Нисходящий поток этой просьбы в Подсознании аккуратно стирает воспоминания для их преобразования. Затем просьба передаётся вверх из Подсознания в Сверхсознание.*
- Сверхсознание проверяет просьбу и вносит необходимые изменения. Поскольку Сверхсознание всегда связано с Божественным Разумом, то обладает возможностью просмотреть и внести изменения в послание. Просьба затем отправляется к Божественному Разуму для окончательного принятия решения.*
- После изучения полученного обращения от Сверхсознания Божественный Разум отправляет преобразованную энергию вниз, в Сверхсознание.*
- Преобразованная энергия перетекает из Сверхсознания в Сознание.*
- Затем преобразованная энергия «стекает» из Сознания в Подсознание. Сперва она нейтрализует выбранные в обращении воспоминания. Нейтрализованная энергия освобождается и накапливается, оставляя место Пустоте.*

**12 июня 2005 года**

*Раздумья и стыд представляют собой воспроизводящиеся воспоминания (см. рис. В.2).*

*Душа может быть вдохновлена Божественным Разумом без какой-либо осведомлённости о том, что происходит. Единственное требование для вдохновения, акта Божественного творения, чтобы самоаутентичность была самоаутентичностью. Чтобы добиться самоаутентичности, нужно **постоянно** очищать воспоминания.*

***Воспоминания являются постоянными спутниками Сознания. Они никогда не покидают Сознание. Воспоминания никогда не прекращают своё постоянное воспроизведение!***



*Рис. В.4. Преобразование энергии Божественным Разумом*

*Чтобы справиться со всеми воспоминаниями однажды и навсегда, они должны быть очищены до состояния ничто.*

*Это произошло в штате Айова в 1971 году. Когда я второй раз безумно влюбился. Родилась наша дочь, дорогая М.*

*Когда я смотрел, как моя жена ухаживает за М., я ощущал всё большую любовь к ним. Теперь у меня было двое прекрасных людей, которых я любил.*



*После окончания школы в штате Юта тем летом, у нас с женой появился выбор – либо ехать домой на Гавайи, либо продолжить обучение в Айове.*

*Мы решили остаться в Айове, и у нас сразу возникли две проблемы. Во-первых, М. не переставала плакать ни на секунду после того, как её выписали из родильного дома.*

*Во-вторых, в Айове случилась самая худшая зима за целое столетие. Каждое утро я стучал по низу входной двери, чтобы отбить лёд, наморозившийся с другой стороны.*

*Когда М. исполнился год, на её одеяльцах стали появляться пятна крови. Только сейчас, когда я пишу это предложение, я понял, что её непрерывный плач был реакцией на серьёзное кожное заболевание, которое было диагностировано позже.*

*Я плакал по ночам, наблюдая, как М. в беспокойном сне раздирает себе кожу. Стероидные лекарства ей абсолютно не помогли.*

*Когда М. исполнилось три года, кровь уже постоянно сочилась из трещин на её локтях и коленях. Также кровь появлялась из трещин на суставах пальцев. На её пальцах и шее была твёрдая корка.*

*Однажды, через девять лет, когда мы вернулись на Гавайи, я вёл машину домой. В машине со мной были М. и её сестра. Внезапно, совершенно бессознательно, я повернул руль автомобиля и обнаружил, что еду к своему офису в Вайкики.*

*«О, вы, ребята, решили навестить меня» – тихо сказала Моррна, когда мы втроём вошли в её кабинет. Перебирая бумаги на своём столе, она посмотрела на М. «Ты хочешь меня о чём-то попросить?» – мягко спросила она.*

*М. раскрыла свои руки и показала ладони, на которых отпечатались годы боли и страданий. Её руки были похожи на древние свитки с выгравированными надписями. «Хорошо, подойди», – сказала Моррна и закрыла глаза.*

*Что делала в этот момент Моррна? Автор метода самоаутентичности посредством Хо'опонопоно применила свой метод. Через год, после 13 лет болезни, постоянные кровотечения, страх, боль, горе и приём лекарств остались в прошлом.*

*Учащийся по методу самоаутентичности  
посредством Хо'опонопоно*

## **30 июня 2005 года**

*Смысл жизни в том, чтобы добиться самоаутентичности как создал вас Бог по своему подобию, быть Пустотой и Бесконечностью.*

*Весь жизненный опыт представляет собой воспроизводящиеся воспоминания и Вдохновение. Депрессия, размышления, стыд, нужда, ненависть, негодование, возмущение и горе – это то, что Шекспир назвал «печальный счёт всего, что в жизни пережил» в одном из своих сонетов.*

*У Сознания есть выбор: оно может начать процесс постоянного очищения или может позволить воспоминаниям постоянно воспроизводить проблемы.*

## 12 декабря 2005 года

Сознание, которое работает само по себе, игнорирует самый ценный дар Божественного Разума – самоаутентичность. По существу, оно не осведомлено об истинной причине проблем. Эта невежественность приводит к неэффективному решению проблем. Бедная душа остаётся открытой для постоянного, ненужного горя на протяжении всей жизни. Как печально. Сознательный Разум должен быть разбужден для восприятия дара самоаутентичности, как «счастья за пределами постижимого». Самоаутентичность неопишима и вечна, как её творец, Божественный Разум. Следствием невежественности является ложная реальность бессмысленной и безжалостной нищеты, болезни, войны и смерти для поколения за поколением.

## 24 декабря 2005 года

Физический мир является результатом воздействия воспоминаний и Вдохновения, которые происходят при самоаутентичности. Измените состояние самоаутентичности – и окружающий физический мир изменится.

Кто руководит? Вдохновение или воспроизводящиеся воспоминания? Выбор остаётся за Сознанием.

## 7 февраля 2006 года

Ниже рассматриваются четыре процесса решения проблем самоаутентичности посредством Хо'опонопоно, которые можно применить для восстановления самоаутентичности с помощью стирания проблем воспроизводящихся воспоминаний в Сознании.

1. **«Я люблю тебя».** Когда Душа воспринимает воспроизводящиеся воспоминания в виде проблем, скажите этим проблемам про себя: «Я люблю вас, дорогие воспоминания. Я признателен за возможность освободить вас и меня». Фразу «Я люблю тебя» можно повторять про себя снова и снова. Воспоминания никогда не уходят в отпуск, и никогда вас не покидают, пока вы от них не откажетесь. Фразу «Я люблю тебя» можно использовать даже тогда, когда вы не знаете о причине проблем. Её можно использовать перед началом любого дела, например, перед ответом на телефонный звонок или перед поездкой на автомобиле.

*Любите врагов ваших, благотворите ненавидящих вас...  
Евангелие от Луки (6:27)*

2. **«Благодарю тебя».** Эти слова можно произносить вместе или вместо фразы «Я люблю тебя». Как и слова «Я люблю тебя», эту фразу можно повторять про себя снова и снова.
3. **Голубая солнечная вода.** Один из прекрасных методов решения проблем – приём большого количества воды, в частности голубой солнечной воды. Возьмите стеклянную ёмкость голубого цвета с неметаллической крышкой, и наполните её водой. Поставьте эту ёмкость на солнечный свет или под лампу накаливания (не под лампу дневного света) как минимум на час. После того, как вода наполнится светом, её можно использовать

несколькими способами. Выпейте её. Приготовьте на ней еду. Облейте этой водой после душа или ванной. Фруктам и овощам нравится, когда их моют голубой солнечной водой! Как и в процессе повторения «Я люблю тебя» и «Благодарю тебя», голубая солнечная вода стирает воспоминания, воспроизводящие проблемы в Сознании. Поэтому выпейте воду, и сотрите их навсегда!

4. **Клубника и черника.** Эти ягоды стирают воспоминания. Их можно есть свежими и засушенными, в виде джема, повидла и даже сиропа на мороженом.

## 27 декабря 2005 года (вспоминая 2005 год)

Несколько месяцев назад у меня родилась идея создания «говорящего» словаря основных «персонажей» самоаутентичности посредством Хо'опонопоно. Вы можете познакомиться с ним на досуге.

**Самоаутентичность.** Я – Самоаутентичность. Я состою из четырёх элементов: Божественного Разума, Сверхсознания, Сознания и Подсознания. Моя основа – Пустота и Бесконечность – является точной копией Божественного Разума.

**Божественный Разум.** Я – Божественный Разум. Я – Бесконечность. Я – творец Самоаутентичности и Вдохновения. Я превращаю воспоминания в Пустоту.

**Сверхсознание.** Я – Сверхсознание. Я наблюдаю за Сознанием и Подсознанием. Я просматриваю и вношу необходимые изменения в просьбу Хо'опонопоно к Божественному Разуму, инициированную Сознанием. На меня не влияют воспоминания, воспроизводящиеся в Подсознании. Я всегда остаюсь одним целым с Божественным Творцом.

**Сознание.** Я – Сознательный Разум. У меня есть дар выбора. Я могу позволить непрекращающимся воспоминаниям диктовать восприятие происходящего Подсознанию и мне, или я могу инициировать освобождение от этих воспоминаний с помощью постоянного процесса Хо'опонопоно. Я могу отправить Божественному Разуму просьбу о том, чтобы мной руководили.

**Подсознание.** Я – Подсознательный Разум. Я служу хранилищем для всех накопленных воспоминаний с момента создания. Я – то место, где опыт воспринимается как воспроизводящиеся воспоминания, либо как Вдохновение. Я – то место, где тело и окружающий мир находятся в виде воспроизводящихся воспоминаний и в виде Вдохновения. Я – то место, где живут проблемы в виде реакции на воспоминания.

**Пустота.** Я – Пустота. Я – основа для Самоаутентичности и Космоса. Я – то место, где Вдохновение берёт начало из Божественного Разума, из Бесконечности. Воспоминания, воспроизводящиеся в Подсознании, замещают, но не уничтожают меня, не давая действовать Вдохновению от Божественного Разума.

**Бесконечность.** Я – Бесконечность, Божественный Разум. Поток Вдохновения, который идёт от меня к Пустоте и Самоаутентичности, как нежная роза может быть легко замещён шипами воспоминаний.

**Вдохновение.** Я – Вдохновение. Я – создание Бесконечности, Божественного Разума. Я возникаю из Пустоты в Подсознании. Я воспринимаюсь, как нечто совершенно новое.

**Память.** Я – память. Я – запись в Подсознании прошлого восприятия. При иницировании я воспроизвожу прошлое восприятие.

**Проблема.** Я – проблема. Я – память, воспроизводящая прошлое восприятие в Подсознании.

**Восприятие.** Я – восприятие. Я являюсь эффектом воспроизводящихся воспоминаний или Вдохновения в Подсознании.

**Операционная система.** Я – операционная система. Я оперирую Самоаутентичностью с помощью Пустоты, Вдохновения и Памяти.

**Хо'опонопоно.** Я – Хо'опонопоно. Я представляю собой древний гавайский процесс решения проблем, обновлённый для современного применения Моррной Наламаку Симеоной, кахуной Лапа'ау, признанной «живым сокровищем» в 1983 году. Я состою из трёх элементов: повторения, прощения и превращения. Я представляю собой просьбу, отправленную Сознанием к Божественному Разуму для очищения воспоминаний и восстановления самоаутентичности. Моё начало лежит в Сознании.

**Повторение.** Я – повторение. Я представляю собой начало процесса Хо'опонопоно, иницированного в Сознании в виде просьбы к Божественному Разуму. Просьба заключается в желании превратить воспоминания в Пустоту. С моей помощью Сознание узнаёт о своей ответственности за производящиеся проблемы в Подсознании.

**Прощение.** Я – прощение. Вместе с повторением я представляю собой просьбу Сознания к Божественному Творцу для превращения в Подсознании воспоминаний в Пустоту. Сознание не только сожалеет, но и просит Божественный Разум о прощении.

**Превращение.** Я – превращение. Божественный Разум использует меня для нейтрализации и освобождения от воспоминаний и превращения их в Пустоту в Подсознании. Меня может применять только Божественный Разум.

**Счастье.** Я – счастье. Я – Самоаутентичность.

Я желаю вам мира за пределами постижимого.  
О Ка Малухиа ноу ми ое.

Мир да будет с вами.  
Ихалиакала Хью Лин, доктор философии,  
Председатель в отставке The Foundation of I, Inc. Freedom of the Cosmos