

Замечательная книга для всех поклонников учения Дипака Чопры — она помогает глубже понять его систему, осознать свои истинные потребности и научиться следовать законам мироздания для осуществления всех своих целей.

*Иван Н.,
Санкт-Петербург*

Одна из лучших книг для всех, кто хочет пробудить свою внутреннюю силу и использовать ее во благо.

*Матвей Д.,
Иркутск*

Это книга о мире и человеке, об их взаимодействии и взаимопроникновении.

*Елена Б.,
Орел*

Отличный тренинг для тех, кто наконец-то решил взять свою жизнь в собственные руки и хочет начать жить осознанно.

*Николай П.,
Мурманск*

Эта книга необходима каждому, кто работает с людьми. А у любого руководителя она должна стать настольной.

*Марта Н.,
Москва*

ТАЙНЫЕ ЗНАНИЯ,
МЕНЯЮЩИЕ ЖИЗНЬ



Тим Гудмен

ПОМОЩЬ
ДИПАКА
ЧОПРЫ

ОБРЕТИ ЖЕЛАЕМОЕ,
СЛЕДУЯ 7 ЗАКОНАМ
ВСЕЛЕННОЙ



ПРАЙМ

Издательство
АСТ
Москва

УДК 133.4 *Все права защищены. Никакая часть данной книги*
ББК 86.42 *не может быть воспроизведена в какой бы то*
Г93 *ни было форме без письменного разрешения*
 владельцев авторских прав.

Гудмен, Тим.

Г93 **Помощь Дипака Чопры. Обрети желаемое, следуя 7 законам Вселенной.** / Тим Гудмен. — Москва : Издательство АСТ, 2016. — 253, [1] с. — (Тайные знания, меняющие жизнь).

ISBN 978-5-17-096504-5

Эта книга-тренинг поможет вам на практике освоить семь духовных законов успеха, открытых известным индийским врачом и исследователем, специалистом в области наук о возможностях человека, учителем и писателем Дипаком Чопрой.

Может быть, вы привыкли считать, что для успеха надо много и тяжело трудиться, уставать, во многом себе отказывать? Но цветок цветет, не делая напряженных попыток зацвести, птицы не пытаются летать и петь — они это просто делают, легко и свободно. Это в их природе, как в природе Солнца и звезд — светить и сиять... Законы мироздания одинаковы для всего сущего — и для цветка, и для птицы, и для солнца, и для человека. Познав и научившись применять эти законы на практике, вы сможете легко, свободно, без усилий воплощать в жизнь свои самые смелые мечты.

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ



ISBN 978-5-17-096504-5

© Гудмен Т., 2013

© ООО «Издательство АСТ», 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступление9

ГЛАВА 1

Закон Чистой Потенциальности

Узнайте о том, кто вы на самом деле 17

Почувствуйте поле

Чистой Потенциальности внутри себя ... 23

Научитесь останавливать

внутренний диалог 27

Освойте практику молчания..... 31

Осознайте, что у вас

единая суть с природой 34

Освойте практику несуждения 38

Начните постоянно отождествлять себя

со своей истинной сутью..... 42

ГЛАВА 2

Закон Дарения и Получения

Чтобы энергия начала работать,

ее надо привести в движение..... 52

Научитесь принимать	55
Научитесь отдавать	68
Научитесь отпускать то, что уходит	80

ГЛАВА 3

Закон Причины и Следствия

Делали ли вы осознанный выбор, засевая семена на поле вашей жизни? . . .	88
Отучитесь от привычных автоматических реакций	94
Приучите себя спрашивать совета у сердца	101
Закон Кармы может заставить вас страдать — но он же позволит вам создать для себя счастливую жизнь	106
Три способа отработки прошлой негативной кармы	110

ГЛАВА 4

Закон Наименьшего Усилия

Вы можете творить чудеса, не тратя сил и не уставая	121
Три условия для действия Закона Наименьшего Усилия	124
Три составляющих Закона Наименьшего Усилия	140

ГЛАВА 5

Закон Намерения и Желания

Намерение — мощная сила, способная совершить всю работу за вас	155
Определите, какие ваши желания достойны стать намерениями.	158
Подкрепите ваши желания силой воображения	165
Научитесь концентрировать внимание на цели	168
Сформируйте намерение и соедините его с полем Чистой Потенциальности	173
Следуйте пути, который ваше намерение проложит для вас	178

ГЛАВА 6

Закон Непривязанности

Наметив цель, предоставьте Вселенной составить план ее достижения.	188
Привязанность к материальным благам делает нас беднее, а не богаче	193
Спонтанность, свобода и творческий настрой приведут вас на гребень удачи	207

ГЛАВА 7


Закон Предназначения

Три составляющих Закона Предназначения.....	219
Пришло время открыть ваш уникальный талант.....	223
Делайте только то, что любите.....	235
Формула успеха: делая то, что любишь, приносить пользу людям.....	241
Учиться никогда не поздно!.....	245
Ваша дверь в новую счастливую жизнь ..	250



ВСТУПЛЕНИЕ

Дипак Чопра — великий Учитель современности, считает, что в основе любого настоящего успеха лежит духовность. Но, согласитесь, «успех» и «духовность» — слова, которые последнее время звучат слишком часто и в самых разных контекстах. И то и другое вызывает в сознании большинства людей множество привычных стереотипов. Успех ассоциируется с бешеной гонкой за славой, популярностью, материальными благами — кто не успел, тот опоздал! Духовность же связывается обычно с отрешенностью от всего материального, вплоть до аскезы, с уходом от мира и отрывом от реальности, этаким витанием в облаках.



Дипак Чопра — известный индийский врач-эндокринолог (живущий ныне в Америке), учитель и писатель. Специалист в области наук о самосовершенствовании, гармонии тела и духа, раскрытия всего потенциала человеческих возможностей. Он делает, казалось бы, невозможное: снимает шоры с глаз людей, слушающих его лекции, посещающих его семинары, читающих его книги,

и помогает им увидеть истину — истину мироустройства.

Но истина мироустройства все же такова: понятия духовность и успех не только не противоречат друг другу, но оказываются тесно связанными, и даже дополняющими друг друга.

А главное — подлинный успех оказывается не имеющим ничего общего с гонкой на выживание, а подлинная духовность несет в себе свет, радость и процветание, а вовсе не убожество существования, как думают многие.

Знание, которое несет Дипак Чопра, позволяет прозреть, очнуться от монотонного, однообразного, безрадостного существования, словно от многолетнего сна, — и увидеть перед собой совсем другой мир — мир, полный любви, счастья, мир, сулящий неограниченные возможности, мир, где можно обрести подлинные богатства, как духовные, так и материальные, мир света, солнца, свободы и радости.

Представьте, что вы жили в комнате с наглухо закрытыми ставнями и уже были уверены, что солнца в мире не существует. И вдруг приходит кто-то, кто снимает ставни, раздергивает плотные шторы — и в ваше жилище врывается солнечный свет, и синева неба, и птичье пение, и по-

токи свежего воздуха, и аромат цветов... Примерно то же самое делает Дипак Чопра, открывая людям — тем, кто готов, конечно, то есть кто сам мечтает о переменах — целый новый, безграничный, прекрасный, полный возможностей мир.

Мы еще очень мало знаем о Мироздании и о его истинных законах. А ведь именно знание этих законов помогает строить свою жизнь осознанно, быть ее хозяином, а не полагаться на волю случая и судьбы. Дипак Чопра помогает нам открыть эти законы — и узнать, что Мироздание на самом деле дружелюбно к нам, готово способствовать нашему успеху, благосостоянию, нашему счастью, реализации наших талантов и способностей.

Семь духовных законов успеха, о которых рассказывает на своих лекциях, которые описывает в своих книгах Дипак Чопра — это поистине бесценное знание. Но одного только знания мало, надо еще уметь применить его на практике. И не раз-другой, и не от случая к случаю — применять это знание надо постоянно.

Иными словами — надо научиться жить в согласии с этими законами, жить каждый день, каждый час, каждый миг.

И вот тут у читателей неизбежно возникает вопрос: *как?*

Как это сделать?

Нужно ли для этого радикально менять свою жизнь?

Отказываться от прежних привычек и занятий?

Именно страх перед переменами в сочетании с незнанием, как применять духовные законы на практике, заставляют многих людей остановиться буквально на пороге своего счастья.

Если вы читаете эту книгу — вы уже на пороге. Решайте, хотите вы двигаться дальше или предпочтете повернуть назад. Вам мешают сомнения? Вы боитесь перемен? Представьте, что перед вами автомобиль, в надежности которого вы стопроцентно уверены. Вы уверены также в непревзойденном мастерстве водителя этого автомобиля. Вы точно знаете, что по дороге с вами не случится ничего плохого — напротив, путешествие будет радостным и приятным. И в результате автомобиль привезет вас в самое прекрасное место на свете, какое вы только можете себе представить. Что мешает вам сделать шаг — и сесть в автомобиль?

Путь следования законам духа подобен поездке в надежном комфортабельном автомобиле в самое счастливое место на свете.

Дорога стелется сама собой, за каждым поворотом ждут удивительные открытия и прекра-

сные новые впечатления. Вам не нужно больше вслепую кочевать по перевалам, горам и долинам, неся на спине тяжеленные рюкзаки. Вам не нужно пробивать себе дорогу через скалы и продирааться сквозь непроходимые леса. Законы духа — это и карта, на которой ваш путь уже проложен, и навигационные приборы, которые проведут вас по самой благоприятной местности и по кратчайшей дороге.

«Прийти в самое прекрасное место, где исполняются все мечты и желания, и при этом не напрягаться, не рваться изо всех сил, не участвовать в гонке на выживание?» — спросит тот, кто не знаком с духовными законами. Но вот представьте себе, что вы решили вырастить цветок. На самом деле все, что вам нужно сделать — это создать условия для роста и развития этого цветка. Подготовить почву, полив, удобрения... И тогда цветок будет расти сам. Вам не нужно прилагать усилия, чтобы росток показался из земли, затем вырос, покрылся листьями и бутонами. Вы ведь не станете вручную раскрывать лепестки бутона, чтобы он превратился в прекрасный цветок. Нет, после того, как вы создали условия для роста цветка — вам останется лишь ждать, наблюдать и любоваться прекрасными плодами своего труда.

Одно из открытий Дипака Чопры состоит в том, что во всей природе — как физической,

так и духовной — действуют одни и те же законы. Ваш успех может быть подобен росту и раскрытию цветка. Вы лишь создаете условия — и больше не прилагаете усилий. Прекрасный цветок расцветает сам, наполняя великолепным ароматом всю округу, радуя прохожих, привлекая бабочек и пчел. Вы получаете исполнение всех желаний, благосостояние, успех, реализацию своих талантов, всю полноту счастья и наслаждения жизнью. Но все это — при условии, что вы правильно приготовили почву.

Эта книга, собственно, о том, как правильно приготовить почву, на которой сам собой расцветет прекрасный цветок вашего успеха.

Знание в сочетании с практикой — ежедневной практикой возвращения вашего успеха — вот что вы найдете на этих страницах. Если вы уже читали книги Дипака Чопры, если вам кажется, что вы знаете и понимаете то, о чем в них написано, но при этом ваша жизнь никак не изменилась — значит, эта книга для вас. Вам не хватает именно практики. Вам не хватает реального воплощения знаний в жизнь. А ведь мудрое высказывание недаром гласит: тот, кто знает, но не умеет — на самом деле и не знает.

Знания и практические упражнения, представленные в этой книге, адаптированы именно для восприятия читателей с западным складом

мышления. Ведь то, что в книгах Дипака Чопры понятно и привычно людям с восточным менталитетом, у европейцев подчас вызывает лишь множество новых вопросов.

«Медитируйте», — говорит Дипак Чопра. Восточный человек кивает и садится в медитацию, а западный человек спрашивает: «Как?», затем долго чешет затылок и в итоге не сдвигается с места. Эта книга избавит вас от подобных и многих других трудностей.

В каждой главе и в каждом практическом задании вы будете получать исчерпывающие ответы на вопросы «Как?», «Зачем?», «Почему?» и множество других вопросов, которые могут у вас возникнуть на пути практического освоения духовных законов бытия. В итоге ваш путь будет гладким, все нужные вам перемены начнут происходить легко, без потрясений, вы будете получать каждодневную радость от каждого вашего шага на пути к успеху, и сам успех станет наградой, не требующей жертв и лишений. Вы получите все то, на что можете рассчитывать по праву — по праву своего рождения, по праву того, что вы Человек — и поймете, что именно так задумано было великими и незыблемыми законами Вселенной. Согласно этим законам вы должны быть счастливы. Все, что вам нужно — открыть эти законы для себя и следовать им.