



# Содержание

От автора.....	11
Предисловие (ко второму изданию).....	13
Предисловие.....	15

## Часть 1.

### ЧЕЛОВЕК

<b>Река Жизни</b> .....	23
Люди, плывущие по Реке Жизни.....	23
Стремнины и заводи.....	24
Путь свободы.....	26
<b>Почему?</b> .....	27
Вера — оружие против зла?.....	27
Куда исчезают добро и хорошие дела?.....	28
Заблуждения — путь к потерям.....	29
Счастье — путь решения проблем.....	30
Причины возникновения проблем.....	31
<b>Что такое духовность?</b> .....	34
Критерии духовности.....	34
Реализация духовности.....	37
<b>Человечность</b> .....	40
Пространство любви.....	41
Совместимы ли понятие «человечность» и средства массовой информации?.....	42
Могут ли помочь Небеса?.....	45
Проявляйте человечность.....	46

<b>Семь методов исцеления</b> .....	48
Действительно ли в здоровом теле здоровый дух? .....	48
Когда духовность превыше потребностей физических .....	48
Богатство. Зона риска .....	49
Методы исцеления .....	50
<b>Страдания</b> .....	56
В чём причина человеческих страданий? .....	56
Понятие страдания в религии .....	58
Различные формы страданий .....	61
Кому выгодны страдания .....	64
Как научиться жить без страданий .....	65
<b>Внутреннее звучание</b> .....	70
Три зоны диапазона вибраций, или Три состояния духовности человека .....	72
Звучите выше .....	77
Схема развития проблем на примере жизни ребёнка .....	79
<b>Лучшая молитва — состояние любви</b> .....	83
Молитва — неотъемлемая часть жизни религиозного человека .....	84
Может ли молитва быть опасной? .....	88
Проявляйте любовь .....	90
<b>Тела человека</b> .....	91
Невидимый мир человека .....	91
Тонкий мир человека .....	92
Аура человека .....	101
<b>Формы проявления любви</b> .....	103
Случай первый. «Холодный» ум, «жесткое» сердце .....	104
Случай второй. Любовь выражена через эрос .....	104
Случай третий. Сердечные люди .....	105
Случай четвёртый. Любовь выражена через ум .....	105
Случай пятый. Открытое сердце .....	106
Случай шестой. Святые люди .....	107
Случай седьмой. В человеке проявлены все виды любви .....	107
Случай седьмой. Земные люди .....	108
Случай девятый. Демиург .....	108
<b>Мировоззрение определяет судьбу</b> .....	109
В чём причина страданий духовных людей .....	110
Категории мировоззрения .....	111

<b>Свобода и ответственность</b> .....	118
Свобода воли .....	119
Свобода выбора .....	119
Свобода творчества .....	120
Свобода и ответственность .....	120
<b>Смысл жизни</b> .....	124
Смысл жизни и смерть .....	127

## Часть 2.

# ВЗАИМООТНОШЕНИЯ

<b>Люди разучились различать духов</b> .....	131
Непринятая книга .....	132
Стихиали .....	133
Всеведение .....	134
<b>Взаимодействие на тонких планах</b> .....	135
Энергоинформационное воздействие .....	135
Программы ДНК вторичны?! .....	136
Кармические узлы. Причины возникновения .....	138
<b>Языки Мира</b> .....	144
Об ощущениях, знаках, приметах и знаменьях .....	144
Астрология .....	173
Символы .....	177
Любите окружающий Мир .....	179
<b>Сон</b> .....	181
Мостик между прошлым и будущим .....	182
Как правильно спать .....	183
Как правильно пробуждаться .....	184
Работа со снами .....	188
Сонливое состояние .....	193
Учиться не бояться снов .....	194
<b>Гадания</b> .....	195
«Народные психологи» .....	196
Ясновидение .....	197

Программирование будущего . . . . .	198
Ответственность гадающего . . . . .	200
Ванга: «Всё predetermined» . . . . .	204
<b>Жизнь после смерти близкого</b> . . . . .	<b>208</b>
Контакты с потусторонним миром . . . . .	209
«Письма живого усопшего» . . . . .	210
Как пережить утрату . . . . .	233
<b>Шкала любви</b> . . . . .	<b>240</b>
<b>Приоритеты любви</b> . . . . .	<b>242</b>
Почему возникает иерархия любви? . . . . .	242
Первый круг любви . . . . .	244
Второй круг любви. Пара . . . . .	246
Третий круг любви. Дети . . . . .	248
Четвёртый круг любви . . . . .	248
Пятый круг любви . . . . .	249
Круг шестой . . . . .	250
Правильно расставляйте приоритеты . . . . .	250
<b>Главные задачи мужчины и женщины</b> . . . . .	<b>255</b>
Главная задача женщины . . . . .	255
Для чего существуют мужчины? . . . . .	256
В чём заключается первенство мужчины? . . . . .	256
«Полуфабрикаты» . . . . .	257
Мужчина в семье . . . . .	258
Сексуально озабоченные мужчины . . . . .	259
Царственное слово . . . . .	259
Мужские творящие импульсы . . . . .	260
<b>Отцовство</b> . . . . .	<b>262</b>
Роль отца в семье . . . . .	262
Влияние отца на судьбу ребёнка . . . . .	263
Влияние развода . . . . .	264
Энергетика связи отца и семьи . . . . .	265
<b>Семья — начало мудрости</b> . . . . .	<b>267</b>
Роль семьи . . . . .	267
Семья и духовность . . . . .	268
Крепкие семейные тылы — путь к успеху . . . . .	270
Семейный кризис . . . . .	271

---

Основа семьи — ЛЮБОВЬ! .....	272
Этапы жизненного развития человека .....	273
<b>Материнская любовь</b> .....	280
История формирования материнской любви .....	280
К чему приводит избыток материнской любви .....	283
Проявления материнской любви .....	287
<b>Любовный треугольник</b> .....	292
Заблуждение .....	293
Что такое мужественность .....	294
Любовь — это большой труд .....	295
Механизмы увода от любви .....	297
Развод. Создание новой семьи .....	299
Взаимодействия в любовном треугольнике .....	303
Проявления женщины в треугольнике .....	307
Какой хочет видеть женщину мужчина .....	308
Как не попасть в любовный треугольник .....	309
Посторонний маячок .....	314
Одиночество .....	317
Одинокая женщина и женатый мужчина. Как развивать отношения? .....	322
Любовный треугольник — путь к страданиям или «школа жизни»? .....	326
Правильный выход из треугольника .....	327
Храните и развивайте любовь .....	330
«Стерпится — слюбится». Типичная ошибка .....	332
<b>Любовь к родителям</b> .....	334
Чрезмерная любовь .....	334
Родители-«вампиры» .....	335
Отдаление от родителей .....	336
Решение проблем взаимоотношения родителей и детей .....	336
Родовые проблемы .....	338
<b>Род</b> .....	339
Что такое род .....	339
Значение рода на Руси .....	340
Почитание Троицы .....	341
Границы семьи и рода .....	342
Рождение общества и государства .....	342
Формирование роли семьи .....	345

<b>Семья — мафия</b> .....	347
Мафиозность. Причины возникновения .....	347
Роль женщины в зарождении мафиозности .....	352
<b>Национальная идея</b> .....	354
Религиозное мировоззрение .....	355
Терпение .....	357
Русь до и после Крещения .....	361
Русское Православие .....	362
Божественная любовь .....	365
Влияние и власть Церкви .....	366
Фундамент для нового мировоззрения .....	370
Вернуться к корням .....	372
Коммунистическая и христианская идеологии: общие черты .....	373
Национальная или общечеловеческая идея? Взгляд в прошлое .....	375
Отрыв прошлого от настоящего .....	378
Поиск национальной идеи .....	379
Миссия России .....	386
<b>Три ответа</b> .....	387
Какой момент жизни самый главный .....	387
Какой человек самый дорогой .....	387
Какое добро самое великое на земле .....	388

### Часть 3.

## УЧИМСЯ ЛЮБИТЬ

<b>Любовь — это радость</b> .....	391
<b>Вера в любовь</b> .....	392
<b>Остров Бали</b> .....	394
<b>Мелочи</b> .....	395
<b>Чай</b> .....	396
<b>Женщина — кто ты?</b> .....	397
<b>Посиделки</b> .....	398

---

<b>Униженный мужчина</b> .....	400
Пуританская мораль .....	400
Осторожно! Униженный мужчина опасен .....	401
Женщины, будьте мудрыми .....	403
<b>Любовь и зарплата</b> .....	404
Любите и уважайте себя .....	404
Уважайте и любите других .....	405
Не поддавайтесь влиянию .....	406
Укрепите «тылы» .....	406
Будьте мудрыми .....	407
<b>Любовь к Родине</b> .....	410
Россия — прекрасна! .....	410
Патриотизм .....	413
<b>Перекрёсток</b> .....	416
Как понять, что перекрёсток уже близко? .....	416
Каждая встреча — перекрёсток. Как не ошибиться в выборе пути .....	417
Советчики .....	418
Не сопротивляйтесь переменам .....	419
<b>Счастье</b> .....	421
Откуда появилось «счастье» .....	421
Счастье как категория .....	422
Ограничения .....	422
Подарок судьбы .....	423
Борьба за счастье .....	424
Радуйтесь каждому мгновению жизни .....	425
Учитесь быть счастливыми .....	426
<b>Напутствие</b> .....	429
<b>Приложение</b> .....	430





# ОТ АВТОРА

Обыденное и пережитое — первоисточник всех знаний.

По роду своей деятельности я встречался с очень многими людьми в быту, в многочисленных путешествиях и поездках по России и по другим странам. Теперь, осознавая значительно глубже свою взаимосвязь с ними и причины многих явлений и ситуаций в жизни, я понял, сколько я совершил ошибок сознательно, а чаще неосознанно.

Я заблуждался и вводил в заблуждение других, тем самым принося многим страдания. Я раздражался, гневался, обижался, боялся, отправляя в Мир далеко не лучшие вибрации. Теперь я понимаю, что Мир меня любил, любили люди и это было моим спасением во многих запредельных ситуациях.

И вот сейчас, через эту книгу, я **прошу прощения** у всех, кому доставил страдания, кому вовремя не помог, кого ввёл в заблуждение. В книге я стремлюсь выразить опыт «отработки» ошибок, раскрыть их причины с тем, чтобы люди, прочитавшие её, шли по жизни с меньшими страданиями.

Страдания – это не лучшая и, главное, не единственная форма приобретения опыта. **Каждый человек может жить без страданий. Я предлагаю жить так, чтобы не иметь проблем, а только решать задачи, которые осознаёшь и решение которых всегда можешь найти.**

Это моя первая большая книга, в ней я как бы расставляю флажки в направлении своих исследований. Каждая глава, а иногда и один абзац в дальнейшем могут стать началом большой темы. Например, глава «Любовный треугольник» хотя и представлена большим объёмом, но далека ещё от раскрытия многих граней.

А вот об эгрегорах упоминается в нескольких абзацах, но материала уже накоплено достаточно. В следующей книге я пред-

полагаю полностью раскрыть эту тему, так как она исключительно важна для правильного взаимодействия человека с Миром.

Никто не имеет права на истину в последней инстанции – каждый человек несёт свою истину и может идти своим путём, но многое, что необходимо понять на этом пути, является общим для всех. Поэтому я уверен, что пользу от прочтения этой книги получит каждый.

Кто с чем-то не согласен или что-то не понял – не спешите возражать, дочитайте книгу до конца. «Живая Этика» по этому поводу говорит: **«Не нарушайте праздника духа, хотя бы язык его был Вам непонятен. Непонятное сегодня станет понятным завтра»**. И если Вы так и не найдёте ответа на некоторые ответы, напишите мне, я готов ответить каждому. Возможно, благодаря этому мы вместе сделаем ещё один шаг к истине.

Эта книга позволяет мне ещё раз выразить огромную благодарность всем тем, с кем я встречался в жизни, благодаря кому, в той или иной степени, есть я и есть моё счастье! Я не хочу кого-либо называть – этот список имён занял бы целый том. Я благодарен всем тем, кого я не знаю, но кто сознательно или неосознанно также принимал участие в моей судьбе, находясь в разных планах бытия.

*С уважением и любовью,  
Анатолий Некрасов*

# ПРЕДИСЛОВИЕ

## (ко второму изданию)

Прошёл год со дня выхода в свет первого издания книги «Живые мысли». Я не планировал переиздание книги. Она завершала определённый этап моей жизни и мировоззрения.

«Живые мысли» уже дали побегу серии книг: «Семья – начало мудрости» и «Эгрегоры». И я не собирался возвращаться к уже изданному материалу.

Тираж разошёлся быстро, и стали поступать заявки на новое издание. Пришло много читательских откликов, которые дали понять, что книга нужна и она реально помогает. Марина из новосибирского Академгородка, кандидат наук, написала следующее: «Большое Вам спасибо за „Живые мысли“. Это подарок от Вас и Мира. Ваши мысли оказались настолько созвучны моей душе, настолько понятно и просто изложены, что при чтении я многократно испытывала радость от того, что появилась наконец по-настоящему мудрая книга для меня и для тех пяти тысяч счастливых, которых она нашла.

Новое „Воззрение на Мир“, я думаю, поможет многим людям задуматься над своей жизнью, страданиями и их причинами и, формируя новое мировоззрение, с Любовью изменить свою жизнь для Счастья...»

Геннадий из Тюмени, бизнесмен, прислал следующее послание: «В воскресенье пошёл на книжную ярмарку, и в поле зрения мне попала Ваша книга. Я как-то сразу почувствовал, что это именно то, что я искал, чего мне так не хватало.

В Ваших трудах я нашёл много полезного и очень много похожего с моими взглядами на жизнь. Некоторые главы я читал, и было радостно на душе, что есть на свете единомышленники. Самое главное, что Вы, Анатолий, помогли мне расставить точки над *i* и навести в моей голове порядок. Любовь мне дала книгу „Живые мысли“, за что ей очень благодарен».

Алёна из Торонто, Канада, психотерапевт, написала: «С удовольствием прочитала Вашу книгу „Живые мысли“, в которой я нашла подтверждение всей своей жизни. Я сама психотерапевт, естественно, всегда приходится общаться с людьми, разбирать ту или иную жизненную ситуацию, ведь большая часть людей хотят, чтобы им кто-то помогал.

Но каждый может всё найти в себе, только нужно потянуть за нужную ниточку. Поэтому огромное спасибо за Вашу книгу. Я считаю, что она прогрессивная и нужная. Я сама практик и читаю лекции по психологии в Академии альтернативной медицины в Торонто. Материалы книги помогли мне в моих лекциях и в моей практике. Желая Вам творческих успехов и побольше таких книг, объясняющих людям, Кто Они Есть».

Подобные послания убедили меня в том, что книга ещё будет приносить пользу. Просто повторить издание я не хотел, а серьёзно перерабатывать материал совершенно нет времени – в работе находятся новые произведения. И здесь Книга сама мне помогла.

С её помощью я встретился с удивительным художником Александром Лаврухиным. Его называют «мастером визуальной поэзии». Рисунки художника создали замечательный графический аккомпанемент текстовому материалу. Теперь при прочтении книги ещё больше начинает действовать воображение, что углубляет восприятие и делает мысли ещё более живыми.

А. Некрасов

# ПРЕДИСЛОВИЕ

Я в этот мир пришёл, — богаче стал ли он?  
Уйду, — великий ли потерпит он урон?  
О, если б кто-нибудь мне объяснил, зачем я,  
Из праха вызванный, вновь стать им обречён?

*Омар Хайям*

**В** настоящее время написано много книг о духовности, о стремлении к лучшей жизни. Опыт каждого автора интересен по своему. Одни призывают к духовному движению, к Богу, полагая, что в реальной жизни всё устроится само собой. Другие предлагают духовные практики для достижения здоровья, богатства.

В этой книге предлагается самому сотворить свою счастливую жизнь, опираясь на духовность как на глубочайшую человечность, то есть на единство Духа и Материи. И если Вам в руки пришла эта книга – значит, в ней есть что-то именно для Вас! У Гёте в «Фаусте» есть слова:

*Пергамент не утоляет жажды.  
Ключ мудрости не на страницах книг.  
Кто к тайнам жизни рвётся мыслью каждой,  
В своей душе находит их родник.*

Да, живое слово и, главное, общение с самим собой подвигают к истине. Но сегодняшний человек, воспитанный многими поколениями на печатном слове, воспринимает его как необходимую часть своей жизни, а иногда и как главный источник знаний. Да и могли бы мы знать о Гёте, не имея книги? Книга ещё долго будет главным источником познания Мира.

Ключом мудрости является Любовь, и она в сердце человека, в том числе и у пишущего книгу. И чем больше звучит любви в словах автора, тем на большей глубине сердца происходит резонанс с читателем. Таким образом, ключ мудрости позволяет открывать дверь за дверью, бесконечную тайну жизни.