



05.11.16.

Дорогая Великая Богиня, я приветствую Тебя! Мне сегодня хочется исследовать структуры разума, о которых говорит Сет.

«У вас есть некоторые базовые допущения, которые являются основными убеждениями. Вы считаете их определениями. Они настолько стали частью вас, что вы принимаете их как само собой разумеющееся».

Оценивая события методом ассоциаций, вы подходите близко к тому, чтобы свободно исследовать содержимое своего разума. Вы должны осознавать наличие структур.

Чтобы ясно увидеть, что находится в вашем разуме, вы должны разобрать мысленные структуры, проследить за ними, не вынося оценок, не сравнивая их с рамками ваших убеждений.

Структурированные убеждения объединяют и удерживают ваше существование, можно сказать, упаковывают. Такие убеждения могут таить в себе сюрпризы. Сняв с них крышку, вы часто понимаете, что под ней скрыта ценная информация, которой здесь не место.

Искусственно структурированные идеи могут скапливаться вокруг стандартных базовых убеждений.

В силу своей интенсивности и благодаря вашим привычкам базовое убеждение часто притягивает себе подобные. Они за него держатся. Если вы не привыкли анализировать собственный разум, то можете позволить образование подобных наростов на убеждениях, пока не перестанете отличать одно от другого. Процесс может достичь таких масштабов, что весь ваш опыт будет рассматриваться через подобное разрастание идей. А сведения, которые не кажутся связанными с этим базовым убеждением, не используются, а отправляются в дальние уголки разума.

Такие хранилища неактивного материала могут находиться в разных зонах разума. Информация, которая в них содержится, не становится частью организованной структуры ваших обычных мыслей. Хотя она **доступна** сознательно, вы в значительной степени слепы в ее отношении.

Если вы заставили себя поверить, что эта информация **недоступна**, вам не придет в голову искать ее в сознательной части разума».

Дж. Робертс. «Природа личной реальности»

Речь идет о базовых структурах сознательного разума, зонах разума, искусственно структурированных идеях, базовых убеждениях. О дальних уголках, о наростах на базовых убеждениях, о связях между группами, об исследовании всего этого. «Стройте их, разрушайте, только не позволяйте себе оставаться слепым к устройству собственного разума». «Представьте себе свои убеждения как мебель, которую можно переставлять, менять обновлять, полностью выбрасывать или заменять». Идея хорошая,

с чего начать? Какую мебель переставить, а что выбросить совсем? Сет предлагает оценивать события методом ассоциаций. Мне хочется посмотреть на все это сверху и разобраться. Помоги, пожалуйста.

В.Б.: Вот сейчас мы начинаем основную часть нашей книги, самое важное впереди. Убеждения можно разделить на процессы, идеи о себе, идеи о других и обществе в целом и о физической реальности. Это основные блоки. У тебя возник и оформился блок убеждений о высшей реальности, который дополняется через путешествия с Солнечным Братством.

Давай по порядку посмотрим на все эти части убеждений - как они сочетаются или мешают друг другу. Основное убеждение, которое мешает всем людям на Земле – что они люди в физической форме и больше никто. «Я тело, потребляющее пищу только физическую, ну еще воздух и воду». Есть люди, которые оспаривают эти убеждения и перестают есть физическую пищу, добывая её себе из воздуха путем энергетических упражнений. Их убеждение, что не обязательно есть через пищевой канал, можно питаться энергией напрямую. И это убеждение вполне работает для тех, кто специализируется на потреблении энергии через упражнения.

Такие люди убеждены, что их тонкие структуры обеспечат их физическую структуру тела. Если такого убеждения нет или оно слабо, человек умирает от голода или анорексии.

В твоём разуме уже сложилось убеждение, что тонкие структуры твоей личности должны быть каждая в своей реальности, и твое физическое тело питается свойственной ему пищей, а энергетические тела обеспечивают себя энергией для своих уровней. Ты не пытаешься «бежать впереди паровоза», и это твое убеждение.

Итак, что такое базовые убеждения? Они о теле, о движениях, о пище, о безопасности, о комфорте существования, о продолжительности жизни, о заболеваниях тела и души, о том, как устроено социальное общество, в котором ты живешь, о физической реальности пространства и времени. Такие убеждения находятся в сознательном разуме, и их не надо искать. «Тело мягкое, теплое, живое, требует подпитки пищей, водой, движениями, свежим воздухом».

Менее основательные допущения – тело здоровое или больное, красивое или безобразное, мне тепло или холодно, я устала или нет, я голодна или это привычка есть. Это как раз те части, которые группируются вокруг базовых убеждений и их довольно легко обнаружить, если отслеживать свои мысли.

Дальше можно посмотреть на нюансы этих менее базовых убеждений. Что такое красота в моем понимании, что такое здоровье для меня лично, что такое душевный покой для меня (один считает душевным покоем тишину, другой наслаждается музыкой, а третий играет с собакой или друзьями на природе).

Как я питаюсь, когда я принимаю пищу, что такое голод для меня, что такое здоровое питание, насколько серьезно я отношусь к тому, что ем?

Это паттерны анализа, которые можно распространить на все остальные базовые допущения.

Мне хотелось бы распространить их на физические параметры планеты – время и пространство. Как было бы здорово поколебать эту незыблемость в своем разуме! Мы убеждены, что время нельзя обратить вспять и что пространство надо преодолевать, и для этого нужны силы, время, лучше транспорт и т.д. Убеждения, группирующиеся вокруг понятия «время» такие: мне не хватает времени на все мои дела. Или я делаю свои дела медленно. Или я неправильно обращаюсь со временем.

Давай подумаем вместе. Зачем тебе столько дел, если ты находишься в цейтноте?

Кто управляет твоим временем? Как можно решить проблему управления временем?

Будешь ли ты счастливее, если переделаешь все свои дела?

Как можно унифицировать твои дела?

Как их можно разделить на важные и неважные ?

Все это я знаю, да, делила. Но на продумывание своих важных и неважных дел столько времени уходит! И все равно все дела нужно делать, никуда не денешься, важные они или нет. И я стараюсь неважные дела использовать в качестве отдыха между важными. Смена деятельности.

Почему я так устроена, что не могу сидеть без дела? Мне бесполезно отдыхать, это всегда тоже дело.

Согласись, что некоторые дела ты сумела передать другим людям. И твое убеждение, что дел у тебя много, неправильное. Оно о прошлом, когда ты совмещала работу и ченнелинги, школу и семинары. Сейчас ты дома, и дел у тебя немного. Они идут, несмотря на твои мысли и убеждения, и идут не спеша. Остановись и просмотри свой день. У тебя немного дел, и ты успеваешь отдыхать. Смени свои убеждения, и ты сможешь спокойнее относиться ко всем событиям твоей жизни. Из твоего разума уйдет цейтнот. Он только в голове. Ты все успеваешь и, благодаря смене деятельности, не устаешь.

А теперь представь, что дел у тебя стало в два раза меньше. Интересно так жить?

Любопытно, что убеждение, что дел много, не уходит... Значит, это действительно, только в голове, и оно не зависит от количества дел! Вот так открытие! И я обнаружила источник убеждения – моя мама, которая всегда спешила, у нее действительно, при такой загрузке, было дел невпроворот... И в пожилом возрасте она просто иногда бесполезно суежилась, находясь в убеждении, что ничего не успевает...

Но я же убеждена при этом, что все успеваю! На все есть время!

А это другое убеждение. Вот мы нашли противоречие, которое не дает тебе покоя. С

одной стороны, ты все делаешь быстро и много дел успеваешь переделать, с другой стороны, тебе все время кажется, что дел стало только больше! Откуда возникают дела?

Из жизни! Нужно (перечисляю свои дела) и отдохнуть немного!

Отдыхай всегда, смени отношение к своим занятиям! Ты же занимаешься хобби, не работой! Любимое дело, да еще дома, всегда отдых!

Ты всегда, чем бы ты ни занималась, отдыхаешь! Как сейчас. Просто отдых – это не сон или бездумное лежание, он разнообразный.

Теперь поговорим о пространстве. Здесь сложнее найти ваши убеждения и противоречия. Основное убеждение - что пространство не зависит о тебя. Оно данное раз и навсегда.

Ну да, даже есть места силы и антисилы.

Конечно, есть такие места. Но вы можете своей психической силой изменить свое пространство на плюс или минус. Вы воздействуете своими убеждениями и природой психики на создание благоприятной и неблагоприятной обстановки дома, например.

Да, все в голове...

Вы можете выбрать себе пространство по вкусу и переехать туда жить, усиливая его благоприятные черты и ослабляя недостатки, например, очистить его. Вы можете зарядить пространство своим энтузиазмом или ослабить своим безволием. Вы можете преодолевать пространство при помощи мысли, посылать энергии на расстояние, рассматривать людей в других городах, чувствовать неблагоприятные или благоприятные события и пр.

Как бы мне хотелось оставить лес около нас неприкосновенным на много лет! Могу ли я «заколдовать» это пространство, чтобы оно оставалось таким же нетронутым?

Ты можешь пожелать, просить и любить свой лес таким, какой он есть сейчас. Пусть будет так!

Сегодня мы завершаем, но прикоснемся к этой теме еще не раз.