



Мигел Руис

Четирите споразумения
или практическо ръководство за
лична свобода
или толтекска книга на мъдростта

Толтеките

Преди хиляди години толтеките били известни из цяло Южно Мексико като „жени и мъже на познанието“. Антрополозите говорят за тях като за нация или раса, но всъщност това било общност от учени и творци, изучаващи и съхраняващи познанието и духовните практики на древните. Събирали се като учители (нагуали) и ученици в Теотихуакан, древния град на пирамидите край Мексико Сити, известен като мястото, където „Човекът става Бог“.

В течение на векове нагуалите били принудени да крият древната мъдрост и да поддържат съществуването ѝ в тайна. Европейското нашествие и честите злоупотреби с личната сила от страна на някои ученици довели до необходимостта знанието да се крие от неподготвените да го използват мъдро или от онези, които биха могли преднамерено да злоупотребят с него за лична изгода.

За щастие, езотеричното толтекско познание се запазило и се предавало от поколение на поколение от различни родове нагуали. Макар и да останали в тайна в продължение на стотици години, древните пророчества предсказали настъпването на ера, когато древната мъдрост трябва да бъде върната на хората. Сега дон Мигел Руис, нагуал от рода на Рицаря на Орела, е насочен да сподели с нас могъщите учения на толтеките.

Толтекското познание произлиза от универсалния източник на истината, като всички останали свещени езотерични традиции по целия свят. Въпреки че не е религия, то почита всички духовни учители, проповядвали на Земята. Макар и духовно по същността си, по-точното му описание е начин на живот, който се отличава с бързо постигане на щастие и любов.

ВЪВЕДЕНИЕ

Замъгленото огледало

ПРЕДИ ТРИ ХИЛЯДИ ГОДИНИ близо до скътан сред планини град живеел един човек, досущ като вас и мен. Той учел за лечител, искал да усвои познанията на своите предци, но не бил съвсем съгласен с всичко, което научавал. В сърцето си усещал, че трябва да има нещо повече.

Един ден, докато спял в една пещера, сънувал, че вижда собствено-то си спящо тяло. Излязъл от пещерата в нощ на новолуние. Небето било ясно, обсипано с милиони звезди. Тогава вътре в него се случило нещо, което променило живота му завинаги. Погледнал ръцете си, опипал тялото си и чул собствения си глас да казва: „Аз съм направен от светлина; аз съм направен от звезди“.

Погледнал отново звездите и осъзнал, че не звездите създават светлината, а по-скоро светлината създава звездите. „Всичко е направено от светлина – рекъл той – и междинното пространство не е празно“. И разбрал, че всичко съществуващо всъщност е едно живо същество, а светлината е вестносецът на живота, защото е жива и съдържа цялата информация.

После осъзнал, че макар да е направен от звезди, той не е тези звезди. „Аз съм междузвездното“, помислил си той. Така че нарекъл звездите тонал, а светлината по-между им – нагуал, и си дал сметка, че онова, което създава хармонията и пространството между двете, е Животът или Намерението. Без живота тоналът и нагуалът не могат да съществуват. Животът е силата на абсолютното, върховното, Творецът, който създава всичко. Ето какво открил: всичко съществуващо е проява на единното живо същество, което наричаме Бог. Всичко е Бог. И стигнал до извода, че човешкото възприятие е само светлина, възприемаща светлина. Освен това осъзнал, че материята е огледало – всичко е огледало, отразяващо светлината и създаващо от нея образи – и светът на илюзията, Сънят, е досущ като мъгла, която не ни позволява да видим истинската си същност. „Истинската ни същност е чиста любов, чиста светлина“, – казал той.

Това прозрение променило живота му. След като проумял истинската си същност, той насочил поглед към останалите хора и към природата и останал изменен от видяното. Видял себе си във всичко – във

всеки човек, във всяко животно, във всяко дърво, във водата, в дъжда, в облаците и в почвата. И разбрал, че животът смесва тонала и нагуала по различни начини, за да създаде милиарди проявления на живота.

През тези няколко мига той разбрал всичко. Бил много развълнуван и сърцето му се изпълнило с покой. Няма търпение да разкаже на близките си какво е открил. Но не разполагал с думи да го обясни. Опитал се да разкаже на другите, но те не го разбирали. Виждали, че се е променил, че очите му и гласът му излъчват някаква красота. Забелязали, че вече не осъжда нищо и никого. Различавал се от всички останали.

Разбирал всекиго много добре, но никой не можел да разбере него. Вярвали, че е възплъщение на Бога, а той се усмихвал, когато го чуел, и отвърщал: „Вярно е. Аз съм Бог. Но ти също си Бог. Ние сме едно и също, ти и аз. Ние сме образи от светлина. Ние сме Бог“. Но хората пак не разбирали.

Той открил, че е огледало за останалите хора, огледало, в което виждал себе си. „Всеки е огледало“, казал той. Виждал себе си във всекиго, но никой не виждал в него себе си. И той разбрал, че всички сънуват, но без да го съзнават, без да знаят какво представляват всъщност. Не можели да видят себе си в него, защото между огледалата съществувала стена от мъгла или дим, съставена от тълкуванията на образи от светлина – Сънят на хората.

Тогава разбрал, че скоро ще забрави всичко научено. Искал да запомни всичките си видения, така че започнал да нарича себе си Замъгленото огледало, за да не забравя никога, че материята е огледало, а междинният дим ни пречи да разберем какво представляваме. Той казал: „Аз съм замъгленото огледало, защото виждам себе си във всеки от вас, но не се познаваме заради дима помежду ни. Този дим е Сънят, а огледалото си ти, сънуващият“.

Лесно е да живееш със затворени очи, изопачавайки всичко
видяно...

Джон Ленън

Опитомяване и сънят на планетата

ОНОВА, КОЕТО ВИЖДАТЕ и чувате в този миг, е само сън. Сега, в настоящия момент, вие сънувате. Сънувате с буден мозък.

Сънуването е основната функция на ума и умът сънува двадесет и четири часа в денонощие. Той сънува, когато мозъкът е буден и когато мозъкът спи. Разликата е, че когато мозъкът е буден, съществува материална рамка, която ни кара да възприемаме предметите линейно. Когато заспим, не разполагаме с рамката и сънят има склонността постоянно да се променя.

Хората непрекъснато сънуват. Преди ние да се родим, предците ни са създали голям външен сън, който ще наричаме колективен сън или съня на планетата. Сънят на планетата е сборът от милиарди по-малки, индивидуални сънища, които заедно образуват съня на семейството, на общността, на града, на държавата, и накрая – съня на цялото човечество. Сънят на планетата включва всички норми на обществото, неговите вярвания, закони, религии, неговите различни култури и начини на живот, неговите правителства, училища, обществени събития и празници.

Ние се раждаме със способността да се научим как да сънуваме и родените преди нас ни учат да сънуваме по приетия от обществото начин. Външният сън има толкова много правила, че когато се ражда нов човек, ние привличаме вниманието му и запознаваме ума му с тях. Външният сън използва мама и татко, училищата и религията, за да ни научи как да сънуваме.

Вниманието е способността ни да разграничаваме и да се съсредоточаваме само върху онова, което искаме да възприемем. Можем да възприемаме милиони неща едновременно, но, използвайки вниманието си, съумяваме да задържим желаното на преден план в ума си. Заобикалящите ни възрастни са привлечени вниманието ни и са вкарвали в ума ни информация посредством повторение. Именно по този начин сме научили всичко, което знаем.

Използвайки вниманието си, ние сме изучили цяла реалност, цял сън. Научили сме се как да се държим в обществото: на какво да вярваме и на какво – не; кое е приемливо и кое – неприемливо; кое е добро и кое – лошо; кое е красиво и кое е грозно; кое е правилно и кое – неправилно. Всичко вече е там – цялото това знание, всичките правила и представи за това как да се държим в света.

В училище сте седели на малко столче и сте слушали внимателно на какво ви учи учителят. В църквата сте внимавали какво ви казва свещеникът или проповедникът. Същото важи и по отношение на мама и татко, братята и сестрите: всички те са се опитвали да привлекат вниманието ви. Ние също се научаваме да привличаме вниманието на другите хора и развиваме почти непреодолима потребност за внимание. Децата се съревновават за вниманието на родителите си, на учителите си и на своите приятели. „Виж ме! Виж какво правя! Ей, аз съм тук!“ Нуждата от внимание става много силна и продължава в зрелостта. Външният сън приковава вниманието ни и ни учи на какво да вярваме, започвайки с езика, на който говорим. Езикът е кодът за разбиране и общуване между хората. Всяка буква, всяка дума в езика е споразумение. Наричаме това страница в книга; думата *страница* е споразумение, което разбираме. След като сме разбрали кода, вниманието ни е привлечено и енергията е преминала от един човек в друг.

Не вие сте избрали да говорите английски. Не сте избрали религията си и моралните си ценности – те вече са били тук, преди да се родите. Никога не сме имали възможността да избираме в какво да вярваме или на какво да не вярваме. Никога не сме избирали дори и най-маловажните от тези споразумения. Не сме избрали дори собственото си име.

Като деца не сме имали възможността да избираме убежденията си, но сме се *съгласили* с информацията, предадена ни от съня на планетата чрез другите хора. Единственият начин за съхраняване на информация е чрез споразумение, чрез съгласие. Външният сън може да привлече вниманието ни, но ако не се съгласим, ние не запазваме информацията. Съгласим ли се обаче, започваме да *вярваме* и това се нарича вяра. Да имаш вяра означава да вярваш безусловно.

Ето така се учим като деца. Децата вярват на всичко, казано от възрастните. Ние се съгласяваме с тях и вярата ни е толкова силна, че системата от вярвания контролира целия ни сън за живота. Не ние сме избрали тези вярвания, може дори да сме се бунтували срещу тях, но не сме били достатъчно силни, за да извоюваме победа. Резултатът е отстъпване пред вярванията с наше *съгласие*.

Аз наричам този процес *опитомяване на хората*. Посредством него ние се научаваме как да живеем и как да сънуваме. При човешкото опитомяване информацията от външния сън се предава на вътрешния, формирайки целия ни мироглед. Първо учат детето да назовава предметите: мама, татко, мляко, бутилка. Ден след ден, вкъщи, в училище, в църквата и от телевизията ни казват как да живеем, кой тип поведение е

приемливо. Външният сън ни учи как да бъдем хора. Имаме цялостна престава какво е „жена“ и какво е „мъж“. Научаваме се също така да съдим: да съдим себе си, да съдим другите, да съдим ближните си.

Децата се дресират по същия начин, по който дресиране куче, котка или друго животно. За да научим кучето на нещо, ние го наказваме и го награждаваме. Дресиране децата си, макар да ги обичаме безкрайно, по същия начин, по който дресиране всяко домашно животно: чрез системата от наказания и награди. Казват ни: „добро момче“ или „добро момиче“, когато правим онова, което мама и татко искат да направим. В противен случай сме „лошо момче“ или „лошо момиче“.

Когато сме престъпвали правилата, са ни наказвали; когато сме ги спазвали – сме получавали награда. Наказвали са ни много пъти на ден и са ни награждавали много пъти на ден. Скоро сме започнали да се боим от наказанията, както и да не би да не получим награда. Наградата е вниманието на родителите ни или на други хора – братята и сестрите, учителите, приятелите. Скоро развиваме потребността да привличаме вниманието на другите, за да си получим наградата.

Наградата е приятна и ние продължаваме да правим онова, което другите искат от нас, за да я получим. Заради страха от наказанието и лишаването от награда започваме да се преструваме на такива, каквито не сме, само за да угодим на околните, само за да бъдем достатъчно добри за някой друг. Опитваме се да се харесаме на мама и на татко, на учителите в училище, на църквата и така започваме да играем роля. Преструваме се на такива, каквито не сме, от страх да не бъдем отхвърлени. Страхът да не бъдеш отхвърлен се превръща в страх от това, че не си достатъчно добър. Накрая се превръщаме в някой, който не сме. Ставаме копие на убежденията на мама, убежденията на татко, убежденията на обществото и религиозните вярвания.

Всичките ни естествени наклонности се изгубват в процеса на опитомяване. И когато станем достатъчно големи, за да започне умът ни да разсъждава, научаваме думата „не“. Възрастните казват: „Не прави това, не прави онова“. Ние въставаме и заявяваме: „Не!“ Бунтуваме се, защото браним свободата си. Искаме да бъдем самите себе си, но сме много малки, а възрастните – големи и силни. След известно време започваме да се боим, защото знаем, че всеки път, когато направим нещо не както трябва, получаваме наказание.

Опитомяването е толкова могъщо, че в определен момент от живота вече не ни е нужен опитомител. Нямаме нужда от мама или татко, училището или църквата, за да ни опитомяват. Дресиране сме толкова

добре, че се превръщаме в свой собствен дресьор. Ние сме самодресиращо се животно. Сега можем да се опитомяваме съгласно заложения в нас мироглед и посредством същата система от наказания и награди. Наказваме се, когато престъпваме правилата на системата си от вярвания; награждаваме се, когато сме „добро момче“ или „добро момиче“.

Мирогледът напомня управляващ ума ни кодекс. Всичко в този кодекс е наша безпрекословна истина. Съобразяваме преценките си с него, даже и вътрешната ни природа да протестира. Дори и моралните закони като Десетте Божи Заповеди са заложени в ума ни в процеса на опитомяване. Едно след друго, всички тези споразумения стават част от кодекса и управляват съня ни.

В умовете ни има нещо, което преценява всичко и всички, включително времето, кучето, котката – всичко. Вътрешният Съдник използва съдържанието на кодекса, за да прецени всичко, което правим и не правим, мислим и не мислим, чувстваме и не чувстваме. Всичко се подчинява на тиранията на този Съдник. Всеки път, когато сторим нещо, престъпващо кодекса, Съдникът ни обявява за виновни, заслужаващи наказание и длъжни да изпитваме срам. Това се случва много пъти на ден, ден след ден през всичките години от живота ни.

Една друга част от нас е подложена на осъждане и тази част се нарича жертвата. Жертвата понася обвинението, вината и срама. Това е онази част от нас, която казва: „Горкият аз, не съм достатъчно добър, не съм достатъчно умен, не съм достатъчно привлекателен, не заслужавам любов, тежко ми“. Големият Съдник се съгласява и казва: „Да, не си достатъчно добър“. И всичко това е основано на мироглед, който никога не сме избирали. Той е толкова силен, че дори години по-късно, когато се запознаем с нови концепции и се опитаме да вземем собствени решения, откриваме, че убежденията ни продължават да ръководят живота ни. Всичко, което е в разрез с кодекса, предизвиква странно усещане в слънчевия ви сплит и то се нарича страх. Нарушаването на правилата в кодекса отваря емоционалните ви рани и реакцията ви е да произведете емоционална отрова. Тъй като всичко в кодекса се приема за вярно, всяко предизвикателство към убежденията ви ви изпълва с несигурност. Дори кодексът да греши, той ви кара да се *чувствате сигурни*.

Ето защо ни е необходима голяма смелост, за да въстанем срещу собствените си убеждения. Защото дори да знаем, че не сме ги избрали, истината е, че сме се съгласили с всички тях. Споразумението е толкова силно, че дори да се убедим в неговата погрешност, изпитваме вината и срама, възникващи при нарушаването на тези правила.

Точно както правителството разполага със закони, управляващи колективния сън, нашите убеждения са кодексът, управляващ индивидуалния ни сън. Всички тези закони съществуват в ума ни, ние им вярваме и Съдникът в нас основава всичко на тези правила. Съдникът отсъжда и жертвата понася вината и наказанието. Но кой казва, че в този сън има справедливост? Истинската справедливост е да плащаш само веднъж за сторената грешка. Истинската *несправедливост* е да плащаш повече от веднъж за сторената грешка.

Колко пъти плащаме за една грешка? Отговорът е – хиляди пъти. Човекът е единственото животно на земята, което плаща хиляди пъти за същата грешка. Останалите животни плащат по веднъж за всяка направена грешка. Но не и ние. Ние имаме могъща памет. Правим грешка, осъждаме се, намираме се за виновни и се наказваме. Ако съществува справедливост, това би било достатъчно; не е необходимо да го правим отново. Но всеки път, когато си спомним, ние отново се съдим, отново се чувстваме виновни и се наказваме отново и отново и отново. Ако имаме съпруг или съпруга, той също ни напомня за грешката, така че да можем отново да се осъдим, да се накажем и да се почувстваме виновни. Нима това е честно?

По колко пъти принуждаваме съпрузите, децата или родителите си да плащат за същата грешка? Всеки път, когато си спомним за грешката, ние отново ги обвиняваме и им изпращаме всичката емоционална отрова, породена от несправедливостта, и после ги принуждаваме отново да платят за грешката. Справедливост ли е това? Съдникът в ума греши, защото системата от вярвания, кодексът греши. Целият сън почива върху фалшив закон. Деветдесет и девет процента от складираните в умовете ни убеждения не са нищо друго, освен лъжи, и ние страдаме, защото вярваме на всички тези лъжи.

В съня на планетата е нормално хората да страдат, да живеят в страх и да създават емоционални драми. Външният сън не е приятен сън; това е сън, изпълнен с жестокост, страх, войни и несправедливост. Индивидуалните сънища на хората се различават, но като цяло са предимно кошмари. Ако се вгледаме в човешкото общество, виждаме едно много трудно за живеене място, защото го управлява страхът. Из целия свят срещаме човешко страдание, гняв, отмъщение, наркомании, насилие по улиците и огромна несправедливост. Макар да съществува в различна степен в различните държави, страхът контролира външния сън.

Ако сравним съня на човешкото общество с описанието на ада във всички световни религии, откриваме, че са абсолютно еднакви.

Религиите рисуват ада като място на наказание, място на страх, болка и страдание, място, където огънят те изгаря. Огънят е породен от – произтичащите от страха емоции. Винаги, когато изпитваме гняв, ревност, завист или омраза, ние усещаме изгарящия ни огън. Живеем в адски сън.

Ако приемем ада за състояние на ума, тогава той е навсякъде около нас. Другите може да твърдят, че ако не правим, каквото са ни казали да правим, ще отидем в ада. Не е вярно! Ние вече сме в ада, включително и онези, които ни заплашват. Никой не може да изпрати някого в ада, защото вече сме в него. Наистина, другите могат да направят ада още по-лош. Но само ако го позволим.

Всеки човек си има свой собствен индивидуален сън и също като колективния сън, той често се управлява от страха. Учим се да сънуваме ада в собствения си живот, в индивидуалния си сън. Разбира се, тези страхове се проявяват по различни начини при всеки човек, но всички изпитваме гняв, ревност, омраза, завист и други негативни емоции. Индивидуалният ни сън може да се превърне в постоянен кошмар, в който страдаме и живеем в страх. Но не е необходимо да сънуваме кошмари. Можем да се насладим на приятен сън.

Цялото човечество търси истина, справедливост и красота. Обречени сме вечно да търсим истината, защото вярваме само в складираните в умовете ни лъжи. Търсим справедливост, защото в системата ни от вярвания няма справедливост. Търсим красота, защото, независимо колко красив е човекът, ние не вярваме, че той притежава красота. И продължаваме да търсим и да търсим, когато всичко е вече вътре в нас. Няма истина, която да открием. Тя е навсякъде около нас, но поради складираните в умовете ни споразумения и убеждения сме неспособни да я видим.

Не виждаме истината, защото сме слепи. Заслепяват ни всички онези фалшиви убеждения в нашите умове. Изпитваме необходимост да бъдем прави и да изкараме другите криви. Доверяваме се на онова, в което вярваме, и нашите убеждения ни обричат на страдание. Сякаш живеем в мъгла, която не ни позволява да видим по-далеч от носа си. Живеем в мъгла, която дори не е реална. Тази мъгла е сън, собственият ви сън за живота – убежденията ви, всичките ви представи за вашата същност, всичките ви споразумения с другите, със себе си и дори с Бог.

Целият ви ум е мъгла, която толтеките наричат *митоте*. Умът ви е сън, в който хиляди хора говорят едновременно и никой никога не разбира. Това е състоянието на човешкия ум – едно голямо *митоте* и заради това голямо *митоте* не можете да видите истинската си същност. В

Индия *митоте* наричат *майя*, което означава илюзия. Това е представа на личността за „Аз съм“. Всичко, което вярвате за себе си и за света, всичките представи и програми в ума ви, са *митоте*. Не можем да видим кои сме всъщност; не можем да осъзнаем, че не сме свободни. – Ето защо хората се съпротивляват на живота. Да бъдеш жив е най-големият страх на човека. Смъртта не е най-страшното за нас; най-големият ни страх е да поемем риска да бъдем живи – риска да бъдем живи и да изразяваме истинската си същност. Да бъдеш самия себе си е най-големият страх на човека. Научили сме се да живеем, опитвайки се да удовлетворим изискванията на другите. Научили сме се да живеем според представите на други хора от страх, че няма да ни приемат и няма да бъдем достатъчно добри за някой друг.

В процеса на опитомяване формираме представата си за съвършенство, за да се опитаем да бъдем достатъчно добри. Представяме си какви трябва да бъдем, за да ни приемат всички. Упорито се стараем да угодим на хората, които ни обичат – на мама и татко, на по-големите братя и сестри, на свещениците и на учителите. Опитвайки се да бъдем достатъчно добри за тях, ние си създаваме представа за съвършенството, но не отговаряме на тази представа. Никога няма да бъдем съвършени от тази гледна точка. Никога!

Тъй като не сме съвършени, ние отхвърляме самите себе си. Равнището на самоотхвърляне зависи от това колко добре са успели възрастните да разрушат нашата цялостност. След опитомяването вече не става въпрос за това дали си достатъчно добър за някой друг. Ние не сме достатъчно добри за себе си, защото не отговаряме на собствената си представа за съвършенство. Не можем да си простим, че не сме онова, което желаем да бъдем, или по-скоро онова, което *вярваме*, че трябва да бъдем. Не можем да си простим, че не сме съвършени.

Знаем, че не сме онова, което вярваме, че трябва да бъдем, и затова се чувстваме фалшиви, разочаровани и безчестни. Опитваме се да се скрием и играем роля. В резултат се чувстваме неавтентични и носим социални маски, за да попречим да другите да го забележат. Ужасно се боим да не би някой да забележи, че не сме онова, на което се правим. Преценяваме и другите съгласно представата си за съвършенство и, съвсем естествено, те също не отговарят на очакванията ни.

Унижаваме се само за да угодим на околните. Дори вредим на физическите си тела само и само да бъдем приети от другите. Виждаме младежи, които взимат наркотици, за да не бъдат отхвърлени от връстниците си. Те не разбират, че проблемът е в собственото им

самоотхвърляне. Отхвърлят себе си, защото не са онова, на което се правят. Искат да бъдат някакви, но не са, и затова се срамуват и се чувстват виновни. Хората непрестанно се самонаказват, защото не са онова, което вярват, че трябва да бъдат. Самоизмъчват се и предизвикват и другите да ги измъчват.

Но никой не ни измъчва така, както се измъчваме самите ние и именно Съдникът, жертвата и системата от вярвания ни принуждават да го правим. Да, има хора, които казват, че съпругът, съпругата, майка им или баща им ги е малтретирал, но вие знаете, че ние малтретираме себе си много повече. Вътрешният ни съдия е най-лошият от всички съдии. Ако направим грешка пред хората, опитваме се да я отречем и прикрием. Но щом останем сами, Съдникът се изправя в цялата си сила, чувството за вина става нетърпимо и ние се чувстваме ужасно глупави, лоши или жалки.

Никой в живота ви не ви е унижавал повече, отколкото сте се унижавали сами. И границата на самоунижението ви е точно границата на унижението, което ще търпите от някой друг. Ако някой ви унижава малко повече, отколкото се унижавате сами, вероятно ще го напуснете. Но ако ви унижава малко по-малко, отколкото се унижавате сами, вероятно ще продължите връзката и ще търпите до безкрай.

Ако стигате до крайности в самоунижението, може дори да търпите някой, който ви бие, оскърбява и се държи с вас като с отрепка. Защо? Защото вътрешно си казвате: „Аз го заслужавам. Този човек ми прави услуга като е с мен. Не заслужавам любов и уважение. Не съм достатъчно добър“.

Имаме нужда да бъдем приемани и обичани от другите, но не можем да приемем и обичаме себе си. Колкото по-голяма е любовта ни към самите нас, толкова по-малко ще се самоизмъчваме. Самоизмъчването идва от самоотхвърлянето, а самоотхвърлянето – от представата ни за съвършенството и непостижимостта на този идеал. Представата ни за съвършенство е причина и да се самоотхвърляме и да не приемаме и себе си, и другите такива, каквито са.

ПРЕЛЮДИЯ КЪМ НОВ СЪН

Има хиляди споразумения, които сте сключили със себе си, с другите хора, със съня си за живота, с Бог, с обществото, с родителите, със съпруга и с децата си. Но най-важни са споразуменията, сключени със самия себе си. В тях заявявате кой сте, какво чувствате, в какво вярвате и как ще се държите. Резултатът е онова, което наричате своя индивидуалност. В тези споразумения вие казвате: „Ето какво представлявам. Ето в какво вярвам. Мога да правя определени неща, други – не. Това е реалност; онова – фантазия; това е възможно, онова – невъзможно“.

Едно споразумение не е голям проблем, но много наши споразумения ни карат да страдаме, да се проваляме в живота. Ако искате животът ви да е изпълнен с радост и удовлетворение, трябва да намерите смелостта да сложите край на тези почиващи върху страха споразумения и да поискате обратно личната си сила. Почиващите върху страх споразумения изискват изразходване на много енергия, докато почиващите върху любовта ни помагат да съхраним енергията си и дори – да я увеличим.

Всеки от нас е роден с определено количество лична сила, която презареждаме всекидневно чрез почивка. За съжаление, цялата ни лична енергия отива първо за създаването на тези споразумения и после – за спазването им. Всички създадени споразумения изсмукват личната ни сила и в резултат на това се чувстваме безсилни. Имаме сила колкото да изкараме някак деня, защото по-голямата част от нея ни отива за спазване на споразуменията, които ни държат в плен на планетарния сън. Как да променим съня за живота си, след като нямаме сили да променим дори и най-маловажното споразумение?

Ако осъзнаем, че животът ни се управлява от нашите споразумения, а не харесваме съня за живота си, значи трябва да променим споразуменията. Когато най-сетне сме готови за предприемането на тази стъпка, четири могъщи споразумения ще ни помогнат да сложим край на почиващите върху страха и пресушаващи енергията ни споразумения.

След прекратяването на всяко споразумение вие си възвръщате цялата енергия, използвана за неговото създаване. Ако възприемете тези четири нови споразумения, те ще засилят личната ви сила дотолкова, че да можете да промените цялата система на старите си споразумения.

Необходима ви е много силна воля, за да приемете Четирите Споразумения – но ако започнете да ги спазвате, животът ви ще се промени до неузнаваемост. Ще видите как драмата на ада изчезва пред очите ви. Вместо да живеете в съня за ада, ще създадете нов сън – вашия личен сън за рая.

ПЪРВОТО СПОРАЗУМЕНИЕ Бъди безгрешен в словото си

ПЪРВОТО СПОРАЗУМЕНИЕ е най-важното и същевременно най-трудно за спазване. Толкова е важно, че дори само чрез него ще успеете да се издигнете до онова равнище на съществуване, което наричам земен рай.

Първото споразумение е: *Бъди безгрешен в словото си*. Звучи съвсем просто, но е извънредно могъщо. Защо словото? Вашето слово е силата, която трябва да създадете. Вашето слово е дар от самия Бог. В Евангелието от Йоана се казва следното за сътворението на света: „В началото беше Словото и Словото беше у Бога и Бог беше Словото“¹. Чрез словото изразявате съзидателната си сила. Именно чрез словото давате израз на всичко. Независимо на какъв език говорите, намеренията ви се осъществяват посредством словото. Онова, което сънувате, чувствате и представлявате, ще се прояви чрез словото.

Словото не е само звук или писмен символ. Словото е сила; това е мощта, която трябва да изразите и предадете, да осмислите и от това да сътворите събитията в живота си. Вие можете да говорите. Кое друго животно на тази планета може да говори? Словото е най-могъщият инструмент, който притежавате като човешко същество; това е инструментът на магията. Но като меч с две остриета, вашето слово може да сътвори най-прекрасния сън или да унищожи всичко наоколо. Едното острие е злоупотребата със словото, която създава жив ад. Другото е безгрешността на словото, която ще сътвори само красота, любов и земен рай. В зависимост от употребата си словото може да ви освободи или да Ви зароби дори още повече. Цялата магия, която притежавате, се корени във вашето слово. То е бяла магия, а злоупотребата с него – черна магия.

Словото е толкова могъщо, че дори една-единствена дума може да промени или да унищожи живота на милиони хора. Преди години един германец манипулира чрез словото си цяла нация от извънредно интелигентни хора. Той ги поведе към световна война само посредством силата на своето слово. Убеди други да извършват най-ужасни жестокости. Чрез словото той активираше страха на хората и, като огромна

1. Евангелие от Йоана, гл. 1:1. – Бел. прев.

експлозия, последваха убийства и войни по целия свят. Навсякъде по земята хората унищожаваша други хора, защото се бояха един от друг. Словото на Хитлер, почиващо върху породени от страха убеждения и споразумения, ще се помни за векове.

Човешкият ум е като плодородна почва, в която постоянно се засяват семена. Семената са мнения, идеи и концепции. Вие засявате семенце, мисъл, и те растат. Словото е като семе, а човешкият ум е благодатна почва! Единственият проблем е, че твърде често това важи особено за семената на страха. Всеки човешки ум е плодороден, но само за семената, за които е подготвен. Важното е да разберем за кои семена е плодороден умът ни и да го подготвим да получи семената на любовта.

Вземете примера с Хитлер: той изпрати семената на страха и те пораснаха силни и доведоха до масово унищожение. Виждайки изумителната сила на словото, трябва да разберем каква мощ излиза от нашите уста. Семената на страха и съмнението в умовете ни могат да породят множество драматични събития. Словото е като заклинание и хората използват думите като зли магьосници, безразсъдно отправяйки заклинания един към друг.

Всеки човек е магьосник и може да направи магическо заклинание на някого чрез словото си или да го освободи от заклинание. Ние постоянно правим заклинания чрез мненията си. Пример: виждам приятел и изразявам току-що появило се в ума ми мнение. Казвам му: „Дмм! Имаш вида на човек, които развива рак“. Ако се вслуша в думите ми и се съгласи, до една година той ще се разболеет от рак. Такава е силата на словото.

В периода на опитомяването ни нашите родители, братя и сестри са изразявали мненията си за нас, без дори да се замислят. Ние сме приемали тези мнения и в резултат сме живели в страх, като този, че не ни бива в плуването или в спорта, или в писането. Някой изразява мнението си и заявява: „Виж колко е грозно това момиче!“ Момичето го чува, приема, че е грозно и расте с мисълта за грозотата си. Няма никакво значение колко красиво може да е всъщност; докато спазва споразумението, то ще вярва, че е грозно. Магията тежи над него.

Привличайки вниманието ни, словото може да проникне в ума ни и да промени убежденията ни към по-добро или към по-лошо. Друг пример: вярвате, че сте глупави и сте го вярвали, откакто се помните. Това споразумение може да бъде много коварно и да ви принуждава да правите много неща само, за да докажете глупостта си. Правите нещо и си мислите: „Ще ми се да бях умен, но сигурно съм глупав, иначе не бих го

направил⁴. Умът поема в стотици различни посоки и ние можем да прекараме дни в капана на убедеността в собствената си глупост.

После един ден някой привлича вниманието ви и, отново използвайки словото, ви дава да разберете, че не сте глупави. Вие вярвате на казаното от този човек и сключвате ново споразумение. В резултат на това вече не се чувствате глупави и не се държите като такива. И обратно, ако вярвате, че сте глупави и някой привлече вниманието ви и заяви: „Да, наистина си най-големият глупак, когото някога съм срещал“, споразумението се подсилва и става още по-могъщо.

Да видим какво означава думата безгрешност. *Безгрешност* означава „без грях“. Безгрешен² идва от латинското *pecatus*, което означава „грях“. Наставката *im* в „*impeccable*“ означава „без“, значи смисълът на цялата дума е „без грях“. Религиите говорят за грях и грешници, но нека видим какво Всъщност означава да грешиш. Грях е всяка постъпка срещу самия себе си. Всичко, което чувствате, вярвате или казвате срещу самите себе си, е грях. А вие действате срещу себе си, когато се самоосъждате или самообвинявате за нещо. Да бъдеш без грях е тъкмо обратното. Да бъдеш безгрешен означава да не вървиш срещу самия себе си. Когато си безгрешен, поемаш отговорността за действията си, но не се съдиш или виниш.

От тази гледна точка цялата концепция за греха се променя от нещо, свързано с морала или религията, в нещо свързано със здравия разум. Грехът започва със себеотхвърлянето. Това е най-големият грях, който човек може да извърши. Съгласно религиозната терминология себеотхвърлянето е „смъртен грях“, който води до смърт. Безупречността, от друга страна, утвърждава живота.

Да бъдеш безгрешен в словото си означава да не използваш словото срещу себе си. Ако ви видя на улицата и ви нарека глупав, привидно използвам словото си срещу вас. Но всъщност го използвам срещу самия себе си, защото ще ме намразите заради него, а вашата омраза няма да ми се отрази добре. Затова, ако се разгневя и чрез словото си ви изпратя цялата си емоционална отрова, аз използвам словото срещу самия себе си.

Ако обичам себе си, ще изразя тази любов при общуването с вас и тогава ще бъда безгрешен в словото си, защото постъпката ми ще предизвика подобна реакция. Ако ви обичам, вие също ще ме обичате. Ако Ви оскърбя, вие ще ме оскърбите. Ако съм ви благодарен, вие също ще

2. На англ. *impeccable* – Бел. прев.

ми бъдете благодарни. Ако се държа егоистично спрямо вас, вие ще ми отвърнете със същото. Ако използвам словото, за да ви направя магия, вие също ще ми направите магия.

Да бъдете безгрешни в словото си означава да използвате правилно енергията си; да я използвате по посока на истината и любовта към себе си. Ако сключите споразумение със себе си да бъдете безгрешни в словото, това ще е достатъчно, за да се проявява истината чрез вас и да се изчисти цялата ви емоционална отрова. Но сключването на такова споразумение е трудно начинание, защото са ни учили да правим тъкмо обратното. Лъжата е нещо привично в общуването ни с другите и, което е още по-важно, със самите нас. Ние не сме безгрешни в словото.

Силата на словото се използва напълно злонамерено в ада. Използваме словото, за да ругаем, да обвиняваме, да намираме виновни, да унищожаваме. Разбира се, използваме го и правилно, но не много често. Преди всичко използваме словото за разпръскването на личната си отрова – за изразяване на гняв, ревност, завист и омраза. Словото е чиста магия, най-могъщият ни дар като човешки същества, а ние го използваме срещу себе си. Планираме отмъщение. Създаваме хаос чрез словото. Използваме го, за да подклаждаме омраза между расите, между хората, между семействата, между нациите.

Злоупотребяваме със словото твърде често и така създаваме и увечяваме ада. Чрез злоупотребата със словото осигуряваме падението си и се държим един друг в състояние на страх и съмнение. Тъй като словото е магията, която човек притежава, а злоупотребата със словото е черна магия, ние непрекъснато си служим с черна магия, без изобщо да съзнаваме, че словото е магия.

Ето например, имаше една жена – интелигентна, с много добро сърце. Тя обожаваше и обичаше безкрайно дъщеря си. Една вечер майката се върнала у дома след много тежък ден в работата – уморена, емоционално напрегната и със силно главоболие. Искала спокойствие и тишина, но дъщеря ѝ пеела и подскачала щастливо. Момиченцето не си давало сметка как се чувства майка му, то живеело в собствения си свят, в собствения си сън. Чувствало се прекрасно и подскачало и пеело все по-силно и по-силно, изразявайки радостта и любовта си. Пеело толкова силно, че главоболието на майка му се засилило и в определен момент тя загубила равновесие. Погледнала ядосано красивата си малка дъщеря и казала: „Млъкни! Имаш ужасен глас. Не можеш ли просто да млъкнеш!“

В действителност, не гласът на момиченцето бил ужасен, а просто

майката не можела да търпи какъвто и да било шум. Но дъщерята повярвала в думите на майка си и още в същия миг сключила споразумение със себе си. Оттогава престанала да пее, защото вярвала, че гласът ѝ е ужасен и ще подразни всеки, който го чуе. Свивала се в училище и, ако я молели да пее, отказвала. Било ѝ трудно дори да разговаря с другите. Всичко в момиченцето се променило заради това ново споразумение: то вярвало, че трябва да потиска емоциите си, за да бъде приемано и обичано.

Винаги, когато чуем мнение и му повярваме, ние сключваме споразумение и то става част от мирогледа ни. Малкото момиченце пораснало и макар да имало хубав глас, никога повече не запяло. Онази единствена магия му създала комплекс. Тази магия била направена от човека, който най-много го обичал: собствената му майка. Майката не осъзнала какво сторили думите ѝ. Не разбрала, че е използвала черна магия и е направила заклинание на собствената си дъщеря. Тя не си давала сметка за силата на словото си и затова няма вина. Постъпила по същия начин, както много пъти били постъпвали към нея собствените ѝ родители и другите хора. Злоупотребила със словото.

Колко пъти правим същото по отношение на собствените си деца? Изразяваме подобни мнения и децата ни носят тази черна магия с години. Хората, които ни обичат, ни правят черна магия, но не съзнават стореното. Затова трябва да им простим – те не знаят какво бършат.

Друг пример: сутринта се събуждате безкрайно щастливи. Чувствате се чудесно и прекарвате час или два пред огледалото да се разкрасявате. Е, една от най-добрите би приятелки казва: „Какво се е случило? Изглеждаш отвратително. Само си виж роклята; направо си смешна“. И толкова; това е достатъчно, за да ви срине. Може би приятелката ви го е казала само за да ви нарани. И е успяла. Изразила е мнението си, подкрепено с цялата сила на словото. Ако приемете това мнение, то се превръща в споразумение и вие вливате цялата си сила в него. Тогава това мнение се превръща в черна магия.

Подобни магии трудно се премахват. Единственият начин е да се сключи ново споразумение, почиващо върху истината. Истината е най-важната част от безгрешността на словото. От едната страна на меч са пораждащите черна магия лъжи, от другата – истината, която има силата да премахне заклинанието на черната магия. Само истината ще ни направи свободни.

Вгледайте се в човешките взаимоотношения и вижте колко пъти си правим магии един на друг чрез словото. С течение на времето тези

взаимоотношения са се превърнали в най-лошата форма на черна магия, която наричаме *клюка*.

Клюката е най-лошата черна магия, защото представлява чиста отрова. Научили сме се как да клюкарстваме чрез споразумение. Като деца сме слушали как възрастните непрестанно сплетничат, изразявайки открито мненията си за другите хора. Изказвали са мнение дори за хора, които не познават. Заедно с мненията се е предавала и емоционалната отрова и ние сме приели този тип общуване за нормално.

Клюкарството се е превърнало в основна форма на общуване в човешкото общество. То е станало начин за сближаване, защото фактът, че някой се чувства също толкова зле като нас, ни кара да се почувстваме по-добре. Една стара поговорка гласи: „Нещастieto обича компания“ и страдащите в ада хора не искат да бъдат сам-самички. Страхът и страданието са важна част от съня на планетата; това е начинът, по който сънят на планетата ни държи в подчинение.

Ако използваме аналогията между човешкия ум и компютъра, клюката може да се сравни с компютърен вирус. Компютърният вирус е част от компютърния език, написана на същия език като всички останали кодове, но с лошо намерение. Този код влиза в програмата на вашия компютър, когато най-малко очаквате, и обикновено – без да съзнавате. След въвеждането му компютърът ви не работи съвсем добре или изобщо не функционира, защото кодовете се объркват до такава степен с всичките противоречащи си послания, че положителни резултати са невъзможни.

Човешката клюка действа точно по същия начин. Например, започвате курс с нов преподавател; очаквали сте го с нетърпение от много време. Но през първия ден се натъквате на човек, който вече е посещавал курса, и той ви казва: „О, този преподавател е такъв помпозен глупав! Изобщо не знае какво приказва и освен това е извратен, така че внимавай!“

Думите и емоционалният код на човека при изразяването на това мнение моментално се отпечатват върху вас, но вие не знаете какви са мотивите на изказването му. Може би просто го е яд, че не е успял да завърши курса успешно или изводът му е плод на страховете и предразсъдъците му. Но понеже като дете сте се научили да приемате на доверие дадената ви информация, известна част от вас вярва на клюката. И ето че отивате на курса. Докато преподавателят говори, вие усещате как отровата се надига във вас и изобщо не осъзнавате, че го гледате с очите на човека, който го е охулил. После започвате да разговаряте за това с

останалите курсисти и те започват да виждат преподавателя по същия начин: като глупак и извратен тип. Курсът наистина ви е неприятен и скоро решавате да се откажете. Обвинявате преподавателя, но всъщност виновна е клюката.

И цялата тази бъркотия се предизвиква от един нищо и никакъв компютърен вирус. И най-малката погрешна информация е достатъчна, за да развали общуването между хората, инфектирайки всеки докоснат човек и превръщайки го в заразен за околните. Представете си, че винаги, когато някой сплетничи с вас, той вкарва в ума ви компютърен вирус и всеки път това ви кара да разсъждавате малко по-неясно. Представете си също, че в опит да се справите с объркването си и да се освободите донякъде от отровата, вие на свой ред сплетничите и предавате вирусите на околните.

Сега си представете как този модел се повтаря до безкрай между всички хора на земята. Резултатът е един свят, изпълнен с хора, които четат информацията по задръстена от отровни, заразни вируси верига. Този отровен вирус е така нареченото от толтеките *митоте*, хаосът от хиляди различни гласове, опитващи се да говорят едновременно в ума ви.

Още по-лоши са черните магьосници или „компютърните хакери“, които преднамерено разпространяват вируса. Спомнете си как вие или някой ваш познат е бил ядосан на някого и е искал да си отмъсти. За да си отмъстите, сте казали нещо на този човек или за него с намерението да предадете отрова и да го накарате да се почувства зле. Като деца го правим съвсем несъзнателно, но като възрастни ставаме много по-пресметливи в усилията си да навредим на някого. След това се самозалъгваме и си казваме, че въпросният човек е получил справедливо наказание за лошото си дело. Когато виждаме света през компютърен вирус, не е трудно да оправдаем и най-жестокото поведение. Онова, което не осъзнаваме, е, че злоупотребата със словото ни хвърля още по-надълбоко в ада.

Години наред сме приемали клюки и заклинания от думите на другите, но и от начина, по който използваме словото спрямо себе си. Ние постоянно разговаряме със себе си и през повечето време казваме неща като: „Ама че съм дебел, ама че съм грозен. Остарявам, оплешивявам. Глупав съм, никога нищо не разбирам. Никога няма да бъда достатъчно добър и никога няма да бъда съвършен“. Виждате ли как използваме словото срещу себе си? Трябва да си дадем сметка какво е и какво *прави* словото. Щом разберете първото споразумение, *бъди безгрешен в*

словото си, започвате да виждате всички промени, които могат да се случат в живота ви. Първо в начина, по който се отнасяте към себе си, и по-късно в отношението ви към останалите хора и особено към онези, които обичате най-много.

Помислете колко пъти сте говорили по адрес на човека, когото най-много обичате, за да получите подкрепата на другите за гледната си точка. Колко пъти сте привличали вниманието на околните и сте разпространявали отрова за любимия си, за да оправдаете своето мнение? А то не е нищо друго, освен вашата гледна точка. И не е непременно вярно. Мнението би е плод на убежденията ви, на егото ви и на собствения ви сън. Ние създаваме цялата тази отрова и я предаваме на околните само за да се чувстваме убедени в гледната си точка.

Ако приемем първото споразумение и станем безгрешни в словото си, накрая цялата емоционална отрова ще напусне ума ни и общуването с околните, включително и с домашното ни куче или котка.

Безупречността на словото ще би имунизира и срещу всеки, който ви прави магия. Защото ще приемете отрицателната идея само ако умът ви представлява благодатна почва за нея. Когато сте безгрешни в словото си, умът ви вече не е плодородна почва за думи, които са плод на черна магия. Вместо това той е благодатна почва за думи, породени от любовта. Мерилото за безгрешността на вашето слово е степента на любовта ви към себе си. Обичта и отношението ви към самия себе си са право пропорционални на качеството и искреността на вашето слово. Когато сте безгрешни в словото си, вие се чувствате добре, чувствате се щастливи и спокойни.

Можете да се издигнете над съня за ада просто като сключите споразумението да бъдете безгрешни в словото си. В момента аз засявам това семе в ума ви. Дали то ще израсте или не, зависи от това, доколко умът ви е благодатна почва за семето на любовта. От вас зависи да сключите това споразумение със себе си: *Аз съм безгрешен в словото си*. Подхранвайте това семе и докато то расте в ума ви, семената на любовта ще се умножат и ще заместят семената на страха. Това първо споразумение ще промени семената, за които умът ви е благодатна почва.

Бъди безгрешен в словото си. Това е първото споразумение, което трябва да сключите, ако искате да бъдете свободни, ако искате да сте щастливи, ако искате да се издигнете над ада на съществуването. То е много могъщо. Използвайте словото правилно. Използвайте думите, за да споделите любовта си. Използвайте бяла магия, започвайки от себе си. Кажете си колко сте прекрасни, колко сте велики. Кажете си колко

много се обичате. Използвайте словото, за да прекратите всички онези дребни, малки споразумения, които ви карат да страдате.

Това е възможно. Възможно е, защото аз го направих, а не съм по-добър от вас. Не, ние сме съвсем еднакви. Имаме еднакъв мозък, еднакви тела; ние сме човешки същества. След като аз съм способен да прекратя тези споразумения и да склуча нови, значи и вие можете да направите същото. Щом аз мога да бъда безгрешен в словото си, защо вие да не можете? Това споразумение само по себе си може да промени целия ви живот. Безупречността на словото може да ви поведе към лична свобода, към огромен успех и благоденствие; може да премахне целия страх и да го превърне в радост и любов.

Само си представете какво можете да създадете чрез безгрешността на словото. Можете да преодолеете съня на страха и да заживеете различен живот. Можете да живеете в рая сред хиляди хора, които живеят в ада, защото сте имунизирани срещу ада. Можете да получите царството небесно дори само благодарение на това единствено споразумение: *Бъдете безгрешни в словото си.*

ВТОРОТО СПОРАЗУМЕНИЕ

Не приемай нищо лично

СЛЕДВАЩИТЕ ТРИ СПОРАЗУМЕНИЯ Всъщност произтичат от първото. Второто споразумение е: *Не приемай нищо лично.*

Каквото и да става около вас, не го приемайте лично. Нека използвате предишния пример – ако ви видя на улицата и кажа: „Глупак такъв“, без да Ви познавам, значи не става въпрос за вас, а за мен. Ако го приемете лично, вероятно ще повярвате, че сте глупав. Може би ще си помислите: „Откъде знае? Ясновидец ли е или всички виждат колко съм глупав?“

Приемате го лично, защото се съгласявате с всичко казано. Веднага, щом се съгласите, отровата преминава през вас и вие сте в плен на съня за ада. Причина за това е тава нареченото *чувство за собствена значимост*. Личната значимост или – да приемаш нещата лично – е върховната проява на егоизма, тъй като смятаме, че всичко е свързано с нашето „аз“. По време на обучението или опитомяването си ние се научаваме да приемаме всичко лично. Смятаме, че сме отговорни за всичко. Аз, аз, аз, винаги аз!

Но другите хора не правят нищо заради вас. Правят го заради себе си. Всеки живее в собствения си сън, в собствения си ум; неговият свят е съвсем различен от онзи, в който живеем ние. Когато приемаме нещо лично, ние смятаме, че другите знаят какво има в нашия свят и се опитваме да проектираме своя свят върху техния.

Дори когато нещата наистина изглеждат лични, дори когато другите открито ви оскъряват, това пак няма нищо общо с вас. Техните думи, постъпки и мнения се ръководят от споразуменията в собствените им умове. Позицията им е плод на начина, по който са били програмирани по време на опитомяването.

Ако някой изрази мнението си и ви каже: „Много си дебел“, не го приемайте лично, защото истината е, че този човек се опитва да се справи със собствените си чувства, убеждения или мнения. Насочва към вас отровата си и ако приемете забележката му лично, вие взимате тази отрова и тя става ваша. Приемането на нещата лично би прави лесна плячка за тези хищници черните магьосници. Тогава те лесно ви хващат на въдицата си с едно небрежно подхвърлено мнение, пускат ви каквато отрова искат, и, понеже приемате нещата лично, вие я поглъщате

докрай.

Приемате целия им емоционален боклук и той става ваш. Но ако не приемете нещата лично, вие сте имунизирани наред самия ад. Имунитетът към отровата наред ада е дар от това споразумение.

Когато приемате нещата лично, вие се чувствате засегнати и реакцията ви е да защитите убежденията си и да създавате конфликти. Правите от мухата слон, защото изпитвате необходимост да бъдете прави, а всички други да грешат. Опитвате се да докажете правотата си и като изразявате пред тях собствените си мнения. Чувствата и постъпете ви също са проекция на собствения ви индивидуален сън, отражение на собствените ви споразумения. Вашите изказвания, дела и мнения са в съгласие със сключените от вас споразумения – и тези мнения нямат нищо общо с мен.

Аз не се интересувам от вашата преценка за моята личност и мнението ви не ме засяга. Не го приемам лично, когато хората казват: „Мигел, ти си най-добрият“, не го приемам лично, Когато ми казват: „Мигел, ти си най-лошият“. Знам, че когато сте щастливи, ще ми кажете: „Мигел, ти си ангел!“ Но когато сте ми ядосани, ще кажете: „О, Мигел, ти си истински дявол! Отвратителен си. Как можеш да говориш такива неща?“ И в двата случая не ме засяга, защото знам какво представлявам. Не ми е необходимо да бъда приет. Не ми е необходимо някой да ми каже: „Мигел, чудесно се справяш“ или „Как смееш да го правиш!“

Не, не го приемам лично. Каквото и да мислите, каквото и да чувствате, знам, че това си е ваш проблем, а не мой. Така виждате света. Не е нищо лично, защото се занимавате със себе си, не с мен. Другите ще имат свое мнение в съгласие със своята система от вярвания, така че онова, което мислят, всъщност не се отнася до мен, а до самите тях.

Можете дори да ми кажете: „Мигел, думите ти ме раняват“. Но не казаното ви ранява; истината е, че вие имате рани, които моите думи са докоснали. Вие сами се ранявате. И няма начин да го приема лично. Не защото не вярвам във вас или ви нямам доверие, а защото знам, че виждате света по друг начин, по свой начин. В ума си създавате цялостна картина или филм, в който вие сте режисьор, продуцент и главен герой. Всички други изпълняват поддържащи роли. Това си е вашият филм.

Виждането ви за този филм е в съгласие със споразуменията, които сте сключили с живота. Гледната ви точка е нещо лично ваше. Тази истина не е на някой друг, тя е ваша. Следователно, ако ми се ядосате, аз зная, че се оправяте със самия себе си. Аз съм само претекст да се

ядосате. А вие се ядосвате, защото се боите, защото се опитвате да се справите със страха. Ако не се боите, няма начин да ми се ядосате. Ако не се боите, няма начин да ме мразите. Ако не се боите, няма начин да ревнувате или тъжите.

Ако живеете без страх, ако обичате, няма място за която и да било от тези емоции. Ако не изпитвате тези емоции, логично е да се чувствате добре. Когато се чувствате добре, всичко около вас е хубаво. Когато всичко около вас е чудесно, всяко нещо ви прави щастливи. Вие обичате всичко наоколо, защото обичате себе си. Защото харесвате живота си. Защото сте в съгласие със себе си. Защото животът ви е щастлив. Щастливи сте от филма, който продуцирате, от споразуменията си с живота. Спокойни сте и сте щастливи. Живеете в състояние на блаженство, където всичко е прекрасно и красиво. В това състояние на блаженство вие непрекъснато правите любов с всичко, което възприемате.

Каквото и да правят, чувстват, мислят или казват хората, *не го приемайте лично*. Когато ви казват, че сте чудесни, те не го правят заради вас. Вие знаете, че сте чудесни. Не е необходимо да вярвате на другите хора, които казват, че сте чудесни. Не приемайте *нищо* лично. Дори някой да вземе пистолет и да би простреля в главата, пак не е било лично. Дори и тази крайност.

Даже самооценката ви не е непременно вярна; затова не е необходимо да приемате лично онова, което чувате в ума си. Умът притежава способността да разговаря със себе си, но също така е в състояние да възприема и информация, идваща от други светове. Понякога може да чуете в ума си глас и да се чудите откъде идва. Той може да е дошъл от друга реалност, в която има живи същества, подобни на човешкия ум. Толтеките са ги нарекли Съюзници. В Европа, Африка и Индия ги наричат Богове.

Нашият ум също съществува на нивото на Боговете. Той живее в тази реалност и може да я възприема. Умът вижда с очите и възприема тази будна реалност. Но умът вижда и възприема и без очите, макар че разумът не си дава сметка за това възприятие. Умът живее в повече от едно измерение. Може да има моменти, когато ви хрумват идеи, които не са плод на вашия ум, вие само ги възприемате чрез ума си. Имате правото да повярвате или да не повярвате на тези гласове и правото да не приемате казаното от тях лично. Ние можем да повярваме или да не повярваме на гласовете, които чуваме в ума си, точно както можем да избираме на какво да вярваме и с какво да се съгласяваме в съня на планетата.

Умът може също така да говори и да слуша себе си. Умът е съставен от множество части, също като тялото ви. Точно както можете да кажете: „Имам една ръка и мога да я стисна с другата си ръка и да я почувствам“, умът е способен да разговаря със себе си. Част от ума говори, а другата част слуша. Големият проблем е, когато хиляди части от ума ви говорят едновременно. Това се нарича *митоте*, нали не сте забравили?

Митоте може да се сравни с огромно тържище, където хиляди хора говорят и се пазарят едновременно. Всеки от тях има различни мисли и чувства, всеки има различна гледна точка. Вкараните в ума програми – всички споразумения, които сме сключили – не са непременно съвместими една с друга. Всяко споразумение е като обособено живо същество; има собствена индивидуалност и собствен глас. Някои споразумения влизат в конфликт с други и така нататък, докато в ума се разрази голяма война. *Митоте* е причината хората да не са наясно какво искат, как го искат или кога го искат. Те не са в съгласие със себе си, защото едни части от ума искат едно, а други – тъкмо обратното.

Една част от ума има възражения срещу определени мисли и действия, а друга част ги подкрепя. Всички тези малки живи същества създават вътрешен конфликт, защото са живи и всяко от тях има право на глас.

Само като направим преглед на споразуменията си, можем да открием всички конфликти в ума и в крайна сметка да създадем ред от хаоса *митоте*.

Не приемайте нищо лично, защото когато приемате нещата лично, вие се обричате на безсмислено страдание. Хората са пристрастени към страданието в различна степен и ние се подкрепяме един друг в поддържането на тази пагубна привързаност. Хората са съгласни да си помагат да страдат. Ако имате нужда от малтретиране, много лесно ще намерите кой да ви малтретира. По същия начин, ако сте с хора, които имат нужда да страдат, нещо във вас ви кара да ги измъчвате. Сякаш на гърба им е написано: „Моля ви, ритнете ме“. Те търсят оправдание за страданието си. Пристрастеността им към страданието всъщност е споразумение, което се подновява всеки ден.

Където и да отидете, хората ще ви лъжат, и постепенно ще започнете да осъзнавате, че вие също се самозалъгвате. Не очаквайте хората да ви казват истината, защото те също лъжат себе си. Трябва да вярвате на себе си и да изберете дали да повярвате или не на казаното от другите.

Когато наистина виждаме хората в истинската им светлина, без да

го приемаме лично, никога няма да се засегнем от казаното или стореното от тях. Дори другите да ви лъжат, всичко е наред. Те ви лъжат, защото се боят. Страхуват се да не откриете, че не са свършени. Болезнено е да свалиш тази социална маска. Когато хората казват едно, а правят друго, вие се самозалъгвате, ако вярвате на думите им, а не на постъпките им. Но ако сте честни със себе си, ще си спестите много емоционална болка. Истината може да е болезнена, но не е необходимо да бъдете пристрастени към болката. Изцелението е в ход и е само въпрос на време нещата за вас да се подобрят.

Когато някой не се отнася към вас с обич и уважение, ще бъде истински дар той да напусне живота ви. Не го ли стори, със сигурност ви чакат много години на страдание. Известно време ще ви боли от раздялата, но накрая сърцето ви ще оздравее. Тогава ще можете да изберете онова, което наистина искате. Ще откриете, че за да направите верния избор, ви е по-необходимо да вярвате на себе си, отколкото на другите.

Създадете ли си навика да не приемате нищо лично, ще избегнете много неприятности в живота си. Гневът, ревността и завистта ви ще изчезнат и дори тъгата просто ще се стопи, ако не приемате нещата лично.

Ако успеете да превърнете това второ споразумение в навик, ще откриете, че нищо не може да ви върне обратно в ада. Престанете ли да приемате нещата лично, ще почувствате огромна свобода. Ще получите имунитет към злите магьосници и никое заклинание – колкото и да е силно – няма да ви застигне. Дори целият свят да злослови за вас, ако не го приемате лично, ще бъдете имунизирани. Може някой умишлено да ви изпрати емоционална отрова, но ако не го приемате лично, няма да я погълнете. Когато не приемете емоционалната отрова, тя ще стане още по-вредна за този, който я изпраща, но не и за вас.

Сами виждате колко е важно това споразумение. Като не приемате нищо лично, ще превъзмогнете навици и модели, които ви държат в плен на съня за ада и предизвикват ненужно страдание. Дори само чрез практикуването на това второ споразумение ще започнете да отменят десетки дребни, малки споразумения, които ви карат да страдате. А ако спазвате първите две споразумения, ще предотвратите седемдесет и пет процента от дребните, малки споразумения, които ви държат в плен на ада.

Напишете това споразумение на лист и го закачете на хладилника си, за да ви напомня постоянно: *Не приемай нищо лично.*

Когато ви стане навик да не приемате нещата лично, няма да ви е необходимо да се доверявате на казаното или направеното от другите.

Ще взимате сериозните решения благодарение на вярата в себе си. Вие никога не сте отговорни за постъпете на другите; отговорни сте само за собствените си постъпки. Когато наистина го разберете и откажете да приемате нещата лично, небрежните забележки или постъпки на другите едва ли ще ви наранят.

Ако спазвате това споразумение, можете да пътувате по целия свят с напълно отворено сърце и никой няма да ви нарани. Ще можете да кажете: „Обичам те“, без страх, че ще ви се присмеят или ще ви отхвърлят. Няма да се боите да поискате онова, което ви е необходимо. Ще можете да кажете „да“ или „не“ – което изберете – без да се осъждате и да изпитвате чувство за вина. Ще можете винаги да следвате сърцето си. Тогава дори наред ада ще изпитвате вътрешен покой и щастие. Ще можете да останете в блаженство и адът въобще няма да ви засегне.

ТРЕТОТО СПОРАЗУМЕНИЕ

Не прави предположения

ТРЕТОТО СПОРАЗУМЕНИЕ Е: *Не прави предположения.* Ние сме склонни да правим предположения за всичко. Проблемът с предположенията е, че *вярваме* в истинността им. Можем да се закълнем в тяхната реалност. Правим предположение за действията и мислите на другите – приемаме го лично – после ги обвиняваме и им изпращаме емоционална отрова чрез словото си. Затова винаги, когато правим предположения, си търсим белята. Правим предположение, разбираме нещо неправилно, приемаме го лично и в крайна сметка от нищо и никакво създаваме истинска драма.

Тъгата и нещастията, които сте преживели, са били резултат от правене на предположения, резултат от това, че приемате нещата лично. Помислете за момент колко истина има в това твърдение. Целият свят на контрол между хората е свързан с правенето на предположения и приемането на нещата лично. Целият ни сън за ада почива върху това.

Именно ако правим предположения и приемаме нещата лично, ние създаваме много емоционална отрова, защото обикновено започваме да тръбим за предположенията си. Не забравяйте, клюкарстването е начинът, по който общуваме в съня за ада и предаваме отровата помежду си. Тъй ако се боим да поискаме изясняване на нещата, правим предположения и вярваме, че сме прави в заключенията си; после защитаваме предположенията си и се опитваме да изкараме другите виновни. Винаги е по-добре да задаваш въпроси, отколкото да правиш предположения, защото предположенията те обричат на страдание.

Голямото *митоте* в човешкия ум създава огромен хаос, който ни кара да тълкуваме и да разбираме погрешно всичко. Виждаме само онава, което искаме да видим, чуваме, каквото желаем да чуем. Не възприемаме нещата такива, каквито са. Имаме навик да сънуваме без всякаква реална основа. Ние буквално сътворяваме сънищата си във въображението си. Не разбираме нещо, правим предположение за смисъла му и когато истината излезе наяве, балончето на съня ни се пука и тогава откриваме, че не е било, каквото сме си мислили.

Пример: разхождате се в парка и виждате човек, който ви харесва. Той ви поглежда, усмихва се и после отминава. Можете да направите множество предположения на базата само на това преживяване. Чрез

тях сте в състояние да сътворите цяла фантазия. И наистина искате да повярвате в нея и да я направите реална. От предположенията ви започва да се оформя цял сън и е възможно да повярвате: „О, този човек наистина ме харесва“. Тогава в ума ви започва цяла връзка. Може би в страната на фантазиите дори се жените. Но фантазията е във вашия ум, в индивидуалния ви сън.

Когато правим предположения във връзките си, ние наистина си търсим бялята. Често предполагаме, че партньорът ни знае какво мислим и не е необходимо да изразяваме на глас желанията си. Правим предположението, че той ще постъпи така, както искаме, защото ни познава много добре. А когато това не стане, се чувстваме наранени и казваме: „Трябваше да се сетиш“.

Друг пример: решавате да се ожените и правите предположението, че партньорът ви си представя брака точно като вас. Започвате да живеете заедно и откривате, че не е така. Това предизвиква много конфликти, новъпреки това вие не се опитвате да разясните отношението си към брак. Съпругът се връща от работа и жена му е бясна, а той изобщо не знае защо.

Може би просто е направила предположение. Без да му каже какво иска, тя предполага, че той я познава достатъчно добре, за да знае какво иска, сякаш може да чете мислите ѝ. И се разстройва ужасно, защото той не отговаря на очакванията ѝ. Правенето на предположения във връзките води до много кавги, трудности и неразбирателства с хората, които уж обичаме.

Във всеки вид връзка можем да направим предположението, че другите знаят какво мислим и не е необходимо да им казваме какво искаме. Те ще постъпват според желанията ни, защото ни познават много добре. И ако не го сторят, ние се чувстваме наранени и мислим: „Как можа да го направиш? Трябваше да се сетиш“. Отново правим предположението, че другият човек знае какво искаме. Възниква истинска драма, защото правим това предположение и го придружаваме с още предположения.

Човешкият ум работи по много интересен начин. Имаме нужда да оправдаваме всичко, да обясняваме и разбираме всичко, за да се чувстваме сигурни. Пред нас стоят милиони въпроси, които се нуждаят от отговори, защото има толкова неща, които разсъждаващият ум не може да обясни. Не е важно дали отговорът е верен; сам по себе си той ни кара да се чувстваме сигурни. Затова правим предположения.

Ако другите ни кажат нещо, правим предположения, а ако не ни

кажат, отново правим предположения, за да удовлетворим потребността си да знаем и да заместим необходимостта си от общуване. Дори ако чуем нещо и не го разберем, правим предположения за смисъла му и после им вярваме. Правим всякакви предположения, защото ни липсва смелостта да задаваме въпроси.

През повечето време правим тези предположения много бързо и несъзнателно, защото сме сключили споразумение да общуваме по този начин. Съгласили сме се, че не е безопасно да задаваме въпроси; съгласили сме се, че ако хората ни обичат, те трябва да знаят какво искаме и как се чувстваме. Когато вярваме, че сме прави за някое свое предположение, сме готови дори да унищожим връзката си, за да защитим своята позиция.

Предполагаме, че всички възприемат живота като *нас*. Предполагаме, че другите мислят, чувстват, преценяват и обиждат по същия начин като нас. Това е най-важното предположение, което хората правят и причинява страха ни да бъдем себе си в отношенията си с околните. Смятаме, че всички останали ще ни осъдят, ще ни превърнат в жертви, ще злоупотребяват с нас и ще ни обвиняват така, както правим ние самите. Така че преди още околните да имат възможността да ни отхвърлят, ние вече сме се самоотхвърлили. Ето така работи човешкият ум.

Ние правим предположения и за себе си и това поражда много вътрешни конфликти. „Мисля, че съм способен да го направя“. Правите това предположение и после откривате, че не сте в състояние да го направите. Надценявате се или се подценявате, защото не сте отделили време да си зададете въпроси и да им отговорите. Може би трябва да съберете повече факти за дадена ситуация. Или пък да престанете да се самозалъгвате за истинските си желания.

Много често, когато започвате връзка с човек, когото харесвате, трябва да обясните защо го харесвате. Виждате само онова, което искате да видите, и отричате, че в него има неща, които не ви харесват. Лъжете себе си, само за да излезете прави. После правите предположения и едно от тях е: „Любовта ми ще го промени“. Но това не е вярно. Любовта ви няма да промени никого. Ако другите се променят, това е, защото искат да се променят, а не защото можете да ги промените. После между вас се случва нещо и вие се чувствате наранени. Изведнъж виждате онова, което досега не сте искали да видите, само че то вече е преувеличено до неузнаваемост от емоционалната ви отрова. Необходимо ви е да оправдаете емоционалната си болка и вините другите за собствените си решения.

Не е необходимо да се обяснява любовта; нея или я има, или я няма. Истинската любов означава да приемаш хората, каквито са, без да се опитваш да ги промениш. Щом се опитаме да ги променим, значи всъщност не ги харесваме. Разбира се, ако решите да живеете с някого, ако сключите това споразумение, винаги е най-добре да го направите с човек, който е точно такъв, какъвто искате да бъде. Намерете някой, когото не ви се налага да променяте. Много по-лесно е да намериш човек, който вече е такъв, какъвто искаш да бъде, отколкото да се опитваш да го промениш. Освен това, той също трябва да ви обича такива, каквито сте, за да не му се налага да ви променя. Ако другите смятат, че трябва да ви променят, значи всъщност не ви обичат такива, каквито сте. Защо трябва да бъдете с някого, ако не сте това, което той иска да бъдете?

Трябва да бъдем самите себе си, за да не ни се налага да играем роли. Ако ме обичаш такъв, какъвто съм – добре, вземи ме. Ако ли не – чудесно, всичко хубаво, намери си някой друг. Може да звучи грубо, но подобно общуване означава, че личните споразумения с другите са ясни и безупречни.

Само си представете деня, в който сте престанали да правите предположения по отношение на партньора си, а после и по отношение на всички хора в живота си. Начинът ви на общуване напълно ще се промени и връзките ви няма повече да страдат от предизвикани от погрешни предположения конфликти.

Начинът да се предпазите от предположенията е да задавате въпроси. Уверете се, че общувате ясно. Когато не разбирате, питайте. Имайте смелостта да задавате въпроси, докато всичко стане пределно ясно, и дори тогава не предполагайте, че знаете всичко за дадена ситуация. След като чуете отговора, няма да ви се налага да правите предположения, защото ще знаете истината.

Освен това, имайте смелост да помолите за онова, което искате. Всеки има правото да се съгласи или да ви откаже, но вие винаги имате правото да помолите. По същия начин, всеки има правото да ви помоли, а вие – да се съгласите или да откажете.

Ако не разбирате нещо, далеч по-добре е да попитате и да изясните нещата, отколкото да правите предположение. В деня, в който престанете да правите предположения, ще общувате ясно и безпроблемно, без емоционална отрова. Без предположенията словото ви става безгрешно.

При ясно общуване всичките ви връзки ще се променят – не само с партньора ви, но и с всички останали. Няма да ви се налага да правите предположения, защото всичко става пределно ясно. Това искам аз; това

искаш ти. Ако общуваме по този начин, словото ни става безгрешно. Ако всички хора можеха да общуват по този начин – с безгрешно слово – нямаше да има войни, насилие и неразбирателства. Ако общуваме добре и ясно всички човешки проблеми щяха да се решат. – Ето това е Третото Споразумение: *Не прави предположения*. Лесно е да се каже, но разбирам, че е трудно да се изпълни. Трудно е, защото твърде често правим тъкмо обратното. Имаме навици и поведенчески модели, за които дори не си даваме сметка. Първата стъпка е да осъзнаем тези навици и да разберем колко важно е това споразумение. Но не е достатъчно да проумеем значението му. Информацията или идеята е само семенцето в ума ви. Само действието може да промени нещата. Предприемането на действие отново и отново укрепва волята ви, подхранва семето и създава солидна основа за формирането на нов навик. След много повторения тези нови споразумения ще се превърнат във ваша втора природа и ще видите как магията на словото ви превръща от магьосник на черната магия във вълшебник на бялата.

Белият магьосник използва словото за съзидание, за да дава, споделя и обича. Превръщането на това споразумение в навик ще преобрази целия ви живот.

Когато преобразите целия си сън, вълшебствата просто се случват в живота ви. Необходимото идва при вас с лекота, защото духът се движи свободно през вас. Това означава да бъдеш майстор на намерението, майстор на духа, майстор на любовта, на благодарността и на живота. Това е целта на толтеките. Това е пътят към личната свобода.

ЧЕТВЪРТТО СПОРАЗУМЕНИЕ

Винаги прави най-доброто, на което си способен

ОСТАНА САМО ОЩЕ ЕДНО СПОРАЗУМЕНИЕ, но само то позволява първите три да се превърнат в дълбоко вкоренени навици. Четвъртото споразумение е свързано с прилагането на първите три: *Винаги прави най-доброто, на което си способен.*

При всички обстоятелства правете най-доброто по силите си – нито повече, нито по-малко. Но помнете, че най-доброто е променлива величина. Всичко живо непрестанно се изменя, така че най-доброто понякога ще е от високо качество, друг път няма да е толкова добро. Когато сутрин се събудите освежени и заредени с енергия, най-доброто ще е по-добро, отколкото вечер, когато сте уморени. То ще е различно, когато сте здрави и когато сте болни, когато сте трезви и когато сте пияни. Най-доброто ще зависи от това дали се чувствате щастливи, дали сте разтревожени, ядосани или изпълнени с ревност.

В зависимост от настроението най-доброто ще се променя всеки момент, всеки час и всеки ден. Така че вашето най-добро се променя през цялото време. Когато превърнете четирите нови споразумения в навик, най-доброто, на което сте способни, ще стане по-добро, отколкото е било някога.

Независимо от качеството, продължавайте да правите най-доброто по силите си – не повече или по-малко, а най-доброто. Ако се насилвате да дадете повече, отколкото можете, ще изхабите повече енергия от необходимото и накрая най-доброто няма да бъде достатъчно. Когато се престаравате, вие изтощавате тялото си, вървите против себе си и постигането на целта ще ви отнеме повече време. Ако пък правите по-малко, отколкото можете, вие се обричате на неудовлетворение, на самоосъждане на чувство за вина и на съжаления.

Просто правете най-доброто – при всички обстоятелства в живота си. Няма значение дали сте уморени или болни, ако винаги правите най-доброто, няма да се обвинявате. А ако не се вините, няма да страдате от чувство за вина или да се самонаказвате. Ако винаги правите най-доброто по силите си, ще развалите тегнещото над вас тежко заклинание.

Един мъж искал да се освободи от страданието и отишъл в будистки храм, за да потърси учител, който да му помогне. Отишъл при Учителя и му казал: „Учителю, ако медитирам по четири часа на ден, колко

време ще ми е необходимо, за да получа просветление?“

Учителят го погледнал и отвърнал: „Ако медитираш по четири часа на ден, вероятно ще са ти необходими десет години“.

Мъжът решил, че може да направи и повече, и попитал: „Учителю, ами ако медитирам по осем часа на ден, колко време ще ми е необходимо, за да получа просветление?“

Учителят го погледнал и рекъл: „ако медитираш по осем часа на ден, вероятно ще са ти нужни двадесет години“.

„Но защо ще ми отнеме повече време, ако медитирам по-дълго?“, попитал мъжът.

Учителят отвърнал: „Ти не си тук, за да жертваш радостта или живота си. Тук си, за да живееш, да бъдеш щастлив и да обичаш. Ако можеш да дадеш най-доброто от себе си за два часа медитация, но вместо това медитираш по осем часа, само ще се измориш, ще се отклониш от целта и няма да се наслаждаваш на живота си. Прави най-доброто по силите си и тогава може би ще научиш, че независимо колко дълго медитираш, можеш да живееш, да обичаш и да бъдеш щастлив.“

Когато правите най-доброто, на което сте способни, вие ще живеете пълноценно. Ще бъдете продуктивни, добри към себе си, защото ще се отдавате на семейството си, на обществото, на всичко. Но именно действието ще ви накара да се почувствате безкрайно щастливи. Когато винаги правите най-доброто по силите си, вие действате. Да правиш най-доброто, на което си способен, означава да предприемаш нещо, защото го обичаш, а не защото очакваш отплата. Повечето хора правят точно обратното: правят нещо, само когато очакват отплата, и не се наслаждават на заниманието си. И това е причината да не правят най-доброто по силите си.

Например, повечето хора всеки ден отиват на работа единствено с мисълта за заплатата и за парите, които ще получат за свършеното. Едва дочакват деня на плащането и почивните дни. Те работят заради възнаграждението и в резултат изпитват неприязън към работата си. Опитват се да избегнат действието, положението се влошава и те не правят най-доброто, на което са способни.

Цяла седмица работят така напрегнато и страдат от работата си, от действието – не защото им харесва, а защото чувстват, че трябва. Необходимо е да работят, защото им се налага да плащат наема, да издържат семейството си. Носят цялото това неудовлетворение в себе си и когато най-сетне получат парите си, се чувстват нещастни. Имат два почивни дни, за да правят каквото искат, и какво правят? Опитват се да избягат.

Напиват се, защото не харесват себе си. Не харесват живота си. Има много начини, по които се нараняваме, когато не се харесваме.

От друга страна, ако се заемете с нещо заради самото него, без да очаквате възнаграждение, ще откриете, че се наслаждавате на всяко свое занимание. Наградата ще дойде, но вие не сте обсебени от нея. Може да получите дори повече, отколкото сте си представяли за възможно, без изобщо да очаквате отплата. Ако харесваме заниманието си, ако винаги правим най-доброто по силите си, тогава наистина се радваме на живота. Забавляваме се, не се отегчаваме, не изпитваме неудовлетворение.

Когато правите най-доброто, на което сте способни, вие не давате на Съдника възможност да ви обяви за виновен или да ви укорява. Ако сте направили най-доброто, на което сте способни, и Съдникът се опита да би съди съгласно вашия кодекс, вие можете да му отговорите: „Направих най-доброто“. Няма угризения. Защото винаги правим най-доброто. Не е лесно да спазваме това споразумение, но то наистина ще ни направи свободни.

Когато правиш най-доброто, на което си способен, се научаваш да приемаш себе си. Но трябва да си даваш сметка за грешките си и да се учиш от тях. Да се учиш от грешките си означава да се упражняваш, да гледаш честно резултатите и да продължаваш да се упражняваш. Това засилва самосъзнанието.

Ако правиш най-доброто, на което си способен, наистина нямаш усещането, че работиш, защото се наслаждаваш на заниманието си. Знаеш, че правиш най-доброто, когато се наслаждаваш на заниманието или го правиш по начин, който няма да има вредни последствия за теб. Правиш най-доброто, защото искаш да го правиш, а не защото трябва или защото се опитваш да угодиш на Съдника или на другите.

Ако правиш нещо, защото се налага, тогава няма начин да дадеш най-доброто от себе си. В такъв случай е по-добре да не го правиш. Не, ти правиш най-доброто, защото това те кара да се чувстваш безкрайно щастлив. Когато правиш най-доброто заради самото удоволствие, ти вършиш нещо, защото то ти носи наслада.

Да действаш означава да живееш пълноценно. Бездействието е начин за отричане на живота. Бездействието е да седиш пред телевизора всеки ден в продължение на години, защото се боиш да бъдеш жив и да поемеш риска да разкриеш същността си. Да разкриеш същността си означава да действаш. В главата ти може да има много велики идеи, но промяната идва единствено с действието. Ако идеята не бъде приложена

на практика, тя няма да се осъществи, няма да даде резултати, нито ще те възнагради.

Форест Гъмп е един добър пример за това. Той нямаше велики идеи, но действаше. Беше щастлив, защото винаги правеше най-доброто във всяко начинание. И бе щедро възнаграден, без изобщо да очаква награда. Да действаш означава да бъдеш жив. Да поемеш риска да излезеш навън и да осъществиш мечтата си. Не е същото като да наложиш мечтата си на друг, защото всеки има правото да следва собствената си мечта.

Да правиш най-доброто, на което си способен, е велик навик. Аз давам най-доброто от себе си във всичко, което правя и чувствам. Това се е превърнало в ритуал в живота ми, защото реших да го превърна в ритуал. То е убеждение като всяко друго избрано от мен убеждение. Аз превръщам всичко в ритуал и винаги правя най-доброто по силите си. Взимането на душ за мен е ритуал и с това действие показвам на тялото си колко го обичам. Чувствам стичащата се по тялото ми вода и се наслаждавам. Правя най-доброто, за да удовлетвори потребностите на тялото си. Правя най-доброто, за да давам на тялото си и да получавам онава, което то ми дава.

В Индия имат един ритуал, наречен *пуджа*. Взимат различни изображения на Бога и ги къпят, хранят и им показват любовта си. Дори изричат мантри пред тях. Самият идол не е важен. Важен е начинът, по който изпълняват ритуала и казват: „Обичам те, Боже“.

Бог е живот. Бог е живот в действие. Най-добрият начин да кажеш: „Обичам те, Боже“, е да живееш, давайки най-доброто от себе си. Най-добрият начин да кажеш: „Благодаря ти, Боже“, е да се освободиш от миналото и да живееш в настоящето, тук и сега. Каквото и да ти отнеме животът, остави го да си отиде. Когато се отпуснеш и забравиш миналото, ти си позволяваш да живееш пълноценно в настоящия момент. Освобождането от миналото означава, че можеш да се насладиш на съня, чието действие се развива в момента.

Ако живееш в минал сън, ти не се наслаждаваш на случващото се сега, защото винаги ще ти се иска да бъде различно от онава, което е. Няма как да пропуснеш някого или нещо, защото си жив. Да не се наслаждаваш на настоящето означава да живееш в миналото и да бъдеш полужив. Това води до самосъжаление, страдание и сълзи.

Щастието е ваше рождено право. Както и любовта, насладата от нея и споделянето ѝ. Живи сте, така че вземете живота си и му се радвайте. Не се съпротивлявайте на разливащия се във вас живот, защото

това е живеещият във вас Бог. Самото ви съществуване доказва съществуването на Бога. Съществуването ви доказва съществуването на живота и енергията.

Не е необходимо да знаем или доказваме каквото и да било. Единственото, което има значение, е да бъдем, да поемем риска и да се радваме на живота. Кажете „не“, когато искате да кажете „не“, и „да“, когато желаете да кажете „да“. Вие имате правото да бъдете самите себе си. А ще бъдете самите себе си, само когато правите най-доброто, на което сте способни. Когато не го правите, вие отричате правото си да бъдете самите себе си. Заслужава си да подхранвате това семенце в ума си. Не ви е необходимо познание или велики философски концепции. Не ви е необходимо другите да ви приемат. Вие давате израз на собствената си божественост чрез живота си и любовта си към себе си и към другите. Да кажеш „Обичам те“ е проява на божественото.

Първите три споразумения ще се задействат, само ако правите най-доброто, на което сте способни. Не очаквайте винаги да можете да бъдете безгрешни в словото си. Навиците ви са твърде силни и здраво вкоренени в ума ви. Но можете да направите всичко по силите си. Не очаквайте, че винаги няма да приемате нещата лично; просто правете най-доброто, на което сте способни. Не очаквайте никога да не правите предположения, но определено можете да правите най-доброто, на което сте способни.

Като правите най-доброто, на което сте способни, с времето навикът да злоупотребявате със словото си, да приемате нещата лично и да правите предположения ще отслабне и ще се проявява по-рядко. Не е необходимо да се осъждате, да се чувствате виновни или да се наказвате, ако не спазвате тези споразумения. Щом правите всичко, на което сте способни, ще се чувствате добре, дори и да продължавате с предположенията, да приемате нещата лично или да не сте безгрешни в словото си.

Ако винаги правите най-доброто, на което сте способни – отново и отново, ще станете майстори на преобразяването. Практиката прави майстора. Правейки най-доброто, *вие* ставате майстори. Всичките ви знания са плод на повторението. Благодарение на него сте се научили да пишете, да шофирате и дори да ходите. Вие сте майстори в използването на родния си език, защото сте се упражнявали. Всичко идва с действието.

Ако правите най-доброто, на което сте способни в търсенето на лична свобода, в търсенето на любовта към себе си, ще откриете, че е

само въпрос на време да намерите онова, което търсите. Не става дума за безплодни мечти или многочасова медитация. Просто трябва да се направите и да бъдете човек. Трябва да почитате човека, който сте. Уважавайте тялото си, наслаждавайте му се, обичайте го, хранете го, почиствайте го и го лекувайте. Упражнявайте се и правете онова, от което тялото ви се чувства добре. Това е *пуджа* за тялото ви и общуване между вас и Бога.

Не е необходимо да се прекланяте пред изображенията на Дева Мария, Христос или Буда. Можете да го правите ако желаете, ако ви е приятно. Собственото ви тяло е проява на Бога и ако го почитате, всичко ще се промени. Когато показвате любовта си към всяка част от тялото си, вие посвявате семената на любовта в ума си и след като те пораснат, вие ще обичате, почитате и уважавате тялото си извънредно много.

Тогава всяко действие се превръща в ритуал на преклонение пред Бога. Следващата стъпка е почитането на Бога чрез всяка мисъл, чувство, убеждение, дори и с онова, което е „правилно“ и „погрешно“. Всяка мисъл се превръща в общуване с Бога и вие ще живеете без осъждане и страдание и ще бъдете свободни от необходимостта да клюкарствате и да се измъчвате.

Ако спазвате всичките четири споразумения, няма начин да живеете в ада. *Няма начин*. Ако сте безгрешни в словото си, ако не приемате нищо лично, ако не правите предположения и винаги правите най-доброто, на което сте способни, Животът ви ще бъде прекрасен. Ще притежавате стопроцентов контрол над битието си.

Четириите споразумения са същината на майсторството на преобразяването, едно от уменията на толтеките. Вие превръщате ада в рай. Сънят на планетата се превръща във ваш личен сън за рая. Мъдростта е тук и само чака да я използвате. Четириите споразумения са тук; просто трябва да ги възприемете и да уважавате смисъла и силата им.

Направете най-доброто, на което сте способни, за да спазвате тези споразумения. Можете да сключите това споразумение още днес: Аз избирам да зачитам Четириите Споразумения. Толкова е просто и логично, че дори дете може да го разбере. Но трябва да имате много силна воля, много силна воля, за да ги спазвате. Защо? Защото където и да отидем, откриваме, че пътят ни е изпълнен с препятствия. Всички се опитват да пречат на нашата отдаденост на тези нови споразумения и всичко наоколо ни изкушава да ги нарушим. Проблемът е във всички останали споразумения, които са част от съня на планетата. Те са живи и много силни.

Затова трябва да бъдете велик ловец, велик воин, способен да защити тези Четири Споразумения с живота си. От това зависи щастието ви, свободата ви, целият ви начин на живот. Целта на война е да се издигне над този свят, да избяга от този ад и никога да не се върне. Както ни учат толтеките, наградата е да превъзмogneш човешкото страдание и да се превърнеш във вълпешение на Бога. Това е наградата.

Наистина се налага да впрегнем всичките си сили, за да успеем да спазваме тези споразумения. Аз самият не очаквах да успея отведнъж. Много пъти съм се провалял, но се изправях и продължавах. Отново се провалях и отново продължавах. Не изпитвах самосъжаление. Нямах начин да изпитвам самосъжаление. Казвах си: „Дори и да сгреша, аз съм достатъчно силен, достатъчно умен, мога да го направя!“ Изправях се и продължавах. Грешах и продължавах и всеки път ставаше все по-лесно и по-лесно. Но в началото беше много, много трудно.

Така че ако се провалите, не се осъждайте. Не доставяйте на своя Съдник удоволствието да ви превърне в жертва. Не, бъдете твърди със себе си. Изправете се и отново сключете споразумението. „Добре, наруших споразумението да бъда безгрешен в словото си. Ще започна отначало. Само днес ще спазвам Четири споразумения. Днес ще бъда безгрешен в словото си, няма да приемам нещата лично, няма да правя предположения и ще давам най-доброто, на което съм способен“.

Ако нарушите някое споразумение, утре започнете отново и така всеки ден. Отначало ще ви бъде трудно, но с всеки ден ще става все по-лесно, докато в един момент не откриете, че управлявате живота си чрез тези Четири Споразумения. И ще се изумите от промяната в живота си.

Не е необходимо да бъдете религиозни или да ходите на църква всеки ден. Любовта и самоуважението ви непрекъснато нарастват. Вие сте способни да го направите. Щом аз успях, вие също можете. Не се тревожете за бъдещето; съсредоточете вниманието си върху настоящето и живеете в него. Изживявайте всеки един ден. *Винаги правете най-доброто, на което сте способни*, за да спазвате тези споразумения и скоро ще ви бъде съвсем лесно. Днес вие поставяте началото на нов сън.

ТОЛТЕКСКИЯТ ПЪТ КЪМ СВОБОДАТА

Прекратяване на старите споразумения

ВСИЧКИ ГОВОРЯТ ЗА СВОБОДА. По целия свят различни народи, различни раси, различни държави се борят за свобода. Но какво е свободата? В Америка казваме, че живеем в свободна страна. Но наистина ли сме свободни? Свободни ли сме да бъдем такива, каквито сме? Отговорът е – не, не сме свободни. Истинската свобода е свързана с човешкия дух – това е свободата да бъдем такива, каквито сме.

Кой ни пречи да бъдем свободни? Обвиняваме правителството, времето, родителите си, религията, Бог. Кой наистина ни пречи да бъдем свободни? Сами си пречим. Какво всъщност означава да бъдеш свободен? Понякога се женим и казваме, че сме загубили свободата си, после се развеждаме и пак не сме свободни. Какво ни пречи? Защо не можем да бъдем самите себе си?

Пазим стари спомени за времето, когато сме били свободни и това ни е харесвало, но сме забравили какво наистина означава свобода.

Когато видим дете на две, три или може би четири години, откриваме свободно човешко същество. Защо това същество е свободно? Защото прави, каквото иска. То е напълно диво. Точно като все още неопитомено цвете, дърво или животно – диво! И ако наблюдаваме двегодишни дечица, забелязваме, че през повечето време те са широко усмихнати и се забавляват. Те изследват света. Не се боят да играят. Страхуват се, когато се наранят, когато са гладни, когато някоя от потребностите им не е удовлетворена, но не се тревожат за миналото, не се вълнуват от бъдещето и живеят само в настоящето.

Малките деца не се боят да изразяват чувствата си. Те са толкова любящи, че ако срещнат любов, разтапят се в нея. Изобщо не се боят да обичат. Това е описанието на нормално човешко същество. Като деца ние не се боим от бъдещето, нито се срамуваме от миналото. Нормалната ни човешка наклонност е да се радваме на живота, да играем, да изследваме, да бъдем щастливи и да обичаме.

Но какво се е случило с порасналия човек? Защо сме толкова различни? Защо не сме диви? От позицията на жертвата можем да кажем, че ни се е случило нещо тъжно, а от позицията на война можем да кажем, че случилото се с нас е нормално. А се е случило това, че кодексът, строгият Съдник и жертвата управляват живота ни. Вече не сме

свободни, защото Съдник, жертвата и мирогледът ни не ни позволяват да бъдем самите себе си. След като умовете ни са програмирани с целия този боклук, ние вече не сме щастливи.

Предаването на знанията от човек на човек, от поколение на поколение е съвсем нормално в човешкото общество. Не трябва да обвинявате родителите си, че са ви научили да бъдете като тях. На какво биха могли да ви научат, освен на онова, което знаят? Направили са, каквото са могли, и, ако са злоупотребявали с вас, това е следствие на собственото им опитомяване, на собствените им страхове, на собствените им убеждения. Не са имали контрол над начина, по който са били програмирани, така че не са могли да се държат различно.

Не трябва да вините родителите си или някой друг, който е злоупотребявал с вас, включително себе си. Но е време да сложите край на злоупотребата. Време е да се освободите от тиранията на Съдника, като промените основата на собствените си споразумения. Време е да се освободите от ролята на жертва.

Истинското би аз все още е малко дете, което никога не е пораснало. Понякога това малко дете излиза наяве – когато се забавлявате или играете, когато се чувствате щастливи, когато рисувате, пишете поезия, свирите на пиано или изразявате същността си по някакъв начин. Това са най-щастливите моменти в живота ви – когато истинското ви аз излиза наяве, когато не се интересувате от миналото и не се тревожите за бъдещето. Вие сте като дете.

Но има нещо, което променя всичко това: наричаме го *задължения*. Съдникът казва: „Чакай малко, ти имаш задължения, трябва да ги изпълниш, трябва да работиш, да ходиш на училище, да си изкарваш прехраната“. Всички тези задължения ни напомнят за себе си. Лицето ни се променя и отново става сериозно. Ако наблюдавате децата, когато играят на възрастни, ще видите как личицата им се променят. „Ще се направя на адвокат“ и личицето веднага се променя; появява се лицето на възрастен. Отиваме в съда и виждаме именно това лице – и това сме ние. Все още сме деца, но сме загубили свободата си.

Свободата, която търсим, е свободата да бъдем самите себе си, да изразим същността си. Но ако се вгледаме в живота си, ще забележим, че през повечето време се стараем да угодим на другите, за да бъдем приети, вместо да живеем живота си така, че да ни е приятно. Ето какво се е случило със свободата ни. И виждаме, че в нашето общество и във всички общества по света на всеки хиляда души деветстотин деветдесет и девет са напълно опитомени.

Най-лошото е, че повечето от нас дори не си дават сметка, че не са свободни. Нещо в нас ни нашепва, че не сме свободни, но не разбираме какво е и защо не сме свободни.

Повечето хора никога не откриват, че Съдникът и жертвата управляват умовете им и следователно нямат шанса да бъдат свободни. Първата стъпка към личната свобода е осъзнаването. За да се освободим, трябва да осъзнаем, че не сме свободни. Трябва да видим проблема, за да го решим.

Осъзнаването на проблема винаги е първата стъпка, защото без това нищо не може да се промени. Ако не си давате сметка, че умът ви е пълен с рани и емоционална отрова, няма да започнете да почиствате и лекувате тези рани и ще продължите да страдате.

Няма причина да страдате. Ако го осъзнаете, можете да се разбунтувате и да заявите: „Стига!“ Можете да потърсите начин да излекувате и да преобразите вашия личен сън. Сънят на планетата е само сън. Той дори не е реален. Ако влезете в съня и започнете да поставяте под въпрос убежденията си, ще откриете, че повечето от представите, наранили ума ви, дори не са верни. Ще откриете, че през всичките тези години сте страдали без причина. Защо? Защото заложената в ума ви система от вярвания е основана на лъжи.

Затова е важно да станете господари на съня си; затова толтеките са станали майстори на сънуването. Животът ви е проява на съня ви; той е изкуство. И вие можете да промените живота си винаги, когато сънят не ви харесва. Майсторите на сънуването създават шедьовър от живота; те контролират съня чрез взимането на решения. Всяко нещо си има последствия и майсторът на сънуването съзнава това.

Да бъдеш толтек е начин на живот. Това е начин на живот, в който няма водачи и последователи, имаш своя собствена истина и живееш според нея. Толтекът става мъдър, става див, става отново свободен.

Има три умения, които превръщат човека в толтек. Първото е Умението да съзнаваш. Това означава да съзнаваш кой си всъщност с всичките потенциални възможности. Второто е Умението на преобразяването – как да се промениш, да се освободиш от опитомяването. Третото е Умението на намерението. Според толтеките намерението е онази част от живота, която прави трансформирането на енергията възможно; това е онова живо същество, което сякаш обхваща цялата енергия, ши онова, което наричаме „Бог“. Намерението е самият живот; то е безусловна любов. Умението на намерението следователно е Умение да обичаш.

Когато говорим за пътя на толтеките към свободата, откриваме, че

те разполагат с цялостен план за освобождаване от опитомяването. Сравняват Съдника, Жертвата и системата от вярвания с паразит, проникнал в човешкия ум. Според толтеките всеки опитомен човек е болен. Болен е, защото паразитът контролира ума и мозъка. Храната на този паразит са негативните емоции, произтичащи от страха.

Ако разгледаме дефиницията за паразит, ще видим, че паразитът е живо същество, което живее за сметка на други живи същества. Той изсмуква енергията им, без да даде нещо полезно в замяна, и малко по малко отслабва гостоприемника си. Съдникът, жертвата и системата от вярвания отговарят на това описание. Заедно те представляват живо същество, съставено от психическа или емоционална енергия и тази енергия е жива. Разбира се, тази енергия не е материална, но и емоциите не са материални. Сънищата ни също не са материални, но знаем, че съществуват.

Една от функциите на мозъка е да трансформира материалната енергия в емоционална. Нашият мозък е фабрика за емоции. А казахме, че основната функция на ума е да сънува. Толтеките вярват, че паразитът – Съдникът, жертвата и системата от вярвания – има контрол над ума; той контролира личния би сън. Паразитът сънува чрез ума ви и живее чрез тялото ви. Оцелява благодарение на произтичащите от страха емоции и процъфтява от нещастieto и страданиято.

Свободата, която търсим, е да използваме ума и тялото си, да живеем собствения си живот, вместо живота на убежденията си. Когато открием, че умът се контролира от Съдника и жертвата, а истинското ни „аз“ е притиснато в ъгъла, имаме две възможности. Едната е да продължим да живеем по същия начин, да се подчиним на Съдника и на жертвата, да останем в съня на планетата. Втората възможност е да правим, каквото правим като деца, когато родителите се опитват да ни опитомят. Можем да се разбунтуваме и да заявим „Не!“ Можем да обявим война на паразита, на Съдника и на жертвата, война за независимост, война за правото да използваме собствения си ум и собствения си мозък.

Затова във всички шамански традиции на Америка – от Канада до Аржентина – хората наричат себе си *воини*, защото воюват срещу паразита в ума си. Това е истинският смисъл на война. Воинът е човек, който въстава срещу нашествието на паразита. Воинът въстава и обявява война. Но той не винаги печели войната; може да спечелим, може и да загубим, но винаги правим най-доброто, на което сме способни и поне имаме шанса отново да бъдем свободни. Избирането на този път най-малкото ни дава достойнството на бунта и не ни позволява да бъдем

безпомощни жертви на капризните си емоции или на отровните емоции на другите. Дори да бъдем победени от врага – паразита, няма да бъдем сред жертвите, които се предават без борба.

В най-добрия случай това да бъдеш воин, дава възможността да се издигнеш над съня на планетата и да промениш личния си сън в сън, който наричаме *рай*. Също като адът, рай е място, което съществува в ума ни – място на радост, място, където сме щастливи, където сме свободни да обичаме и да бъдем самите себе си. Можем да постигнем рай и приживе; не е необходимо да чакаме да умрем. Бог винаги присъства и царството небесно е навсякъде, но първо трябва да имаме очите и ушите да видим и да чуем истината. Трябва да се освободим от паразита.

Паразитът може да се сравни с хилядоглаво чудовище. Всяка глава е един от страховете ни. Ако искаме да бъдем свободни, трябва да унищожим паразита. Едно от решенията е да атакуваме всяка глава поотделно, тоест да се изправяме пред страховете си един по един. Процесът е бавен, но резултатен. След всеки победен страх ставаме малко по-свободни.

Вторият подход е да престанем да храним паразита. Ако не му даваме никаква храна, той ще умре от гладна смърт. За да го направим, трябва да съумеем да контролираме чувствата си, да се въздържаме от подхранването на произтичащите от страха емоции. Лесно е да се каже, но е много трудно да се направи. Трудно е, защото Съдникът и жертвата контролират ума ни.

Третото решение се нарича *посвещават на мъртвите*. Посвещаването на мъртвите присъства в много традиции и езотерични школи по целия свят. Откриваме го в Египет, Индия, Гърция и Америка. Това е символична смърт, която убива паразита, без да наранява физическото ни тяло. Когато „умрем“ символично, паразитът трябва да умре. Това решение е по-бързо от първите две, но е дори още по-трудно осъществимо. Необходима ни е голяма смелост, за да се изправим пред ангела на смъртта. Трябва да бъдем много силни.

Нека разгледаме по-подробно всяко от тези решения.

ИЗКУСТВОТО НА ПРЕОБРАЗЯВАНЕТО: СЪНЯТ НА ВТОРОТО ВНИМАНИЕ

Научихме, че сънят, който живеем в момента, е плод на външния сън, призовал вниманието ни и формирал всичките ни убеждения. Процесът на опитомяване може да се нарече *сън на първото внимание*, защото това е първият начин, по който вниманието ви е използвано за създаването на първия сън за живота ви.

Единият начин да промените убежденията си е да съсредоточите вниманието си върху всички досегашни споразумения и убеждения и да ги промените. Тогава вие използвате вниманието си за втори път, създавайки *съня на второто внимание* или новия сън.

Разликата е, че вече не сте невинни. Когато сте били дете, не е било така; не сте имали избор. Но вече не сте дете. Сега от вас зависи избора в какво ще вярвате и в какво – не. Можете да изберете да вярвате в каквото и да било, включително и в себе си.

Първата стъпка е да си дадете сметка за мъглата в главата си. Трябва да осъзнаете, че през цялото време сънувате. Само тогава ще имате възможността да преобразите съня си. Ако съзнавате, че цялата драма на живота ви е плод на вашите убеждения, а те не са реални, тогава ще можете да започнете да ги променят. Но за да промените наистина убежденията си, трябва да съсредоточите вниманието си върху онова, което искате да промените. Трябва да знаете кои споразумения желаете да промените, за да успеете да го направите.

Така че следващата стъпка е да развиете съзнание за всички почиващи върху страха, ограничаващи ви убеждения, които ви правят нещастни. Правите равносметка на всичко, в което вярвате, на всичките си споразумения и така поставяте началото на преобразяването. Толтеките са нарекли този процес Изкуство на преобразяването и той наистина е цяло изкуство. Ще овладеете Изкуството на преобразяването, като промените почиващите върху страха споразумения, които ви карат да страдате, и като препрограмирате ума си по свой начин. Един от методите за това е да проучите и възприемете алтернативни убеждения – Четири споразумения, например.

Решението за възприемане на Четири споразумения означава да обявите война на паразита, за да си върнете свободата. Четири споразумения ви дават възможността да сложите край на емоционалната

болка, за да можете да се радвате на живота и да положите началото на нов сън. От вас зависи да проучите възможностите на своя сън, ако желаете. Четирите Споразумения са създадени, за да ви помогнат в Изкуството на преобразяването, да ви помогнат да прекратите ограничаващите ви споразумения, да придобиете повече лична сила и така да станете по-силни. Колкото по-силни ставате, толкова повече споразумения можете да прекратите, докато не достигнете до сърцевината на всички тези споразумения.

Аз наричам достигането до сърцевината на тези споразумения *оттегляне в пустинята*. Когато се оттеглите в пустинята, вие се изправяте лице в лице със своите демони. След като се върнете оттам, всички демони се превръщат в ангели.

Спазването на четирите нови споразумения е постъпка на силата. Развалянето на тегнещата над ума ви черна магия изисква голяма лична сила. Всеки път, когато прекратите някое споразумение, силата ви ще се увеличи. Започнете с прекратяването на маловажните споразумения, за които се изисква по-малко сила. Така личната ви сила постепенно ще нараства, докато стигнете до момента, в който ще се изправите срещу големите демони в ума си.

Например, малкото момиченце, на което са казали да не пее, сега е двадесетгодишна девойка, но продължава да не пее. Единият начин да се освободи от убеждението, че няма хубав глас, е да каже: „Добре, ще се опитам да пея, дори и да не пея хубаво“. После може да си представи, че някой ѝ ръкопляска и ѝ казва: „О! Беше чудесно“. Така споразумението ще се разклати, но ще продължи да съществува. Но сега тя ще бъде малко по-силна и ще има смелостта да пробва отново и отново, докато накрая прекрати споразумението.

Това е единият начин за измъкване от съня за ада. Но ще ви се наложи да заменяте всяко предизвикващо страдание споразумение с такова, което ви прави щастливи. Това ще попречи на старото споразумение да се появи отново. Ако поставите на мястото му ново споразумение, старото ще си отиде завинаги.

В ума има много дълбоко вкоренени убеждения, които правят този процес привидно безнадежден. Налага се да действате стъпка по стъпка и да бъдете търпеливи със себе си, защото процесът е бавен. Настоящият ви начин на живот е плод на дългогодишно опитомяване. Не може да очаквате да се преборите с опитомяването за един ден. Прекратяването на споразумения е много трудно начинание, защото ние влагаме силата на словото си (която е силата на нашата воля) във всяко сключено

споразумение.

Затова за променянето на споразуменията ни е необходима същата сила. Няма да успеем да ги променим с по-малко сила от онази, която сме използвали за сключването им, а почти цялата ни лична сила отива за спазването на споразуменията ни със себе си. Така е, защото нашите споразумения приличат на наркомания. Пристрастени сме към начина си на живот. Пристрастени сме към гнева, ревността и самосъжалението. Пристрастени сме към своите убеждения, които ни нашепват: „Не съм достатъчно добър, не съм достатъчно умен. Защо въобще да опитвам? Другите ще успеят, защото са по-добри от мен“.

Всички тези стари споразумения, управляващи съня ни за живота, са плод на постоянно повторение. Следователно, за да възприемем Четирите Споразумения, също трябва да прибегнем до повторението. Само като практикувате новите споразумения в живота си най-доброто, на което сте способни, ще стане още по-добро. Повторението прави майстора.

ДИСЦИПЛИНАТА НА ВОИНА: КОНТРОЛИРАНЕ НА СОБСТВЕНОТО ПОВЕДЕНИЕ

Представете си, че една сутрин се събуждате, преизпълнени с ентузиазъм. Чувствате се добре. Щастливи сте и имате достатъчно енергия за през деня. После на закуска се скарвате сериозно с партньора си и емоциите ви заливат като вълна. Вбесявате се и гневът изсмуква голяма част от личната ви сила. След скандала се чувствате пресушени и искате само да се махнете и да се наплачете. Всъщност, чувствате се толкова уморени, че отивате в стаята си, рухвате в леглото и се опитвате да се възстановите. Прекарвате деня, отдадени на емоциите си. Нямате енергия за каквото и да било и ви се иска да избягате от всичко.

Всеки ден ние се събуждаме с определено количество умствена, емоционална и физическа енергия, която изразходваме през деня. Ако позволим на емоциите ни да изчерпат нашата енергия, не ни остава нищо, за да променим живота си или да даваме на другите.

Представата ви за света зависи от емоциите, които изпитвате. Когато сте ядосани, всичко наоколо е лошо, нищо не е хубаво. Обвинявате всичко, включително времето, независимо дали вали или е слънчево – нищо не може да ви зарадва. Когато сте тъжни, всичко наоколо е тъжно и ви кара да плачете. Гледате дърветата и ви става тъжно; гледате дъжда и всичко ви се струва тъжно. Може би се чувствате уязвими и изпитвате необходимостта да се защитите, защото не знаете в кой момент някой ще ви нападне. Не вярвате на никого и на нищо около себе си. Така е, защото виждате света през очите на страха!

Представете си, че човешкият ум е като кожата ви. Ако докоснете здрава кожа, изживяването е страхотно. Кожата ви е направена за възприятия и усещането за допир е прекрасно. Сега си представете, че имате рана и кожата е порязана и инфектирана. Ако докоснете инфектираната кожа, ще ви заболи, така че вие се опитвате да я покриете и защитите. Докосването няма да е приятно, защото боли.

Сега си представете, че всички хора страдат от това кожно заболяване. Не могат да се докосват, защото боли. Всички имат рани по кожата си, затова инфекцията изглежда нормална, болката също се смята за нормална; вярваме, че така трябва да бъде.

Можете ли да си представите как щяхме да се държим един към друг, ако всички хора по света страдаха от това кожно заболяване? Разбира се, едва ли дори бихме се прегръщали, защото би било твърде болезнено. Така че щеше да се наложи да спазваме голяма дистанция.

Човешкият ум е точно като описаното кожно заболяване. Всеки човек притежава емоционално тяло, цялото покрито с инфектирани рани. Всяка рана е инфектирана с емоционална отрова – отровата на всички емоции, които ни карат да страдаме – омраза, гняв, завист, тъга. Несправедливата постъпка отваря в ума рана и ние реагираме с емоционална отрова заради представите и убежденията ни за несправедливост и страх. Поради процеса на опитомяване умът е толкова наранен и преизпълнен с отрова, че всички описват наранения ум като нещо нормално. Това се смята за естествено, но мога да ви уверя, че не е така.

Сънят на планетата е изкривен и хората са умствено болни от болестта, наречена страх. Симптомите са всички емоции, предизвикващи страдание: гняв, омраза, тъга, завист и предателство. Когато страхът е прекалено силен, състоянието на разсъждаващия ум се влошава и ние наричаме това умствено заболяване. Ненормалното поведение се появява, когато умът е толкова уплашен, а раните – толкова болезнени, че се налага да прекратиш връзката с външния свят.

Ако приемем умственото си състояние като болест, откриваме, че има лек. Не е необходимо да страдаме повече. Първата стъпка е истината да отвори емоционалните рани, да извлече отровата и да излекува раните напълно. Как става това? Трябва да простим на хората, които са ни наранили – не защото заслужават прошка, а защото обичаме себе си толкова много, че не желаем да продължаваме да плащаме за несправедливостта.

Прошката е единственият лек. Можем да изберем да простим, защото изпитваме състрадание към себе си. Можем да се освободим от обидата и да заявим: „Стига! Няма повече да бъда строгия Съдник, който върви срещу самия мен. Няма повече да се оскърбявам и измъчвам. Няма повече да бъда жертвата“.

Първо трябва да простим на родителите си, на братята си, на сестрите си, на приятелите си и на Бог. След като простите на Бог, най-сетне можете да простите и на себе си. Когато го направите, ще престанете да се самоотхвърляте. Ще започнете да се приемате и любовта ви към самия себе си ще стане толкова силна, че накрая ще се приемете такъв, какъвто сте. Така се появява свободният човек. Ключът е прошката.

Ще разберете, че сте простили на някого, когато престанете да

реагирате емоционално при срещата с него. Ще чувате името му и ще запазвате спокойствие. Когато някой докосне старата рана и вече не изпитвате болка, ще знаете, че сте простили истински.

Истината е като скалпел. Тя причинява болка, защото отваря всички покрити с лъжи емоционални рани, за да можем да се излекуваме. Тези лъжи наричаме *система на отричане*. Хубаво е, че имаме тази система, защото тя ни позволява да покривем раните си и да продължим да функционираме. Но след като вече нямаме рани или отрова, не е необходимо да лъжем. Системата на отричане не ни е необходима, защото здравият ум, също като здравата кожа, може да бъде докоснат, без да се появи болка. Когато умът е чист, докосването е приятно.

Проблемът при повечето хора е, че са загубили контрол над емоциите си. Не човекът контролира емоциите си, а емоциите контролират поведението му. Когато загубим контрол, изричаме думи, които не искаме да изречем, и правим неща, които не желаем да направим. Затова е толкова важно да бъдем безгрешни в словото си и да се превърнем във воители на духа. Трябва да се научим да контролираме емоциите си, за да имаме достатъчно лична сила, чрез която да променим почиващите върху страха споразумения, да избягаме от ада и да създадем свой собствен личен рай.

Как да станем воители? Чертите на воина са почти еднакви по целия свят. Воинът притежава съзнание. Това е много важно. Ние съзнаваме, че сме във война и тази война в нашия ум изисква дисциплина. Не дисциплината на войник, а дисциплината на воин. Не дисциплината да изпълняваме команди отвън – какво да правим и какво не – а дисциплината да бъдем самите себе си, независимо от всичко.

Воинът притежава контрол. Не контрол над другите хора, а контрол над собствените си емоции, контрол над собственото си Аз. Ние потискаме емоциите си не когато притежаваме контрол, а когато го загубим. Съществената разлика между воина и жертвата е, че жертвата потиска, а воинът въздържа, жертвите потискат, защото се боят да покажат емоциите си, боят се да кажат онова, което желаят да кажат. Въздържането е различно от потискането. Да се въздържаш означава да задържиш емоциите си и да ги изразиш в подходящия момент, нито по-рано, нито по-късно. Затова воините са безупречни. Те притежават пълен контрол над чувствата си, а следователно и над поведението си.

ПОСВЕЩАВАМЕ НА МЪРТВИТЕ: ДА ПРЕГЪРНЕМ АНГЕЛА НА СМЪРТТА

Последният метод за постигане на лична свобода е да се подготвим за посвещаването на мъртвите, да приемем смъртта за свой учител. Защото ангелът на смъртта може да ни научи как да бъдем истински живи. Даваме си сметка, че може да умрем всеки миг; живи сме само в настоящия момент. Ние наистина не знаем дали няма да умрем утре. Кой може да каже със сигурност? Смятаме, че разполагаме с много години живот. Но така ли е?

Ако отидем в болницата и лекарят ни каже, че ни остава една седмица, какво ще направим? Както вече казахме, имаме две възможности. Едната е да страдаме, защото ще умрем, да се оплакваме на всички: „Горкият аз, ще умра“, и да направим истинска трагедия. Другата възможност е да използваме всеки миг, за да бъдем щастливи и да правим онова, което наистина ни е приятно. Ако ни остава само една седмица, нека се порадваме на живота. Нека бъдем живи. Можем да кажем: „Ще бъда самия себе си. Вече няма да се старая да угаждам на другите. Няма да се интересувам какво мислят за мен. Какво ме засяга мнението на другите, след като ще умра след една седмица? Ще бъда самия себе си“.

Ангелът на смъртта може да ни научи да изживяваме всеки ден така, сякаш е последният в живота ни, сякаш няма да има утре. Можем да започваме всеки ден с думите: „Буден съм, виждам слънцето. Ще благодаря на слънцето и на всичко и всички, защото съм още жив. Още един ден, в който да бъда себе си“.

Така трябва да приемаме живота, на това ме научи ангелът на смъртта – да бъда напълно отворен, да зная, че няма от какво да се боя. И, разбира се, показвам на любимите си хора своята обич, защото това може да е последният ден, в който мога да ви кажа колко ви обичам. Не зная дали ще ви видя пак, затова не желая да се караме.

Ами ако се скараме жестоко и аз ви изпратя цялата си емоционална отрова, а вие утре умрете? Олеле! Мили Боже, Съдникът добре ще ме нареди и аз ще се чувствам виновен за всичко казано. Ще изпитвам вина и че не съм ви казал колко ви обичам. Любовта, която ме прави щастлив, е любовта, която мога да споделя с вас. Защо трябва да отричам, че ви обичам? Няма значение дали вие отвърщате на чувствата ми. Може утре да умра, вие също. Онова, което ме прави щастлив сега, е да ви

покажа колко много ви обичам.

Можете да живеете по този начин. Така се подготвяте за посвещаването на мъртвите. А при посвещаването на мъртвите ще се случи следното: старият сън в ума би ще умре завинаги. Да, ще си спомняте за паразита – за Съдника, за жертвата и за предишните си убеждения – но паразитът ще е мъртъв.

Ето какво ще умре при посвещаването на мъртвите – паразитът. Не е лесно да се решиш на посвещаването на мъртвите, защото Съдникът и жертвата ще се съпротивяват с всички сили. Ще ни се струва, че ние ще умрем, и ще се боим от тази смърт.

Когато живеем в съня на планетата, все едно вече сме мъртви. Но който оцелее след посвещаването на мъртвите, получава най-прекрасния дар: възкресение. Да възкръснем означава да се изправим из мъртвите, да бъдем живи, отново да бъдем самите себе си. Да възкръснеш означава да бъдеш като дете – да бъдеш див и свободен. Но с известна разлика. Разликата е, че свободата е съпроводена от мъдрост, а не от невинност. Способни сме да се отърсим от опитомяването, да станем отново свободни и да излекуваме умовете си. Предаваме се на ангела на смъртта, знаейки, че паразитът ще умре, а ние ще продължим за живеем със здрав ум и съвършен разум. Тогава ще сме свободни да използваме собствения си ум и да управляваме собствения си живот.

Ето защо толтеките смятат, че ангелът на смъртта е наш учител. Той идва при нас и казва: „Разбираш, че всичко, което съществува, е мое, не твое. Къщата ти, партньорът ти, децата ти, колата ти, кариерата ти, парите ти – всичко е мое и мога да си го взема винаги, когато пожела, но засега можеш да го използваш“.

Ако приемем ангела на смъртта, ще бъдем вечно и винаги щастливи. Защо? Защото той премахва миналото, за да позволи на живота да продължи. От всеки минал момент ангелът на смъртта взима мъртвата част и ние продължаваме да живеем в настоящето. Паразитът иска да носим миналото със себе си и затова е толкова тежко да бъдеш жив. Нима можем да се радваме на настоящето, когато се опитваме да живеем в миналото? Защо да носим товара му, когато мечтаем за бъдещето? Кога ще живеем в настоящето? Това ни учи да правим ангелът на смъртта.

НОВИЯТ СЪН Рай на земята

ИСКАМ ЗА ЗАБРАВИТЕ ВСИЧКО, което сте научили в живота си. Това е началото на ново разбиране, на нов сън.

Сънят, в който живеете, е ваше творение. Това е вашата представа за реалността и вие можете да я промените във всеки момент. Способни сте да създадете ад, способни сте да създадете и рай. Защо да не сънувате различен сън? Защо да не използвате ума си, въображението си и емоциите си, за да сънувате рая?

Използвайте въображението си и ще се случи нещо необикновено. Представете си, че сте способни да видите света с други очи – такъв, какъвто поискате. Всеки път, когато отворите очи, виждате света по различен начин.

Сега затворете очи и после ги отворете и погледнете.

Ще видите как любовта се излъчва от дърветата, от небето, от светлината. Ще видите любовта във всичко наоколо. Това е състоянието на блаженство. Ще виждате любовта във всичко, включително в себе си и в другите хора. Дори когато околните са тъжни или сърдити, зад тези чувства отново ще откриете любов.

Като използвате въображението и новия си начин на възприятие, искам да видите как живеете нов живот, нов сън, живот, в който не ви е необходимо да оправдавате съществуването си и сте свободни да бъдете самите себе си.

Представете си, че ви е позволено да бъдете щастливи и наистина да се наслаждавате на живота. Няма ги конфликтите със самите вас и с другите.

Представете си, че живеете без страх да изразите мечтите си. Знаете какво искате, какво – не и кога го искате. Свободни сте да промените живота си така, както желаете. Не се боите да помолите за желаното, да кажете „да“ или „не“ на всеки и на всичко.

Представете си, че живеете без страха да би съдят. Поведението ви вече не се ръководи от онова, което околните могат да си помислят за вас. Не се чувствате отговорни за мнението на другите. Не изпитвате нужда да контролирате никого и никой не контролира вас.

Представете си, че живеете, без да съдите другите. Лесно прощавате и сте се освободили от предишната критичност. Не изпитвате

необходимост да бъдете прави, нито да изкарвате другите виновни. Уважавате себе си и всички останали и те също ви уважават.

Представете си, че живеете без страха да обичате и да бъдете обичани. Вече не се боите да бъдете отхвърлени и не изпитвате нуждата да бъдете приети. Можете да кажете „Обичам те“, без да се срамувате или оправдавате. Можете да вървите по земята с напълно открито сърце, без да се боите, че ще ви наранят.

Представете си, че живеете без страха да поемате рискове и да изследвате живота. Не се боите, че ще загубите нещо. Не се боите да живеете в този свят и не се страхувате от смъртта.

Представете си, че се обичате такива, каквито сте. Обичате тялото си, каквото е, и емоциите си, каквито са. Знаете, че сте свършени.

Причината да ви моля да си представите тези неща е, че всички те са напълно възможни! Можете да живеете в състояние на блаженство, на благодат, в съня за рая. Но за да заживеете в този сън, трябва първо да го разберете.

Само любовта може да би донесе това състояние на блаженство. Да изпитваш блаженство е като да бъдеш влюбен. Да бъдеш влюбен е като да изпитваш блаженство. Летиш в облаците. Където и да отидеш, виждаш любов. Наистина можете да живеете така всеки миг. Възможно е, защото други са го правили, а те не са по-различни от вас. Животът им е блаженство, защото са променили споразуменията си и сънуват различен сън.

Щом изпитате блаженството, то ще ви хареса. Ще разберете, че земният рай е истински – че раят действително съществува. Когато осъзнаете, че раят съществува, че е възможно да останете там, от вас зависи да положите усилието да го направите. Преди две хиляди години Исус е разказал за царството небесно, за царството на любовта, но почти никой не е бил готов да го чуе. Казвали са: „За какво говориш? Сърцето ми е празно, не чувствам любовта, за която говориш; не усещам покоя, който ти притежаваш“. Не трябва и вие да правите това. Просто си представете, че неговото послание за любовта е възможно и ще откриете, че е ваше.

Светът наистина е красиво място. Животът може да бъде много лесен, когато се ръководи от любовта. Нищо не ви пречи да бъдете любящи през цялото време. Изборът е ваш. Дори да нямате причина, обичайте – защото любовта ви прави щастливи, Любовта в действие носи само щастие. Любовта ще ви донесе вътрешен покой. Тя ще промени представата ви за всичко.

Можете да видите всичко през очите на любовта. Можете да осъзнаете, че любовта е навсякъде около вас. Когато живеете по този начин, в ума ви вече няма мъгла. *Mumote* е излязло в постоянна ваканция. Това търсят хората от векове. От хиляди години търсим щастието – изгубения рай. Хората са работили упорито, за да стигнат до този момент и това е част от еволюцията на ума. Това е бъдещето на човечеството.

Този начин на живот е възможен и е в ръцете ви. Мойсей го нарича Обетована земя, Буда го нарича Нирвана, Исус го нарича Рай, а толтеките – Нов Сън. За съжаление, вие сте объркани от съня на планетата. Всичките ви убеждения и споразумения са там, в мъглата. Усещате присъствието на паразита и вярвате, че това сте вие. Ето защо ви е трудно да се освободите – да прогоните паразита и да отворите място за любовта. Вие сте привързани към Съдника, привързани сте към жертвата. Страданието ви носи усещане за сигурност, защото го познавате много добре.

Но наистина не е необходимо да страдате. Единствената причина за страданието е, че сте го избрали. Ако се вгледате в живота си, ще откриете много извинения за страданието, но никое от тях не е достатъчно добро. Същото важи за щастието. Единствената причина да сте щастливи е, че сте избрали да бъдете щастливи. Щастието е избор, също както страданието.

Може би не сме в състояние да избягаме от съдбата на човек, но имаме избор: да страдаме от съдбата си или да ѝ се наслаждаваме. Да страдаме или да обичаме и да бъдем щастливи. Да живеем в ада или да се потопим в рая. Аз избрах рая. А Вие?

МОЛИТВИ

ЗАТВОРЕТЕ ЗА МИГ ОЧИ, ОТВОРЕТЕ СЪРЦЕТО СИ и почувствайте избликвачата от него любов.

Искам в ума и в сърцето си да се присъедините към думите ми и да усетите силната връзка на любовта. Заедно ще изречем една свята молитва, за да почувстваме съюза с нашия Създател.

Съсредоточете вниманието си върху дробовете, сякаш само те съществуват. Изживейте насадата, когато се разширяват, за да удовлетворят най-силната потребност на човешкото тяло – дишането.

Поемете дълбоко въздух и почувствайте как той изпълва дробовете ви. Осъзнайте, че въздухът е любов. Забележете свързаността между въздуха и дробовете, свързаност чрез любовта. Изпълвайте дробовете си с въздух, докато тялото не пожелае да се освободи от него. Тогава издишайте и отново почувствайте насадата. Защото удовлетворяването на всяка телесна потребност ни носи наслада. Дишането ни носи огромна наслада. Дори само то е достатъчно, за да бъдем винаги щастливи, да се наслаждаваме на живота. Да бъдем живи е достатъчно. Почувствайте насадата да сте живи, насадата да изпитвате любов...

МОЛИТВА ЗА СВОБОДА

Създателю на вселената, днес те молим да дойдеш и да споделиш с нас силния съюз на любовта. Знаем, че истинското ти име е Любов, че за да общуваме с теб означава да споделим твоите вибрации, твоята честота, защото ти си единственото, което съществува във вселената.

Помогни ни днес да бъдем като теб, да обичаме живота, да бъдем живот, да бъдем любов. Помогни ни да обичаме като теб, безусловно, без очаквания, без задължения, без да съдим. Помогни ни да обичаме и да приемаме себе си, без да се съдим, защото когато се съдим, ние се намираме за виновни и изпитваме нужда да бъдем наказани.

Помогни ни да обичаме безусловно всяко твое творение, особено другите хора, особено близките си – всичките си роднини и хората, които така се стараем да обичаме. Защото когато ги отхвърляме, ние отхвърляме себе си, а когато отхвърляме себе си, ние отхвърляме Теб.

Помогни ни да обичаме другите такива, каквито са, безусловно.

Помогни ни да ги приемаме такива, каквито са, без да ги съдим, защото когато ги съдим, ние ги намираме за виновни, обвиняваме ги и изпитваме необходимост да ги накажем.

Днес изчисти сърцата ни от цялата емоционална отрова, освободи умовете ни от критичността, за да живеем в пълен покой и в свършена любов.

Днес е специален ден. Днес ние отново отваряме сърцата си за любовта, за да можем да си кажем един на друг: „Обичам те“, без никакъв страх и от сърце. Днес ние ти се принасяме в дар. Ела при нас, използвай гласовете ни, използвай очите ни, използвай ръцете ни и сърцата ни, за да осъществим съюз на любовта с всеки. Създателю, помогни ни днес да бъдем като теб. Благодарим ти за всичко, което получаваме днес, особено за свободата да бъдем самите себе си. Амин.

МОЛИТВА ЗА ЛЮБОВ

Ще споделим един красив сън – сън, който няма да искате да свършва. В този сън денят е красив, топъл и слънчев. Чувате птичките, вятъра и малка рекичка. Върбите към нея. На брега ѝ един старец медитира и вие виждате как от главата му струи красива разноцветна светлина. Опитват се да не му пречите, но той усеща присъствието ви и отваря очи. Очите му са пълни с любов и се усмихват. Питате го как успява да излъчва тази прекрасна светлина. Питате го дали може да ви научи да правите същото. Той отвръща, че преди много, много години е задал същия въпрос на учителя си.

Старецът започва да ви разказва историята си: „Учителят ми отвори гърдите си, взе сърцето си и от него извади красив пламък. После отвори гърдите ми, отвори сърцето ми и сложи пламъчето в него. Върна сърцето ми в гърдите и щом то се озова вътре в мен, почувствах силна любов, защото пламъкът, който учителят сложи в сърцето ми, беше собствената му любов.

Този пламък растеше в сърцето ми и се превърна в голям, голям огън – огън, който не изгаря, но пречиства всичко, до което се докосне. И той докосна всяка клетка в тялото ми и клетките ми отвърнаха с любов. Аз станах едно с тялото си, но любовта ми продължаваше да расте. Този огън докосна всяко чувство в ума ми и всички чувства се превърнаха в силна, необятна любов. И аз обикнах себе си напълно и безусловно.

Но огънят продължи да гори и почувствах необходимостта да споделя любовта си. Реших да дам част от нея на всяко дърво и дърветата ми отвърнаха с любов, и аз станах едно цяло с тях, но любовта не престана да расте и расте. Дадох от нея на всяко цвете, на всяка тревичка, на почвата, и те ми отвърнаха с любов и станахме едно. Но любовта ми растеше и растеше и обикнах всяко животно на земята. Те отвърнаха на любовта ми и ние станахме едно. Но любовта ми не преставаше да расте.

Дадох част от любовта си на всеки кристал, на всеки камък по земята, на почвата, металите, и те ми отвърнаха със същото и аз станах едно със земята. Тогава реших да дам любовта си на водата, на океаните, реките, дъжда и снега. И те ми отвърнаха с любов и станахме едно. А любовта ми продължаваше да расте и расте. Реших да я дам на въздуха, на вятъра. Почувствах силна връзка със земята, с вятъра, с океаните, с природата и любовта ми растеше и растеше.

Насочих поглед към небето, към слънцето, към звездите и дадох част от любовта си на всяка звезда, на луната, на слънцето и те ми отвърнаха с любов. И аз станах едно с луната и със слънцето и със звездите и любовта ми продължи да расте и расте. Дадох част от нея на всеки човек и станах едно с цялото човечество. Където и да отида, когото и да срещна, виждам себе си в очите му, защото съм част от всичко, защото обичам“.

И тогава старецът отваря гърдите си, изважда сърцето си с красивия пламът и слага този пламък в сърцето ви. И сега тази любов расте във вас. Сега сте едно с вятъра, с водата, със звездите, с цялата природа, с всички животни и с всички хора. Усещате топлината и светлината, излъчващи се от пламъка в сърцето ви. От главата ви струи красива многобагрена светлина. Вие излъчвате огъня на любовта и се молите:

Благодаря ти, Създателю, за живота, който ми дари. Благодаря ти, че ми даде всичко, което ми е било истински необходимо. Благодаря ти за възможността да имам това красиво тяло и този прекрасен ум. Благодаря ти, че живееш в мен с цялата си любов, с чистия си и безкраен дух, с топлата си и лъчиста светлина.

Благодаря ти, че използваш думите ми, очите ми и сърцето ми, за да споделяш любовта си, където и да отида. Обичам те такъв, какъвто си и тъй като съм твое творение, обичам и себе си такъв, какъвто съм. Помогни ми да запазя любовта и покоя в сърцето си и да превърна тази любов в нов начин на живот и да живея в любов до края на дните си. Амин.

КРАЙ

© 1997 Мигел Руис

Miguel Ruiz
The Four Agreements, 1997

Източник: <http://izvorite.com>

Свалено от „Моята библиотека“ [<http://purl.org/NET/mylib/text/2784>]